

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
PADA KARYAWAN DI PT. UTAMA RENTAK MEDIA
SKRIPSI**

*Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area*

OLEH:

PRISTI HAPSARI HASUGIAN

168600394



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI PADA KARYAWAN DI PT UTAMA RENTAK MEDIA

NAMA MAHASISWA : PRISTI HAPSARI HASUGIAN

NO. STAMBUK : 16.860.0394

PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI

Menyetujui

Pembimbing I



Syafrizaldi, S.Psi, M.Psi

Pembimbing II



Merri Hafni, S.Psi, M.Si

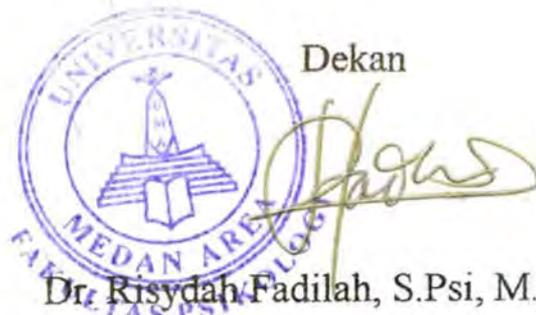
Mengetahui

Kepala Bagian



Arif Fachrian, M.Psi

Dekan



Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
GELAR SARJANA (SI) PSIKOLOGI

Pada tanggal :

04 Agustus 2021



Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

Dekan

Dr. Risydah Fadillah, S.Psi. M.Psi, Psikolog

Dewan Penguji

1. Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi
2. Andy Chandara, M.Psi
3. Syafrizaldi, S.Psi, M.Psi

Tanda-tangan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Dr. Risydah Fadillah, S.Psi, M.Psi

Document Accepted 21/12/21

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya sendiri. Adapaun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma kaidah dan etika penulisan ilmiah. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan di dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sudah ada dan sanksi lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Medan, 04 Agustus 2021



Handwritten signature of Pristi Hapsari Hasugian.

Pristi Hapsari Hasugian

168600394

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Pristi Hapsari Hasugian

NPM : 16.860.0394

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI PADA KARYAWAN DI PT UTAMA RENTAK MEDIA** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 04 Agustus 2021



Pristi Hapsari Hasugian

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

MOTTO

Dua musuh terbesar kesuksesan adalah penundaan dan alasan.

(The two greatest enemies of success are procrastination and excuses)

Jaya Setiabudi



HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI PADA KARYAWAN DI PT. UTAMA RENTAK MEDIA

PRISTI HAPSARI HASUGIAN

16.860.0394

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi di PT Utama Rentak Media. Kontrol diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk menekan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain dan menerapkan perilaku yang sesuai dengan norma sosial lingkungan maupun organisasi. Prokrastinasi merupakan kegiatan menunda-nunda pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan yang dilakukan dengan sengaja dan dapat membuat hasil pekerjaan tidak maksimal. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 80 karyawan. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Nonprobability Sampling* dengan *Purposive Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yaitu 40 karyawan. Metode pengambilan data menggunakan metode angket berupa skala likert. Penelitian ini menggunakan skala kontrol diri berdasarkan aspek Averill (2019) yang berjumlah 24 aitem dan skala prokrastinasi berdasarkan aspek Ferrari (2015) yang berjumlah 31 aitem. Analisis data menggunakan analisis *Pearson Product Moment*. Nilai validitas aitem skala kontrol diri adalah 0,356 sampai 0,779 dengan reliabilitas $r_{bt}=0,909$, sedangkan nilai validitas aitem skala prokrastinasi adalah 0,476 sampai 0,869 dengan reliabilitas $r_{bt}=0,968$, yang diukur menggunakan *Alpha Cronbach's*. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, maka diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien dimana koefisien yaitu $-0,822$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$ hipotesis diterima. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi, dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi.

Kata kunci: kontrol diri, prokrastinasi, karyawan

**THE CORRELATION BETWEEN SELF CONTROL AND PROCRASTINATION
OF EMPLOYEES IN PT. UTAMA RENTAK MEDIA**

PRISTI HAPSARI HASUGIAN

16.860.0394

ABSTRACT

This study aims to determine the correlation between self-control and procrastination in PT Utama Rentak Media. Self-control is the ability that individuals have to suppress behavior that can prejudice themselves or others and implement behavior that is in accordance with social, environmental and organizational norms. Procrastination is an activity of procrastinating work, both starting and finishing which is done on purpose and make produce results. work is not optimal. This type of research is quantitative research. The population in this study amounted to 80 employees. The sampling technique used nonprobability sampling technique with purposive sampling. The sample in this study was the entire population, namely 40 employees. The data collection method used a questionnaire method in the form of a Likert scale. This study uses a self-control scale based on the 24 items of Averill (2019) and the procrastination scale based on the aspects of Ferrari (2015), which amounts to 31 items. Data analysis using Pearson Product Moment analysis. The value of the item validity of the self-control scale was 0.356 to 0.779 with a reliability of $r_{bt} = 0.909$, while the value of the item validity of the procrastination scale was 0.476 to 0.869 with a reliability of $r_{bt} = 0.968$, measured using Cronbach's Alpha. Based on the results of the data analysis carried out, it was found that there was a significant negative relationship between self-control and procrastination. This result is known by looking at the value or coefficient where the coefficient is -0.822 with a significance $p = 0.000 < 0.05$, the hypothesis is accepted. This means that the higher the self-control, the lower the procrastination, and conversely the lower the self-control, the higher the procrastination.

Keyword: self-control, procrastination, employee



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Alhamdulillahirrabii'alamiin, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayat-Nya. Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan pengikutnya. Berkat petunjuk dan tuntunan dari Allah SWT, penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini, yang berjudul "Hubungan Kontrol diri dengan Prokrastinasi Pada Karyawan Di PT. Utama Rentak Media"

Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti mendapatkan bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak yang sangat berarti sehingga kesulitan yang ada dalam proses penyusunan skripsi dapat diatasi dengan baik. Melalui kesempatan ini dengan segenap kerendahan hati, peneliti ingin menyampaikan banyak terimakasih kepada pihak-pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu dalam penyelesaian skripsi ini, ucapan ini saya hanturkan kepada:

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan M.Eng.Msc. Selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

4. Bapak Syafrizaldi, S.Psi, M.Psi sebagai dosen pembimbing pertama yang telah memberikan banyak masukan kepada saya, yang meluangkan waktu, yang sangat berjasa dalam membantu saya, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama proses pembuatan skripsi, yang telah banyak memberikan saya ilmu-ilmu yang Beliau miliki, dan selalu menyemangati saya untuk menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.
5. Ibu Merri Hafni, S.Psi, M.Si selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan semangat kepada saya, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama skripsi dan memberikan banyak masukan serta ilmu Beliau pada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Ketua sidang bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi yang sudah meluangkan waktu untuk hadir dan memberikan saran serta masukan dalam Sidang Meja Hijau.
7. Sekretaris bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi yang sudah meluangkan waktu untuk hadir dan memberi masukan dalam Sidang Meja Hijau.
8. Para Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu selama proses belajar sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dan juga pegawai-pegawai yang telah membantu dalam mengurus keperluan penyelesaian skripsi.

9. Keluarga tercinta terutama Bapak, Mama dan Abang Andita, Kak Leri, adik saya Cahya dan Uci yang sudah memberikan semangat, mendoakan saya serta membiayai kuliah saya.
10. Terima kasih kepada PT. Utama Rentak Media yang sudah memberikan saya izin untuk melakukan penelitian dan senantiasa membantu saya dalam mendapatkan informasi.
11. Terima kasih kepada Abangda Drs. Harun Al Rasyid yang sudah menjadi pembimbing dalam penulisan skripsi dan selalu memotivasi dalam menyelesaikan skripsi.
12. Terima kasih kepada Zetro, Christina Marbun dan Kak Dewani N Dalimunthe, yang sudah menjadi teman terbaik saya selama saya menyelesaikan skripsi dan selalu memberi saya semangat.
13. Terima kasih kepada Geng Semangka Kuning; Yasmine, Prawati, Futri, Cyntia, dan teman-teman lain Putri Chusnul, Anisti, Fanny dan Nilam yang sudah membantu saya selama kuliah dalam mengerjakan tugas dan mendukung saya selalu dalam menyelesaikan skripsi.
14. Terimakasih untuk semua pihak yang terlibat dalam proses panjang ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu dan terimakasih untuk semua pembaca. Semoga karya tulis ini bermanfaat.

Akhir kata, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak karena skripsi ini masih jauh dari kata sempurna semoga dapat bermanfaat terutama bagi penulis sendiri serta dapat memberikan informasi yang mampu membantu kemajuan ilmu pengetahuan dan bermanfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Medan, 04 Agustus 2021



Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
Kata Pengantar	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	7
D Rumusan Masalah	7
E Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II.....	11
LANDASAN TEORI.....	11
A. Karyawan.....	11
B. Prokrastinasi	13
1. Pengertian Prokrastinasi	13

2. Faktor-Faktor Prokrastinasi	14
3. Aspek -Aspek Prokrastinasi	18
4. Bentuk-Bentuk Prokrastinasi.....	20
C. Kontrol Diri	23
1. Pengertian Kontrol Diri	23
2. Faktor-Faktor Kontrol Diri.....	24
3. Aspek Kontrol Diri.....	26
E. Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi.....	29
F. Kerangka Konseptual	31
G. Hipotesis.....	34
BAB III	36
METODOLOGI PENELITIAN.....	36
A. Tipe Penelitian.....	36
B. Identifikas Variabel Penelitian	36
C. Definisi Operasional Penelitian.....	36
D. Subjek Penelitian.....	37
1. Populasi	37
2. Sampel	37
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	38
E. Teknik Pengumpulan Data	38
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	39
1. Validitas alat ukur	39
2. Reliabilitas alat ukur	40

G. Analisis Data	41
BAB IV	43
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian.....	43
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	43
2. Persiapan Penelitian	45
a. Persiapan Administrasi.....	45
b. Persiapan Alat Ukur Penelitian	45
B. Uji Coba Terpakai Alat Ukur	50
Aspek	51
Indikator	51
C. Pelaksanaan Penelitian	53
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	54
1. Uji Asumsi	54
2. Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment Koefesien Determinan	56
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	58
BAB V.....	64
PENUTUP.....	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	66
Lampiran	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1.....	47
Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kontrol Diri Sebelum Skala Disebar	47
Tabel 4.2.....	49
Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Prokrastinasi Sebelum Skala Disebar	49
Tabel 4.3.....	51
Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kontrol Diri Setelah Skala Disebar	51
Tabel 4.4.....	52
Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Prokrastinasi Setelah Skala Disebar	52
Tabel 4.5.....	55
Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	55
Tabel 4.6.....	56
Rangkungan Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan.....	56
Tabel 4.7.....	57
Rangkuman Perhitungan <i>Korelasi Product Moment</i>	57
Tabel 4.8.....	59
Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	60
Kurva Kategorisasi Skala Kontrol diri.....	60
Gambar 4.2.....	60
Kurva Kategorisasi Skala Prokrastinasi.....	60



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran – A	69
Sebaran Data Penelitian	69
Lampiran – B.....	75
Uji Validitas Dan Realibilitas	75
Lampiran-C	80
Uji Normalitas Variabel	80
Penelitian.....	80
Lampiran- D	82
Uji Linearitas Variabel Penelitian.....	82
Lampiran – E.....	84
Hasil Perhitungan Dan	84
Analisis Data	84
Lampiran – F	87
Alat Ukur Penelitian.....	87

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemerdekaan berpendapat, kemerdekaan berekspresi, dan kemerdekaan pers adalah hak asasi manusia yang dilindungi Pancasila, Undang-Undang Dasar 1945, dan Deklarasi Universal Hak Asasi Manusia PBB. Keberadaan media siber di Indonesia juga merupakan bagian dari kemerdekaan berpendapat, kemerdekaan berekspresi, dan kemerdekaan pers. Media siber memiliki karakter khusus sehingga memerlukan pedoman agar pengelolaannya dapat dilaksanakan secara profesional, memenuhi fungsi, hak, dan kewajibannya sesuai Undang-Undang No. 40 Tahun 1999 tentang Pers dan Kode Etik Jurnalistik. Untuk itu Dewan Pers bersama organisasi pers, pengelola media siber, dan masyarakat menyusun Pedoman Pemberitaan Media Siber. Media Siber adalah segala bentuk media yang menggunakan wahana internet dan melaksanakan kegiatan jurnalistik, serta memenuhi persyaratan Undang-Undang Pers dan Standar Perusahaan Pers yang ditetapkan Dewan Pers. Isi Buatan Pengguna (*User Generated Content*) adalah segala isi yang dibuat dan atau dipublikasikan oleh pengguna media siber, antara lain, artikel, gambar, komentar, suara, video dan berbagai bentuk unggahan yang melekat pada media siber, seperti blog, forum, komentar pembaca atau pemirsa, dan bentuk lain.

Bagi karyawan maupun pimpinan redaksi suatu media siber, hidup di dunia pers dituntut profesionalisme, etika dan taat aturan. Selain itu setiap insan pers ditantang untuk berpacu dengan waktu. Keberhasilan karyawan dalam bekerja sangat tergantung pada motivasi, kesungguhan, disiplin, dan ketrampilan kerja yang dimilikinya dalam menghadapi dan mengerjakan tugas-tugasnya, terutama dengan menghargai waktu yang ada pada saat bekerja (Anoraga, 2009).

Perilaku tidak menghargai waktu dalam literature ilmiah psikologi disebut sebagai prokrastinasi (*procrastination*). Burka dan Yuen (2008) menjelaskan tentang prokrastinasi sebagai menanggukkan suatu tindakan untuk melaksanakan suatu tugas yang akan dilaksanakan pada waktu atau hari lainnya. Ghufron (2010) menyatakan bahwa prokrastinasi sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Menurut Burka & Yuen (2008) ada enam daerah dalam kehidupan individu yang diklasifikasikan berdasarkan aktivitas-aktivitasnya, yang bisa memungkinkannya terjadi prokrastinasi. Ke-enam daerah tersebut meliputi lingkungan sekolah, rumah tangga, hubungan sosial, keuangan, pemeliharaan diri, dan pekerjaan.

Dalam Perusahaan terdapat karyawan yang merupakan bagian penting dalam sebuah organisasi. Karyawan adalah orang yang bekerja dalam satu lembaga atau perusahaan untuk mendapatkan balasan berupa upah sesuai dengan perjanjian kerja yang telah di sepakati kedua pihak. Seorang karyawan yang berkualitas menunjukkan

perilaku menghargai waktu, namun pada kenyataannya masih banyak karyawan yang mengalami kesulitan dalam penggunaan waktu yang efektif dan efisien dalam bekerja, dimana hal tersebut dapat terlihat dari perilakunya ketika menghadapi tugas dan kewajibannya dalam bekerja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Thoha (2015) didapatkan hasil bahwasanya 60% Pegawai Negeri Sipil (PNS) belum menunjukkan perilaku kerja seperti yang diharapkan, salah satu perilaku yang muncul adalah menunda-nunda pekerjaan yang menjadi tanggungjawabnya. Hasil penelitian Nurhayati (2015) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi kerja pada pegawai PT PLN (Persero) Rayon Samarinda Iilir. Artinya, semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi kerja. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka akan semakin tinggi prokrastinasi kerja pada pegawai.

Prokrastinasi selain dapat menimbulkan masalah dalam pekerjaan, juga akan merusak citra instansi atau perusahaan. Dampak dari prokrastinasi secara nyata pada kinerja karyawan adalah menjadi berkurangnya rasa tanggung jawab, banyak waktu yang terbuang sia-sia, dapat memunculkan konflik antara dirinya, dan apabila perilaku penundaan tersebut dilakukan terus-menerus akan mengakibatkan penurunan produktivitas kinerja.

Tentu hal tersebut akan berujung pada kinerja karyawan media siber yang tidak maksimal. Hal ini akan merugikan pihak organisasi/perusahaan tempat bekerja. Pernyataan tersebut didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Beswick, dkk (2007) yang menunjukkan bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi maka

akan menghasilkan performansi yang lebih jelek, dan begitu juga dengan kesejahteraan individu akan lebih menyedihkan jika melakukan prokrastinasi dalam jangka waktu yang lama.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti di PT. Utama Rentak Media dapat dilihat dari bulan Januari sampai bulan Juli 2020 terjadi keterlambatan pengumpulan laporan kerja devisi Sekretariat redaktur. Pada bulan Maret sekretaris redaksi dijadwalkan tanggal 27 Maret 2020, namun diselesaikan pada 30 Maret 2020. Pada bulan Mei 2020 sekretaris redaksi dijadwalkan tanggal 27 Mei 2020 namun diselesaikan pada 29 Mei. Untuk devisi redaktur kompartmen, dimana wartawan dan penulis harus menyerahkan tiga berita langsung perhari kepada managing editor sebelum pukul 17:00 WIB untuk di *upload* sebelum pukul 20:00. Pada Bulan Februari ada tiga wartawan yang terlambat empat kali menyerahkan tugas dan empat editor yang terlambat empat kali dalam *mengupload* berita harian. Pada bulan April ada tiga editor yang terlambat *mengupload* berita sebanyak empat kali. Pada bulan Mei ada dua wartawan yang terlambat tiga kali dalam menyerahkan berita. Pada bulan Juni ada tiga wartawan yang terlambat tiga kali dalam menyerahkan tugas. Bagi managing editor dan redaktur kompartemen yang terlambat menyerahkan tugas sebanyak empat kali dalam sebulan maka akan dikenakan Surat Peringatan, apabila mencapai target akan mendapat *reward* berupa bonus.

PT. Utama Rentak Media mulai dari tanggal 24-27 Agustus 2020 terlihat bahwa adanya indikasi perilaku tidak menghargai waktu, dan penundaan pekerjaan atau yang disebut dengan prokrastinasi oleh karyawan di Perusahaan tersebut. Hasil observasi peneliti menemukan bahwa karyawan di PT. Utama Rentak Media

melakukan kegiatan mengobrol dengan sesama karyawan disela-sela jam kerja. Rata-rata karyawan menghabiskan waktu untuk mengobrol 5-15 menit.

Sejalan dengan kondisi wabah Covid-19 yang sedang melanda kota Medan sendiri yang masih merupakan zona merah, menyebabkan karyawan yang hadir dikantor dibatasi. Devisi redaktur dan managing marketing yang berjumlah 53 orang menerapkan WFH sedangkan devisi Sekretariat redaktur, managing editor dan devisi keuangan dan SDM yang berjumlah 27 orang tetap hadir di kantor seperti biasa. Dapat dilihat hampir setiap hari pada sekitar pukul 08.00 WIB karyawan yang harusnya briefing pagi untuk target berita dan persiapan harian belum hadir di kantor, dimana seharusnya menurut peraturan yang berlaku pada Perusahaan briefing pagi dilakukan pada pukul 08.00-09.00 WIB. Peneliti juga mengamati bahwa adanya tumpukan berkas di meja sekretariat redaktur dimana berkas tersebut merupakan berkas yang harus segera disusun dan diklip untuk laporan bulanan perusahaan serta harus segera dikerjakan dan diselesaikan.

Namun pada kenyataannya dari apa yang peneliti amati, bahwa banyak dari karyawan tersebut, yang justru saat jam kerja tidak segera mengerjakan pekerjaannya melainkan melakukan hal lain yang tidak berhubungan dengan pekerjaannya, seperti bermain *game* melalui *smartphone*, menonton serial drama menggunakan komputer kantor. Selain itu tampak juga beberapa karyawan kesulitan untuk berkonsentrasi ataupun mudah diganggu saat bekerja baik yang disebabkan oleh rekan kerja maupun karena masalah pribadi. Konsentrasi yang terpecah dapat membuat hasil pekerjaan tidak maksimal dan tidak memuaskan.

Berikut kutipan wawancara dengan beberapa wartawan yang saya temui pada saat itu:

“Saya sering merasa pikiran saya buntu saat bekerja jadi disela-sela pekerjaan saya main game, atau buka sosial media kadang karna keasyikan jadi lupa waktu, padahal ada *deadline* yang harus dikejar.” Senin (17/08/2020)

“Kalau sudah dirumah rasanya pekerjaan membuat berita jadi diundur-undur terus, ada rasa malas karena berpikir nanti saja dikerjakan masih banyak waktu sebelum *deadline*, tidak terasa waktu berjalan hampir waktu *deadline* jadi buru-buru ngerjainnya.” Senin (17/08/2020)

Berdasarkan observasi peneliti dan laporan dari perusahaan terlihat karyawan di PT Utama Rentak Media kurang mampu mengendalikan perilakunya agar sesuai dengan perilaku yang dibuat perusahaan. Diketahui bahwa sekretariat redaktur terlambat dua kali selama setengah tahun dalam mengumpulkan laporan pekerjaan bulanan. Sedangkan devisi redaktur sering terlambat dalam pengumpulan berita harian.

Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik melalukan penelitian tentang hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi pada karyawan karena adanya fenomena menunda-nunda pekerjaan yang dilakukan oleh beberapa karyawan di PT.Utama Rentak Media setelah dilakukannya observasi dan wawancara.

B. Identifikasi Masalah

Masalah yang ingin diungkapkan dalam penelitian ini adalah adanya prokrastinasi pada karyawan di PT. Utama Rentak Media yang disebabkan karena rendahnya kontrol diri. Dilihat dari fenomena yang terjadi di perusahaan, bahwa karyawan melakukan prokrastinasi disebabkan karena mereka tidak mampu mengesampingkan hal-hal lain yang tidak berhubungan dengan pekerjaannya dan tidak dapat menggunakan waktu, serta mengarahkan perilakunya pada pekerjaannya yang utama sehingga pekerjaan terus menumpuk dan tidak dapat terselesaikan tepat waktu.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi masalah antara kontrol diri dan prokrastinasi. Kontrol diri yang merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk menekan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain dan menerapkan perilaku yang sesuai dengan norma sosial lingkungan maupun organisasi, prokrastinasi merupakan kegiatan menunda-nunda pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan yang dilakukan dengan sengaja dan dapat membuat hasil pekerjaan tidak maksimal di PT. Utama Rentak Media pada bagian sekretaris redaksi, managing editor, redaktur kompartemen.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antar kontrol diri dengan prokrastinasi pada karyawan di PT. Utama Rentak Media.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang dilakukan untuk melihat hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi pada karyawan di PT. Utama Rentak Media.

F. Manfaat Penelitian

Secara praktis maupun teoritis, penelitian ini memiliki beberapa manfaat antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini akan menjadi sumbangan karya ilmiah bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya yang berkaitan dengan Psikologi Industri dan Organisasi yang mengkaji tentang Hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi perusahaan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan kepada pemimpin maupun karyawan PT. Utama Rentak Media yang berkaitan dengan kontrol diri dan prokrastinasi, dan juga untuk mengetahui bagaimana pandangan karyawan tentang kontrol diri maupun prokrastinasi. Bagi peneliti lain yang memiliki minat yang sama dalam penelitian ini, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi yang dapat dipergunakan untuk penelitian yang lebih lanjut.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Karyawan

Karyawan merupakan kekayaan utama dalam suatu perusahaan, karena tanpa adanya keikutsertaan mereka, aktifitas perusahaan tidak akan terlaksana. Menurut Manullang (2003) karyawan adalah orang penjual jasa (pikiran atau tenaga) dan mendapat kompensasi yang besarnya telah ditetapkan terlebih dahulu. Mereka yang berkerja pada suatu badan usaha atau perusahaan baik swasta maupun pemerintahan dan diberikan imbalan kerja sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku baik yang bersifat harian, mingguan, maupun bulanan yang biasanya imbalan tersebut diberikan secara mingguan.

Menurut Sedaryamanti (2001) karyawan adalah penduduk dalam usia kerja (berusia 15-64 tahun) atau jumlah seluruh penduduk dalam suatu negara yang memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga mereka, dan jika mereka mau berpartisipasi dalam aktivitas tersebut.

Menurut Undang-Undang Tahun 1969 tentang Ketentuan-Ketentuan Pokok Mengenai Tenaga Kerja dalam pasal 1 dikatakan bahwa karyawan adalah tenaga kerja yang melakukan pekerjaan dan memberikan hasil kerjanya kepada pengusaha yang mengerjakan dimana hasil karyanya itu sesuai dengan profesi atau pekerjaan atas dasar keahlian sebagai mata pencariannya. Senada dengan hal tersebut menurut Undang-Undang No.14 Tahun 1969 tentang Pokok Tenaga

Kerja, tenaga kerja adalah tiap orang yang mampu melaksanakan pekerjaan, baik di dalam maupun di luar hubungan kerja guna menghasilkan jasa atau barang untuk memenuhi kebutuhan masyarakat (Manulang, 2002).

Ada beberapa jenis-jenis karyawan berdasarkan statusnya dalam sebuah perusahaan. Karyawan bisa dibedakan menjadi karyawan tetap dan karyawan kontrak dilihat dari perjanjian kerjanya. Perjanjian kerja adalah Menurut Hukum online (2009) Perjanjian antara pekerja dengan pemberi kerja atau pengusaha yang memuat syarat-syarat kerja, hak, dan kewajiban para pihak mulai saat hubungan kerja, dalam perjanjian kerja juga harus jelas apakah hubungan kerja tersebut untuk waktu tertentu atau untuk tidak waktu tertentu.

Hukum online (2009) Pasal 1 angka 14 UU No 13 Tahun 2009 tentang ketenagakerjaan, UUK, Perjanjian kerja adalah perjanjian antar pekerja atau buruh dengan pengusaha atau pemberi kerja yang memuat syarat-syarat kerja, hak, dan kewajiban para pihak.

Dalam perjanjian tersebut dapat diketahui definisi karyawan tetap ataupun karyawan kontrak. Karyawan tetap adalah karyawan yang sudah mengalami pengangkatan sebagai karyawan perusahaan dan kepadanya diberikan kepastian akan keberlangsungan masa kerjanya. Sedangkan karyawan kontrak merujuk pada UU 13/2003 tentang ketenagakerjaan karyawan kontrak adalah pekerja yang memiliki hubungan kerja dengan pengusaha dengan berdasarkan pada Perjanjian Kerja Waktu Tertentu (PKWT). Pengaturan tentang PKWT ini kemudian diatur lebih teknis dalam Kepmenakertrans No. 100/2004 tentang ketentuan pelaksanaan perjanjian kerja waktu tertentu. Jadi karyawan kontrak, karyawan yang diperbantukan untuk menyelesaikan

pekerjaan-pekerjaan rutin perusahaan, dan tidak ada jaminan kelangsungan masa kerjanya. Dalam hal ini kelangsungan masa kerja karyawan kontrak ditentukan oleh prestasi kerjanya.

Menurut Subri (dalam Manulang, 2002), karyawan adalah penduduk dalam usia kerja (berusia 15-64 tahun) atau jumlah seluruh penduduk dalam suatu negara yang memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan terhadap tenaga mereka, dan jika mereka mau berpartisipasi dalam aktivitas tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karyawan adalah orang yang bekerja dalam satu lembaga atau perusahaan untuk mendapatkan balasan berupa upah sesuai dengan perjanjian kerja yang telah di sepakati kedua pihak.

B. Prokrastinasi

1. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu *pro* yang berarti maju, kedepan, lebih menyukai dan *crastinus* yang berarti besok. Jadi arti kata prokrastinasi adalah lebih suka melakukan tugasnya besok. Menurut Brown dan Holzmen (2010) istilah prokrastinasi digunakan untuk individu yang menunda-nunda menyelesaikan pekerjaan.

Menurut Haycock, dkk (2005) prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda atau benar-benar menghindari tanggung jawab, keputusan atau tugas-tugas yang perlu dilakukan. Steel (2013) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda suatu pekerjaan yang dilakukan dengan sengaja walaupun penundaan ini dapat membuat hasil yang tidak maksimal.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan prokrastinasi merupakan kegiatan menunda-nunda pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan yang dilakukan dengan sengaja dan dapat membuat hasil pekerjaan tidak maksimal.

2. Faktor-Faktor Prokrastinasi

Ghufron & Risnawita (2010), juga mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu kondisi fisik individu dan kondisi psikologi individu, serta faktor eksternal yaitu gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan yang rendah pengawasan:

a. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri, dapat berupa kondisi fisik dan juga kondisi psikologis.

a.1. Kondisi fisik

Kondisi fisik karyawan mempengaruhi prokrastinasi karena karyawan dalam kondisi fisik yang buruk baik karena sakit ataupun kelelahan cenderung sulit menyelesaikan tugas seperti seharusnya, hal ini memicu menumpuknya tugas yang harus diselesaikan dan akan berdampak pada beban kerja. Menurut Bruno dan Millgram seseorang yang mengalami *fatigue* (kelelahan) akan memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak. Hal ini dikarenakan *fatigue* dapat menyebabkan stress yang akan mempengaruhi produktifitas karyawan dalam bekerja.

a.2 Kondisi psikologis

Kondisi psikologis merupakan kondisi mental seseorang, baik dari segi emosional, perasaan, sikap dan lain-lain. Kondisi psikologis termasuk juga dalam pola kepribadian yang dimiliki individu yang ikut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan. Menurut Millgram dkk *trait* kepribadian individu turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misal *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Aspek lain dalam diri individu yang dapat mempengaruhi prokrastinasi adalah harga diri, efikasi diri, *self conscious*, *self critical* dan *self control*.

b. Faktor eksternal

b.1 Pola asuh orang tua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete, menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* juga.

b.2. Kondisi lingkungan

Menurut Millgram kondisi lingkungan yang *lenient* pengawasan, Prokrastinasi lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan dari pada lingkungan yang penuh pengawasan.

Janssen dan Carton (2010) juga mengatakan bahwa faktor-faktor yang sering mengakibatkan prokrastinasi antara lain:

1. Rendahnya kontrol diri (*self control*)

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk menekan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain dan menerapkan perilaku yang sesuai dengan norma sosial lingkungan maupun organisasi. Kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah.

2. Kesadaran diri (*self consciousness*)

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk memahami emosi diri sendiri secara tepat dan akurat dalam berbagai situasi secara valid dan reliable. Bagaimana reaksi emosi diri di saat menghadapi suatu peristiwa yang memancing emosi, sehingga seseorang dapat memahami respon emosi dirinya sendiri dari segi positif maupun negatif.

3. Harga diri (*self esteem*)

Harga Diri (*Self Esteem*) adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Dapat diartikan bahwa harga diri menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten.

4. Keyakinan diri (*self efficacy*)

Keyakinan diri merupakan representasi mental individu atas realitas, terbentuk oleh pengalaman-pengalaman masa lalu dan masa kini, dan disimpan dalam memori jangka panjang.

5. Kecemasan sosial.

Kecemasan sosial adalah rasa takut dan khawatir yang berlebihan jika seseorang berada bersama orang lain dan merasa cemas pada situasi sosial karena khawatir akan mendapatkan penilaian buruk bahkan evaluasi dari orang lain dan sebaliknya akan merasa aman jika sedang sendirian.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor prokrastinasi terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik yang stabil atau tidaknya untuk melakukan pekerjaan, kontrol diri, kesadaran diri, harga diri, keyakinan diri, dan kecemasan sosial. Faktor eksternal terdiri dari pola asuh orangtua dan kondisi lingkungan.

3. Aspek -Aspek Prokrastinasi

Aspek-aspek yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi menurut teori Ferrari, dkk, (2015) adalah

- a. Adanya penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja dalam menghadapi tugas

Individu yang melakukan prokrastinasi sadar jika dirinya harus memulai dan menyelesaikan tugasnya, namun memilih menunda pekerjaannya.

- b. Adanya kelambanan dalam mengerjakan tugas.

Individu yang melakukan prokrastinasi sering kali membutuhkan waktu yang lebih untuk menyiapkan tugas mereka, hal ini disebabkan karena mereka sering kali mengulur waktu untuk menyelesaikan tugasnya hingga menimbulkan kelambanan.

- c. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas.

Individu procrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Individu procrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu, akan tetapi pada waktunya tiba mereka tidak juga melakukan pekerjaan yang telah direncanakan sendiri. Akibatnya, pekerjaan menjadi terlambat dikerjakan bahkan mereka dapat gagal mengerjakan tugas secara memadai.

- d. Adanya kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan.

Individu prokrastinator cenderung dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, dll), nonton, mengakses media sosial, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan pekerjaan yang harus diselesaikannya.

Menurut Surijah dan Tjundjing (2007) ada empat aspek dari Prokrastinasi yakni:

a. *Perceived Time*

Seorang prokrastinator adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*, Artinya mereka menjadi orang yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

b. Celah antara keinginan dan perilaku atau *Intention-Action*.

Karyawan yang gagal dalam mengerjakan tugasnya walaupun sesungguhnya karyawan tersebut sangat menginginkan untuk mengerjakannya. Namun, karena tenggat waktu yang semakin dekat besar celah antara keinginan dan perilaku semakin kecil.

c. *Emotional Distress*

Perilaku menunda-nunda haruslah membawa perasaan tidak nyaman. Konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri *procrastinator*.

- d. *Perceived Ability* atau keyakinan terhadap kemampuan diri.

Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan seseorang, keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menganggap dirinya tidak mampu mengerjakannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat kita lihat bahwa aspek-aspek prokrastinasi dapat berupa penundaan dalam memulai maupun dalam menyelesaikan tugas, adanya kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kerja aktual, melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan, memberikan hasil yang tidak memuaskan, melibatkan tugas yang dipersepsikan oleh prokrastinator sebagai suatu hal yang penting, serta menghasilkan keadaan emosi yang tidak menyenangkan.

4. Bentuk-Bentuk Prokrastinasi

Berdasarkan fungsinya Ferrari dkk mengungkap bahwa prokrastinasi ada dua bentuk:

- a. Prokrastinasi fungsional yaitu penundaan pelaksanaan tugas untuk mencari data yang lebih lengkap sehingga tugas yang dikerjakan sempurna yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik.

- b. Prokrastinasi *disfungsional* yaitu penundaan penyelesaian tugas tanpa ada arah yang jelas. Prokrastinasi ini merupakan prokrastinasi yang tidak berguna.

Ada dua bentuk prokrastinasi *disfungsional* berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan, yaitu *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*.

Decisional procrastination adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah antenden kognitif dalam menunda untuk memulai melakukan kerja dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. Prokrastinasi dilakukan sebagai bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam pembuatan keputusan pada situasi-situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akibatnya seorang menunda untuk memutuskan masalah. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang.

Avoidance procrastination atau *behavior procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. *Avoidance procrastination* berhubungan dengan *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang dan *impulsiveness*.

Pada akhirnya dalam penelitian ini, pengertian prokrastinasi dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktifitas lain yang tidak diperlukan dengan pengerjaan tugas, dengan jenis *Disfungsional Prokrastinasion*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, penundaan tersebut tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat yang negatif.

Menurut Hayyinah dari beberapa ciri-ciri yang dapat diungkap para tokoh dapat ditarik kesimpulan bahwa secara garis besar ciri-ciri prokrastinasi adalah individu yang melakukan penundaan atau meninggalkan tugas, melibatkan emosi yang tidak menyenangkan seperti perasaan cemas dan perasaan bersalah, dan adanya pikiran-pikiran irasional seperti perfeksionis dan takut gagal.

Menurut Burka & Yuen (2008) seorang yang melakukan prokrastinasi (prokrastinator) memiliki karakteristik-karakteristik tertentu yang disebut sebagai kode prokrastinasi. Kode prokrastinasi ini merupakan cara berpikir yang dimiliki oleh seorang prokrastinator, yang dipengaruhi oleh asumsi-asumsi tidak realistis. Kode-kode prokrastinasi tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kurang percaya diri

Individu yang menunda biasanya berjuang dengan perasaannya yang kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri. Individu yang demikian ini kemungkinan ingin berada pada penampilan yang bagus sehingga menunda. Prokrastinator merasa tidak sanggup menghasilkan

sesuatu dan terkadang menahan ide-ide yang dimilikinya karena takut tidak diterima orang lain.

b. **Perfeksionis**

Prokrastinator merasa bahwa segala sesuatunya itu harus sempurna. Lebih baik menunda dari pada bekerja keras dan mengambil resiko kemudian dinilai gagal. Prokrastinator akan menunggu sampai dirasa saat yang tepat bagi dirinya untuk bertindak agar dapat memperoleh hasil yang sempurna.

c. **Tingkah laku menghindari**

Prokrastinator menghindari tantangan. Segala sesuatu yang dilakukannya, bagi prokrastinator seharusnya terjadi dengan mudah dan tanpa usaha.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk prokrastinasi berdasarkan fungsinya terbagi menjadi dua yaitu prokrastinasi fungsional dan *disfungsional*, sedangkan berdasarkan bentuknya terbagi menjadi *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*.

C. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Menurut Ghufro dan Rini (2010), kontrol diri diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Menurut Goldfried dan Merbaum (2010) kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif.

Hurlock (2010) menyatakan kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Menurut Wolfe & Higgins, (2008), dijelaskan bahwa kontrol diri merupakan kecenderungan individu untuk mempertimbangkan berbagai konsekuensi, untuk perilaku. *Self-control* dikatakan sebagai kemampuan manusia untuk menahan dan mengendalikan perilaku sosial yang tidak pantas.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk menekan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain dan menerapkan perilaku yang sesuai dengan norma sosial lingkungan maupun organisasi.

2. Faktor-Faktor Kontrol Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufro dan Risnawati (2010) yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol

diri seseorang. Orang tua yang menerapkan sikap disiplin kepada anaknya (individu) secara intens sejak dini, dan orang tua konsisten terhadap pemberian konsekuensi jika individu melakukan perilaku menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsisten ini nantinya akan diinternalisasi oleh individu dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Hampir sama dengan pendapat Ghufroon dan Risnawati (2010), diambil dari beberapa pendapat para ahli, bahwa secara garis besar kontrol diri dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal:

a. Faktor internal

Faktor-faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri menurut Buck, dikatakan bahwa kontrol diri berkembang secara unik pada masing-masing individu. Dalam hal ini dikemukakan tiga sistem yang mempengaruhi perkembangan kontrol diri, yaitu:

1. Hirarki dasar biologi yang telah terorganisasi dan disusun melalui pengalaman evolusi.
2. Usia seseorang. Kemampuan kontrol diri akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang.
3. Kontrol emosi. Kontrol emosi yang sehat dapat diperoleh bila seseorang memiliki kekuatan ego, yaitu sesuatu kemampuan untuk menahan diri dari tindakan luapan emosi.

b. Faktor eksternal

Menurut Syamsul, faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai dengan hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka individu cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini dikarenakan individu dapat mencapai kematangan emosi oleh faktor-faktor pendukung tersebut.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan faktor kontrol diri terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa umur dan faktor eksternal berupa kondisi lingkungan individu.

3. Aspek Kontrol Diri

Averill (2019) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku, (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

1. Kontrol Perilaku (*behavior control*).

Merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur

pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki akan dihadapi.

2. Kontrol Kognitif (*Cognitive control*).

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara mengintepretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*), dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi segi positif secara subjektif.

3. Mengontrol Keputusan (*Decesional control*).

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2018), terdapat 5 aspek kontrol diri yang dapat diukur, yaitu:

1. *Self-Discipline*

Menilai tentang kedisiplinan diri dalam individu saat melakukan suatu. Hal ini berarti individu memfokuskan dalam tugas. Individu yang memiliki *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

2. *Deliberate/Non-Impulsive*

Menilai kecenderungan individu dalam melakukan suatu tindakan yang implusif dengan pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa dalam pengambilan keputusan atau bertindak.

3. *Healthy Habits*

Mengatur tentang kebiasaan atau pola hidup sehat bagi individu. Individu cenderung dengan *healthy habits* akan mampu menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan bagi dirinya. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.

4. *Work Ethic*

Menilai tentang regulasi diri dari etika individu dalam melakukan suatu aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki *work ethics* akan mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada diluar tugasnya.

5. *Reliability*

Menilai kemampuan di dalam individu sendiri dalam pelaksanaan rencana jangka panjang dalam pencapaian tertentu.

D. Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi.

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai bagi orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, menutup perasaannya.

Tangney, Baumeister & Boone kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat, organisasi atau lingkungan agar mengarah pada perilaku positif. Setiap perusahaan mengharapkan memiliki karyawan yang memiliki kontrol diri yang baik dan bekerja secara optimal sehingga memberi keuntungan bagi perusahaan.

Setiap karyawan diberikan tanggung jawab masing-masing untuk menyelesaikan pekerjaannya. Perusahaan mengharapkan agar karyawan dapat memenuhi tanggung jawabnya dengan menyelesaikan pekerjaan tersebut sesuai dengan waktu yang ditetapkan. Tetapi pada kenyataannya tidak semua karyawan dapat mengerjakan pekerjaannya dengan tepat waktu. Adanya kecenderungan dalam

penundaan pekerjaan mengakibatkan pekerjaan tersebut tidak dapat selesai sesuai dengan waktu yang ditetapkan. Mereka cenderung tidak menghargai waktu dan tidak dapat memanfaatkan waktu secara efektif.

Perilaku tidak menghargai waktu dalam literature ilmiah psikologi disebut sebagai prokrastinasi (*procrastination*). Berdasarkan penjelasan dari beberapa ahli, disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku penundaan pekerjaan, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak yang berhubungan dengan pekerjaan tersebut, sehingga terjadi ketidaktepatan waktu dalam pengumpulan pekerjaan dan menghasilkan perasaan tidak nyaman pada diri individu.

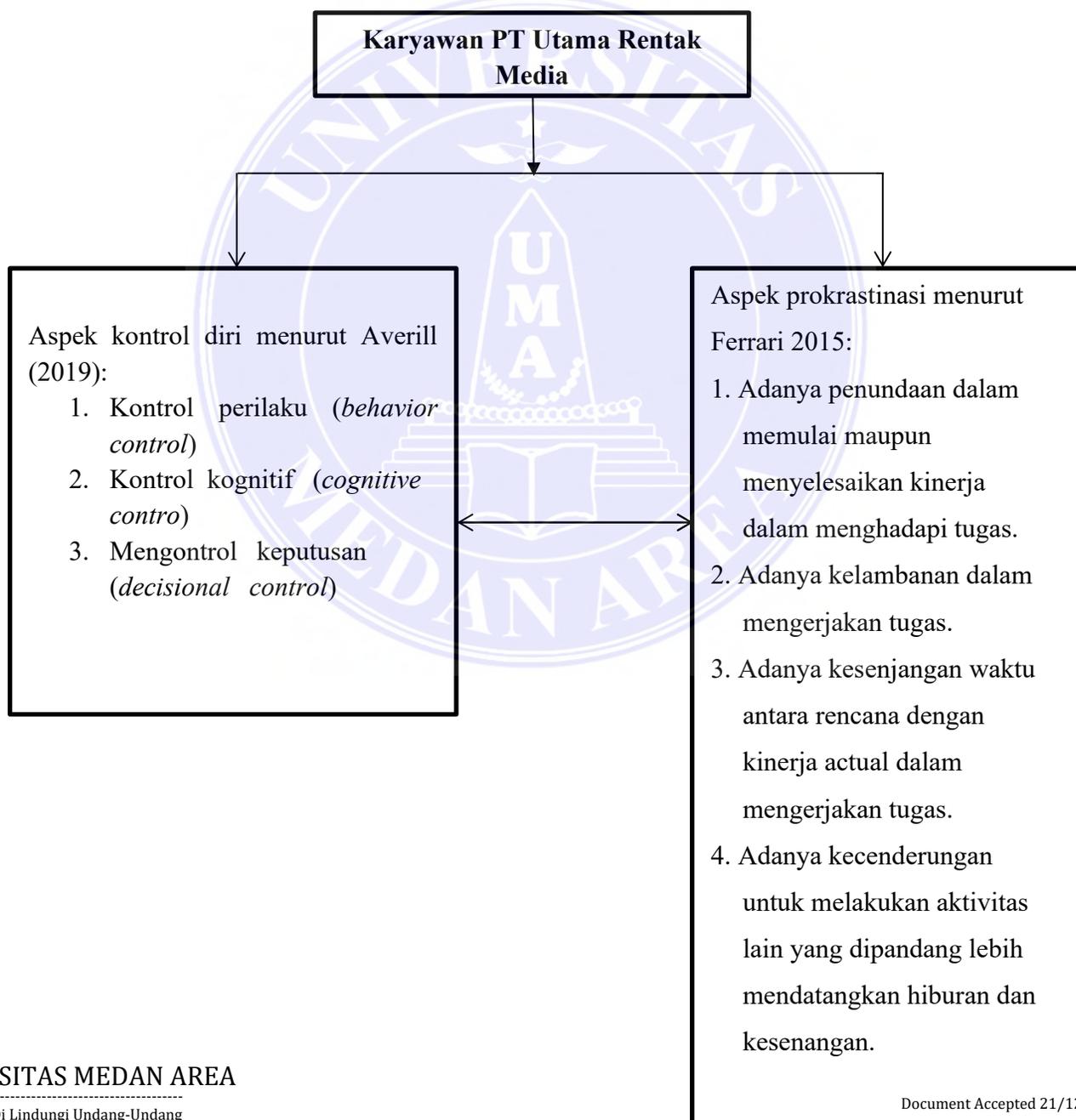
Prokrastinasi sangat mungkin diatasi dengan cara memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi tersebut. Ferrari, mengatakan bahwa salah satu faktor internal seperti kontrol diri yang dimiliki individu dapat mempengaruhi prokrastinasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Green (2010) menemukan aspek-aspek pada diri individu yang mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan prokrastinasi salah satunya ialah rendahnya kontrol diri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Thoha (2015) didapatkan hasil 60% PNS belum menunjukkan perilaku kerja seperti yang diharapkan, perilaku yang muncul adalah menunda-nunda pekerjaan.

Penelitian terdahulu oleh Nurhayati (2015) telah dilakukan untuk melihat hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi pada 67 karyawan PT. PLN (persero) rayon Samarinda ilir. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi pada pegawai PT PLN

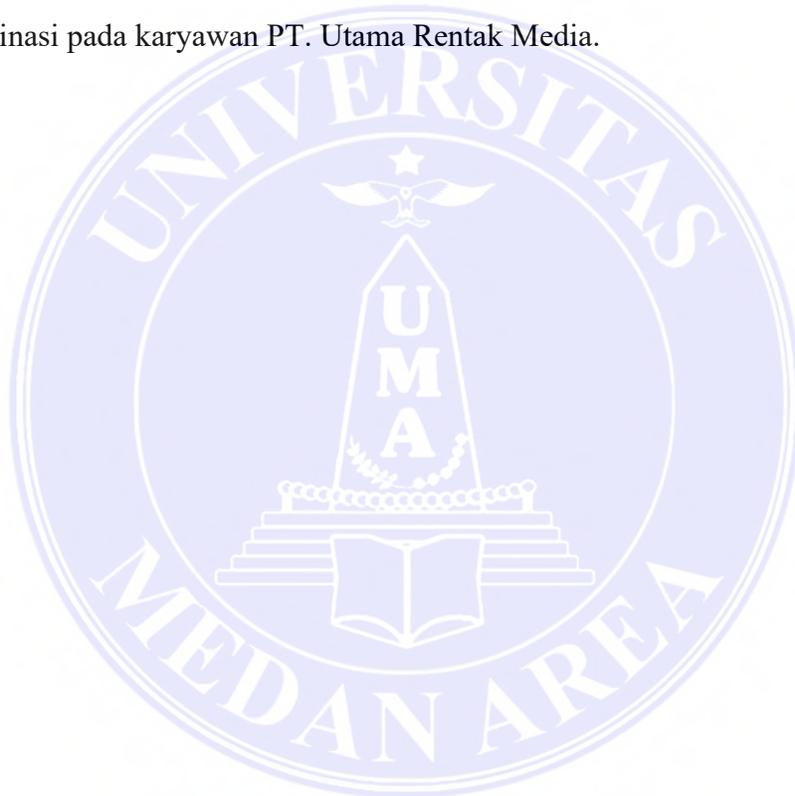
(Persero) Rayon Samarinda Ilir. Ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan dari kedua variabel tersebut, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki seseorang, maka peluang seseorang untuk melakukan prokrastinasi akan semakin rendah.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas maka dalam penelitian ini peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut : Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi pada karyawan PT. Utama Rentak Media dengan asumsi semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi pada karyawan PT. Utama Rentak Media. Sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah pula prokrastinasi pada karyawan PT. Utama Rentak Media.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Kasiram (2008) dalam bukunya Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif, mendefinisikan penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menganalisis keterangan mengenai apa yang ingin diketahui.

Menurut Neuman, prosedur yang biasa digunakan dalam penelitian kuantitatif ada 3 (tiga) yaitu; eksperimen, survei, *content analysis*. Berdasarkan klasifikasi tersebut maka tipe penelitian yang digunakan adalah tipe survey model penelitian komparasi dan korelasi untuk mengetahui hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi.

Menurut McMillan dan Schumacher (dalam Syamsuddin dan Vismaia, 2009) penelitian korelasi atau korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Variabel dalam penelitian kuantitatif dibedakan menjadi dua, yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*).

Variabel bebas adalah variabel yang nilainya mempengaruhi variabel lainnya, yaitu variabel terikat. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang nilainya tergantung dari variabel lainnya.

Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel Terikat (Y) : Prokrastinasi
- b. Variabel Bebas (X) : Kontrol Diri

C. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan yang dapat diamati. Adapun definisi operasional dari penelitian ini adalah:

1. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk menekan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain dan menerapkan perilaku yang sesuai dengan norma sosial lingkungan maupun organisasi. Definisi operasional ini sesuai dengan teori Averill.

2. Prokrastinasi

Prokrastinasi merupakan kegiatan menunda-nunda pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan yang dilakukan dengan sengaja dan dapat membuat hasil pekerjaan tidak maksimal. Definisi ini sesuai dengan teori Ferrari.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari satuan-satuan atau individu-individu yang karakteristiknya hendak diteliti dan satuan-satuan tersebut dinamakan unit analisis yang dapat berupa orang-orang, institusi-institusi, maupun benda-benda. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh karyawan PT. Utama Rentak dengan jumlah populasi 80 karyawan.

2. Sampel

Sampel atau contoh adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diteliti. Sampel yang baik, yang kesimpulannya dapat dikenakan pada populasi adalah sampel yang bersifat representative atau yang dapat menggambarkan karakteristik populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah sekretaris redaksi, managing editor, redaktur kompartemen PT Utama Rentak dengan jumlah sampel 40 karyawan, dimana karyawan tersebut mengalami keterlambatan dalam penyerahan tugas lebih dari satu kali.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Nonprobability Sampling* dengan *Purposive Sampling*. *Nonprobability sampling* salah satu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Jenis *Purposive sampling* adalah salah satu teknik sampling non random sampling dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala yang disebarluaskan kemudian dikumpulkan dan diolah dimana skala ini terdiri dari skala kontrol diri dan skala prokrastinasi. Pernyataan dalam skala berisi tentang aspek dari kontrol diri dan aspek prokrastinasi. Skala ukur yang digunakan dengan memakai Skala Likert berupa 4 pilihan jawaban yang berisikan pernyataan-pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*).

Penilaian yang diberikan pada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan favorabel adalah: Sangat setuju (SS) nilai 4, Setuju (S) nilai 3, Tidak setuju (TS) nilai 2, Sangat tidak setuju (STS) nilai 1. Untuk item berbentuk unfavorabel adalah: Sangat setuju (SS) nilai 1, Setuju (S) nilai 2, Tidak setuju (TS) nilai 3, Sangat tidak setuju (STS) nilai 4.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas alat ukur

Sugiyono (2009) mendefinisikan validitas tes atau validitas alat ukur adalah sejauh mana tes itu mengukur apa yang dimaksudkannya untuk diukur, artinya derajat fungsi mengukurnya suatu tes atau derajat kecermatan suatu tes. Untuk mengkaji validitas alat ukur dalam penelitian ini, peneliti melihat alat ukur berdasarkan arah isi yang diukur yang disebut dengan validitas isi (*content validity*).

Validitas isi menunjukkan sejauh mana item-item yang dilihat dari isinya dapat mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur. Validitas alat ukur ditentukan melalui pendapat profesional (*professional judgement*) dalam proses telaah soal sehingga item-item yang telah dikembangkan memang mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur (Sugiyono, 2009).

Selain itu analisis validitas yang digunakan adalah dengan melihat nilai *Corrected Item-Total Correlation* atau yang disebut dengan r-hitung. Kemudian nilai r-hitung dibandingkan dengan nilai r-tabel.

Dengan asumsi jika nilai r-hitung $>$ r-tabel, maka item valid, tetapi jika nilai r-hitung $<$ r-tabel maka item tidak valid atau gugur. Nilai *Corrected Item-Total Correlation* diperoleh dengan menggunakan program SPSS.

2. Reliabilitas alat ukur

Reliabilitas mengacu pada konsistensi, keajegan, dan kepercayaan alat ukur. Secara empirik tinggi rendahnya reliabilitas ditunjukkan melalui koefisien reliabilitas (Azwar, 2012). Pada prinsipnya, suatu alat ukur dikatakan reliable apabila alat tersebut mampu menunjukkan sejauh mana pengukurannya memberi hasil yang relatif sama bila dilakukan pengukuran kembali pada subjek yang sama. Relatif sama berarti tetap ada toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu maka hasil pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan tidak reliable.

Uji reliabilitas skala penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal, dimana tes dikenakan sekali saja pada sekelompok subyek. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1. Koefisien reliabilitas semakin mendekati angka 1 menandakan semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya, koefisien yang semakin mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitas yang dimiliki (Azwar, 2012). Teknik estimasi reliabilitas yang digunakan adalah teknik koefisien *Alpha Cronbach* dengan menggunakan *program SPSS*.

G. Analisis Data

Metode analisis data merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengolah data, menganalisa data hasil penelitian untuk diuji kebenarannya, kemudian akan diperoleh suatu kesimpulan dari penelitian tersebut.

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka analisis data dilakukan dengan menggunakan *product moment*, dengan tujuan utama penelitian ini yakni ingin melihat apakah ada Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi di PT. Utama Rentak Media. Untuk tujuan ini, dilakukan pengukuran empirik dengan menggunakan uji statistik *product moment*.

Menurut Sujawerni (2014) analisis *product moment* digunakan apabila peneliti ingin mengetahui bagaimana variabel terikat dapat diprediksikan melalui variabel bebas. Formulasi rumus dari teknik *product moment* yang dimaksud adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2009):

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

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antar tiap butir dengan skor total

$\sum XY$ = Jumlah hasil kali antar setiap butir dengan skor total

$\sum X$ = Jumlah skor keseluruhan subjek untuk tiap butir

$\sum Y$ = Jumlah skor keseluruhan butir pada subjek

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat skor x

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat skor y

N = Jumlah subjek

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *product moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

- a. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara pengaruh kontrol diri dengan prokrastinasi dimana $r_{hit} = -0,822$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$ artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi. Sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka prokrastinasi semakin rendah. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.
2. Koefisien Determinan (r^2) memiliki nilai sebesar 0,676. Artinya sumbangan efektif yang diberikan oleh kontrol diri terhadap prokrastinasi sebesar 67,6%.
3. Nilai rata-rata untuk prokrastinasi diperoleh nilai mean empirik (69,70) < nilai mean hipotetik (77,5) dengan selisih kurang dari 1 SD. Sehingga dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi tergolong sedang. Sedangkan hasil yang diperoleh untuk kontrol diri yaitu mean empirik (62,25) > nilai *mean hipotetik* (57,5) dengan selisih kurang dari 1SD. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kontrol diri tergolong sedang.

B. Saran

Berikut ini dapat diberikan beberapa saran kepada beberapa pihak, sebagai berikut :

1. Saran kepada perusahaan

Disarankan kepada perusahaan agar lebih meningkatkan pengawasan terhadap karyawannya baik yang bekerja dikantor maupun yang bekerja di rumah guna meminimalisir dan menghindari prokrastinasi, serta meningkatkan kontrol diri sehingga pekerjaan yang dihasilkan lebih maksimal.

2. Saran kepada subjek penelitian

Disarankan kepada karyawan PT. Utama Rentak Media untuk membuat *deadline* pribadi di setiap *jobdesc* masing-masing sehingga tidak terjadi penundaan dalam menyelesaikan tugas dan mematuhi *deadline* yang dibuat sendiri.

3. Saran kepada peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dari faktor lainnya yang mempengaruhi prokrastinasi seperti faktor kesadaran diri, harga diri, keyakinan diri, kecemasan sosial dan faktor lainnya yang memiliki pengaruh lebih besar terhadap prokrastinasi, dengan demikian dapat menambah wawasan yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, Afriwanda & Yeltas P, Yanladila. 2009. *Hubungan Motivasi Kerja Terhadap Prokrastinasi Kerja Pegawai Negeri Sipil Di Dinas Lingkungan Hidup Kab. Solok*. Jurnal Penelitian Psikologi, 2-11.
- Anoraga, Panji. 2009. *Psikologi Kerja* Cetakan Kelima. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Anriani, D. 2017. *Hubungan antara Cyberloafing dengan Prokrastinasi Kerja Pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) Di Kantor Dinas Pekerjaan Umum Provinsi Kota Samarinda*. Psikologi, 1–56.
- Ardilasari, Noratika; Firmanto, A. 2012. *Hubungan Self Control dan Perilaku Cyberloafing pada Pegawai Negeri Sipil*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 05(01), 2301–8267.
- Azwar. Saifuddin. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, Roy F. 2018. *Self Regulation and Self Control*. New York: Routledge
- Burke, Jane B dan Lenora M Yuen. 2008. *Procrastination Why You Do it, What to Do About It Now*. Cambbrige: Da Capo Press.
- Dimattia, D., Pychyl, T. A., Weinrach, S. G., Gerstein, J., Clinical, A., & Sprinthall, R. C. (n.d.). *The procrastination*.
- Dinata, I Dewa G.D. 2019. *Hubungan Kontrol Diri, Beban Kerja Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Udayana Yang Bekerja Part Time*. Jurnal Psikologi Udayana, 104-105.
- Fasilita, Dina Audi. (2012). *Kontrol Diri Terhadap Perilaku Agresif Ditinjau Dari Usia Satpol PP Kota Semarang*. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1 (2), 34-40.
- Fauziah, H Hanifah. 2015. *Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung*. Jurnal Ilmiah Psikologi Desember 2015, Vol. 2, No. 2, Hal: 123 – 132.

- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G . 1995. Procrastination and Task Avoidance. *Procrastination and Task Avoidance*, (May).
- Freeman, E. K., Cox-Fuenzalida L.E & Stoltenberg I. 2011. *Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks*. *Curr Psychol*
- Ghufron, M Nur dan Rini Risnawati. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Hapsari, Dian G., & Budiani, M. S. 2019. *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Prokrastinasi Kerja Pada Karyawati PT PERTAMINA (PERSERO)*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Volume 06 Nor 04 , 1-2.
- Hurlock, E. B. 2010. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Istiwidayanti dkk*. Edisi Kelima. Jakarta : Erlangga.
- Kamiko, Nando Putra. 2019. *Hubungan Beban Kerja Dengan Prokratinasi Kerja Pada Karyawan PDAM Karyawan PDAM Tirta Jam Gadang*. *Jurnal Psikologi*, 4-11.
- Knaus, Willian E. 2006. *The Procrastination Workbook*. New York: New Harbinger Publications, Ins.
- Knauss, William. 2010. *End Procrastination Now!*. United States: McGrawHil.
- Kurniawati, Fitria Nur Indah dan Yulianti Dwi Astuti. 2008. *Hubungan Antara Prokrastinasi Dan Stres Kerja Pada Karyawan PT. Armada Finance*.
- Marsela, R Dwi, dkk. 2019. *Kontrol Diri : Definisi dan Faktor*. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research* (2019), 3(2), pp. 65–69.
- Marthen, Yusie. 2018. *Pengaruh Kontrol Diri dan Stres Sekolah Terhadap Perilaku Membolos*. *Psikoborneo*, Vol 6, No 4, 2018: 526- 532.
- Mustikaningsih, Rahajeng. 2013. *Pengaruh Kontrol Diri Dan Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Pecinta Alam Uin Syarif Hidayatullah Jakarta*. *Journal of Psychology* Vol. 18 No. 1 April 2013.
- Nurhayati. 2015. *Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Kerja Pada Pegawai Pt Pln (Persero) Rayon Samarinda Ilir*. *Psikoborneo*, Vol 2, No 4, 2014 : 214-221.

- O'Mara, S. 2018. *Self-Regulation and Self-Control*. In *A Brain for Business – A Brain for Life*.
- Purwaningrum, Andriani D dkk .2017. *Antara Cyberloafing Dengan Prokrastinasi Kerja Pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) DI Kantor Dinas Pekerjaan Umum*
- Saydam, Gouzali. 2005. *Manajemen Sumber Daya Manusia :Suatu Pendekatan Mikro*. Jakarta: Djambaran.
- Siaputra, I Bagus dkk. 2013. *Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*. Makara Seri Sosial Humaniora, 2013, 17(1): 1-18.
- Siregar, K. S. A. (2018). *Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi kerja pada pegawai negeri sipil dinas perumahan kawasan permukiman dan penataan ruang*. Jurnal Diversita, 3(2), 1–15.
- Steel, Piers. (2007). *The Nature Of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure*. Psychological Bulletin, 133 (1), 65-94
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. 2004. *High Self-control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success*. Journal of Personality.
- Wulandari, W. T., & Anis, N. (2017). *Pengaruh Passive Leadership Terhadap Behavioral Incivility Dengan Experienced Workplace Incivility Sebagai Variabel Mediasi Pada Kantor Dinas Pemerintahan Kota Banda Aceh*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Manajemen, 2(1), 58–75.
- Yunia, D. T. 2017. *Hubungan antara Lingkungan Kerja Psikososial dengan Prokrastinasi Kerja Karyawan Tata Usaha Universitas Muhammadiyah Purwokerto*. Skripsi Psikologi. Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Purwokerto.



DATA PENELITIAN SKALA KONTROL DIRI

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	JLH
1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	52
2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	82
3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	1	3	3	3	2	1	3	4	1	3	2	3	64
4	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	2	2	2	58
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	82
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	68
7	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	62
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	69
9	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	52
10	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	83
11	3	2	2	3	3	2	3	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	42
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
13	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	4	3	62

14	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	62	
15	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49
16	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	35	
17	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	49
18	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	71	
19	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	71
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	75
21	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	64
22	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	4	68
23	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2	3	59
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	3	4	65
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	82
26	4	4	2	4	3	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	68
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	83
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	64
29	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	72

30	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	70
31	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	68
32	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49
33	3	3	2	4	4	2	3	1	4	1	3	2	3	3	4	2	3	3	1	3	3	2	3	62
34	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	64
35	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	76
36	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	4	80
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	66
38	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49
39	3	4	1	3	2	1	3	4	4	4	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	2	2	3	61
40	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	52

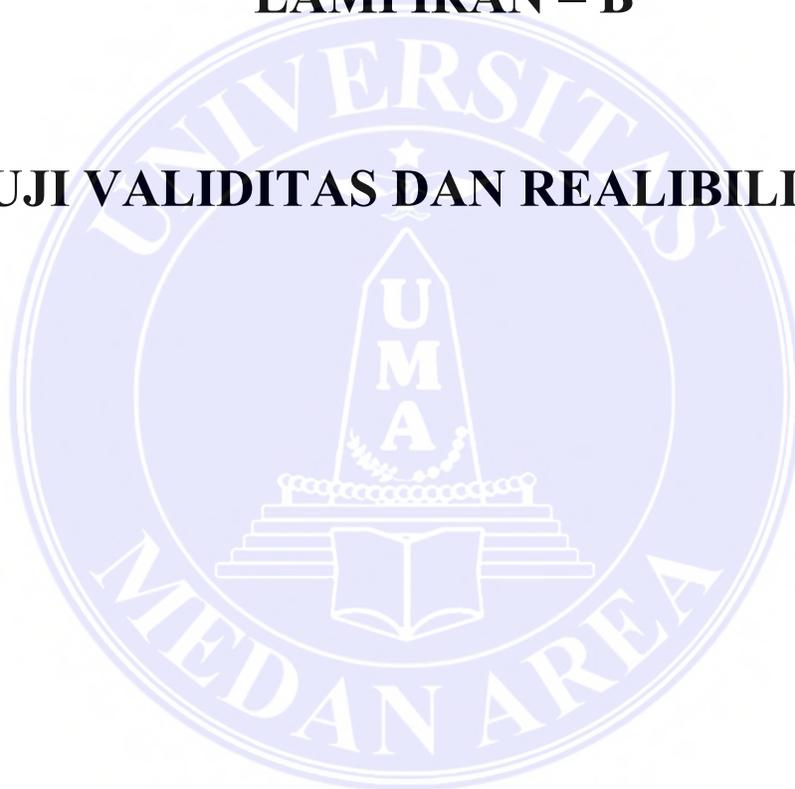
DATA PENELITIAN SKALA PTOKRASTINASI

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	JLH
1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	80
2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	44
3	2	1	2	1	3	2	1	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	60
4	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	64
5	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	4	4	1	69
6	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68
7	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	69
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	86
10	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	36
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	58
13	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	75
14	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	68
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
16	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	112
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62
19	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	76
20	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	39
21	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69
22	3	1	1	1	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	78

23	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	74		
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	1	1	1	1	59		
25	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	60			
26	3	1	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	3	64	
27	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	49		
28	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	86	
29	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	55	
30	2	3	2	3	3	2	3	2	1	1	2	1	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	64	
31	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89	
33	2	1	2	1	3	1	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	55
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	62	
35	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	49	
36	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	4	2	1	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	
37	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	72		
38	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	87	
39	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	81	
40	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	77	

LAMPIRAN – B

UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Reliability

Skala : Kontrol Diri

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.909	24

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	64.60	111.528	.701	.902
X02	64.65	110.387	.660	.902
X03	64.95	111.382	.579	.904
X04	64.60	110.451	.736	.901
X05	64.58	113.994	.458	.906
X06	64.60	111.528	.701	.902
X07	64.73	111.230	.586	.904
X08	64.80	113.600	.415	.907
X09	64.50	115.333	.377	.908
X10	64.73	111.230	.586	.904

X11	65.10	114.092	.406	.908
X12	64.98	115.307	.356	.908
X13	64.80	113.600	.415	.907
X14	65.33	110.738	.677	.902
X15	65.20	112.677	.524	.905
X16	65.23	106.538	.733	.900
X17	65.15	109.310	.656	.902
X18	65.18	110.353	.572	.904
X19	65.25	132.551	-.579	.927
X20	65.18	110.353	.572	.904
X21	65.08	109.661	.648	.902
X22	65.23	113.615	.424	.907
X23	65.10	108.964	.779	.900
X24	65.33	110.738	.677	.902

Mean Hepotetiknya adalah $(23 \times 4) + (23 \times 1) : 2 = 57,5$

Scale Statistics			
Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
67.78	121.974	11.044	24

Reliability

Skala: Prokrastinasi

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.968	31

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	67.35	285.156	.853	.966
Y2	67.73	288.307	.698	.967
Y3	67.38	288.907	.678	.967
Y4	67.33	288.533	.609	.967
Y5	67.03	294.179	.557	.967
Y6	67.48	289.846	.613	.967
Y7	67.65	286.797	.741	.966
Y8	67.58	288.251	.654	.967
Y9	67.70	283.087	.845	.966
Y10	67.33	287.763	.684	.967
Y11	67.28	285.640	.821	.966
Y12	67.43	286.097	.799	.966
Y13	67.18	290.353	.634	.967
Y14	67.35	287.413	.763	.966
Y15	67.43	284.712	.758	.966
Y16	67.55	287.741	.618	.967

Y17	67.40	291.426	.587	.967
Y18	67.53	287.692	.681	.967
Y19	67.60	296.041	.527	.968
Y20	67.53	294.051	.579	.967
Y21	67.63	294.394	.518	.968
Y22	67.53	297.076	.476	.968
Y23	67.50	294.308	.501	.968
Y24	67.48	285.846	.731	.966
Y25	67.50	288.051	.716	.967
Y26	67.43	286.046	.801	.966
Y27	67.53	284.410	.869	.966
Y28	67.50	284.769	.843	.966
Y29	67.23	290.743	.619	.967
Y30	67.43	285.687	.751	.966
Y31	67.50	285.538	.851	.966

Mean Hipotetikny adalah $(31 \times 1) + (31 \times 4) : 2 = 77,5$

Scale Statistics			
Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
69.70	307.908	17.547	31



LAMPIRAN-C

UJI NORMALITAS VARIABEL

PENELITIAN

UJI NORMALITAS

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		TOTAL_X	TOTAL_Y
N		40	40
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	65.25	69.70
	Std. Deviation	11.513	17.547
Most Extreme Differences	Absolute	.107	.116
	Positive	.056	.116
	Negative	-.107	-.077
Test Statistic		.107	.116
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.191 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			

LAMPIRAN- D

UJI LINEARITAS VARIABEL PENELITIAN

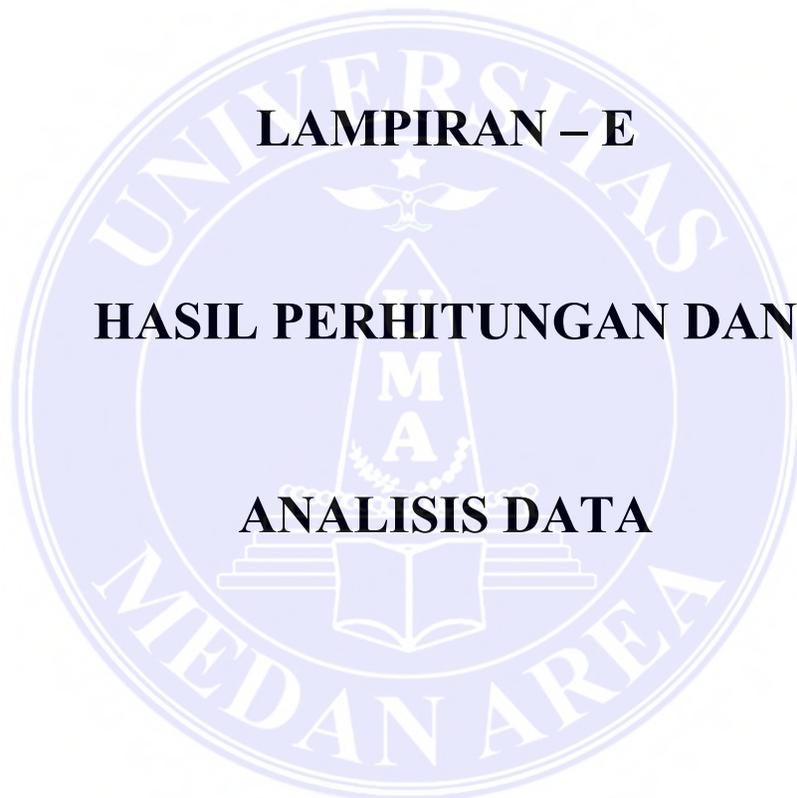


UJI NORMALITAS

Case Processing Summary						
	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
TOTAL_Y * TOTAL_X	40	100.0%	0	0.0%	40	100.0%

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTAL_Y * TOTAL_X	Between Groups	(Combined)	10502.733	24	437.614	4.360	.002
		Linearity	8117.707	1	8117.707	80.872	.000
		Deviation from Linearity	2385.027	23	103.697	1.033	.486
Within Groups			1505.667	15	100.378		
Total			12008.400	39			

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
TOTAL_Y * TOTAL_X	-.822	.676	.935	.875



LAMPIRAN – E

HASIL PERHITUNGAN DAN

ANALISIS DATA

KORELASI PRODUCT MOMENT

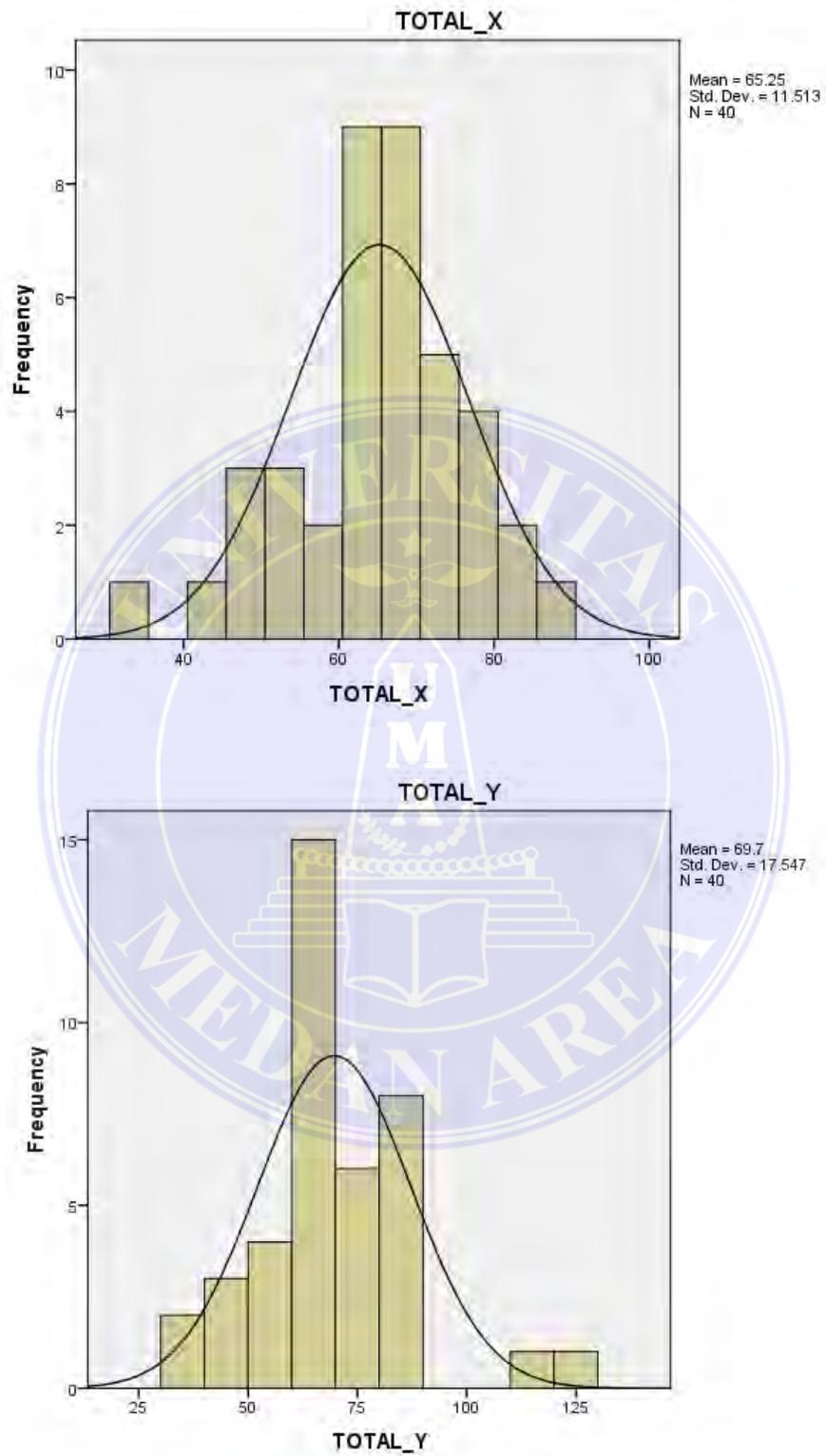
Correlations			
		TOTAL_X	TOTAL_Y
TOTAL_X	Pearson Correlation	1	-.822**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
TOTAL_Y	Pearson Correlation	-.822**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

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

TABEL FREKUENSI

KONTROL DIRI					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	8	20.0	20.0	20.0
	SEDANG	26	65.0	65.0	85.0
	TINGGI	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

PROKRASINASI					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	5	12.5	12.5	12.5
	SEDANG	27	67.5	67.5	80.0
	TINGGI	8	20.0	20.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	





LAMPIRAN – F

ALAT UKUR PENELITIAN

SKALA KONTROL DIRI

Isilah Identitas Dibawah ini:

Nama :

Usia :

Masa Kerja :

Petunjuk pengisian :

1. Semua aitem ditulis dalam bentuk PERNYATAAN, silahkan memilih salah satu alternatif respon yang sudah disediakan pada pilihan jawaban dari pernyataan.
2. Berilah tanda check-list (√) pada penilaian pernyataan yang sesuai dengan pendapat anda.
3. Alternatif pilihan respon tersebut adalah :
 - a. SS : Sangat Setuju
 - b. S : Setuju
 - c. TS : Tidak Setuju
 - d. STS : Sangat Tidak Setuju
4. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah, semua jawaban yang anda pilih adalah benar asalkan anda menjawab dengan jujur sesuai dengan kondisi anda.

SKALA KONTROL DIRI

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu menempatkan diri sesuai situasi yang terjadi di tempat kerja.				
2	Saat bekerja saya tidak terganggu dengan kesenangan dan hobi				
3	Masalah pribadi tidak mempengaruhi kinerja saya di kantor				
4	Saya berusaha untuk dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan deadline yang sudah ditetapkan				
5	Saya tidak mudah menyerah saat menemui hambatan dalam bekerja				
6	Saya langsung panik saat mendengar berita adanya perampingan pegawai di tempat kerja				
7	Saya merasa kesal saat mengetahui atasan memajukan jadwal pengumpulan tugas				
8	Saya akan menikmati waktu istirahat bila pekerjaan saya telah selesai				
9	Saya tidak mempermasalahkan jam kerja asalkan sesuai dengan jasa yang di terima				
10	Saya tidak pernah mengeluh mengerjakan pekerjaan yang menjadi tanggung jawab				
11	Saya mampu menyelesaikan tugas dibawah tekanan				
12	Setiap mengambil keputusan saya berusaha tetap tenang				
13	Saya berusaha memanage waktu kerja dengan seefektif mungkin				

14	Saya mudah terganggu saat diajak ngobrol temen waktu jam kerja				
15	Saya kesulitan untuk berkonsentrasi pada saat melakukan pekerja				
16	Saya sering menunda pekerjaan				
17	Saya mudah putus asa apabila gagal menyelesaikan tugas yang di berikan atasan				
18	Saya merasa senang saat atasan memberikan bonus atas pekerjaan saya				
19	Saya mearasa senang diberitahukan mendapat promosi jabatan karena prestasi kerja				
20	Menurut saya peraturan di kantor kurang bijaksana dan merugikan banyak pihak				
21	Saya sering mengejakan tugas dengan terburu-buru				
22	Saya sering mengisi waktu jam kerja dengan bermain gadget				
23	Saya kesulitan untuk konsisten dalam mengambil keputusan				
24	Pada saat dalam kondisi cemas saya kesulitan menyelesaikan tugas yang saya hadapi				

SKALA PROKRASTINASI

Isilah Identitas Dibawah ini:

Nama :

Usia :

Masa Kerja :

Petunjuk pengisian :

1. Semua aitem ditulis dalam bentuk PERNYATAAN, silahkan memilih salah satu alternatif respon yang sudah disediakan pada pilihan jawaban dari pernyataan.
2. Berilah tanda check-list (√) pada penilaian pernyataan yang sesuai dengan pendapat anda.
3. Alternatif pilihan respon tersebut adalah :
 - a. SS : Sangat Setuju
 - b. S : Setuju
 - c. TS : Tidak Setuju
 - d. STS : Sangat Tidak Setuju
4. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah, semua jawaban yang anda pilih adalah benar asalkan anda menjawab dengan jujur sesuai dengan kondisi anda.

SKALA PROKRASTINASI

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya suka menunda memulai pekerjaan.				
2	Tugas yang saya terima tidak saya selesaikan sampai akhir				
3	Saya kesulitan dalam menuntaskan pekerjaan				
4	Saya memerlukan waktu tambahan untuk memenuhi <i>deadline</i> dari atasan				
5	Saya tidak bias bekerja dengan optimal dengan baik bila diberi waktu kerja yang singkat				
6	Saya dikenal sangat lambat dalam menyelesaikan pekerjaan				
7	Saya selalu terlambat menyerahkan pekerjaan				
8	Saya kerap dimarahi atasan karena terlambat menyelesaikan tugas				
9	Saya tidak bersemangat menyelesaikan tugas yang di berikan atasan				
10	Saya lebih banyak berencana daripada bekerja				
11	Saya sering mengabaikan waktu yang sudah saya tentukan untuk menyelesaikan pekerjaan saya				
12	Saya lebih senang bermain gadget dibandingkan menyelesaikan pekerjaan				
13	Saya sering mengobrol dengan rekan kerja disela waktu kerja				
14	Saya kesulitan mengatur waktu kerja dengan waktu istirahat				
15	Saya senang bermain <i>game online</i>				

	disela-sela pekerjaan saya				
16	Saya sering belanja online disela-sela pekerjaan saya yang belum selesai				
17	Saya akan langsung mengerjakan tugas yang saya terima				
18	Saat ada tugas langsung saya kerjakan				
19	Semua pekerjaan yang menjadi jobdesk saya dapat diselesaikan dengan hasil yang memuaskan				
20	Saya langsung menyelesaikan tugas yang sudah saya mulai				
21	Saya menyerahkan pekerjaan sesuai <i>deadline</i>				
22	Saya dapat menyelesaikan tugas dari waktu yang telah ditentukan				
23	Saya dapat mengerjakan pekerjaan tepat waktu				
24	Saya mendapat reward karena selalu tepat waktu dalam penyelesaian pekerjaan.				
25	Saya tetap mengerjakan pekerjaan ketika menghadapi kendala				
26	Saya menyelesaikan pekerjaan sebelum tenggat waktu yang di berikan				
27	Pekerjaan yang saya lakukan sudah saya jadwalkan dari jauh hari. Saya menyusun jadwal kerja agar tahu kapan suatu tugas harus dikerjakan				
28	Saya melaksanakan semua pekerjaan yang sudah saya rencanakan				

29	Saya mengisi waktu luang untuk menyelesaikan pekerjaan saya.				
30	Saya mampu mengatur jadwal untuk pekerjaan dengan kesenangan pribadi				
31	Saya selalu fokus saat mengerjakan tugas.				





LAMPIRAN G

SURAT PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I Jalan Kotam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8228331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 675/FPSP/01.10/XI/2020
 Lampiran : -
 Hal : Pengambilan Data

Medan, 26 November 2020

Yth. Direktur Utama PT. Utama Rentak Media
 (Media Siber RentakNews.com)
 Di
 Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Pristi Hapsari Hasugian
 NPM : 168600394
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di PT. Utama Rentak Media (Media Siber RentakNews.com), Jl. Karya Jaya No. 196, Gedung Johor, Kec. Medan Johor, Kota Medan, Sumatera Utara 20114 guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Karyawan Saat Pandemi Covid-19 Di PT. Utama Rentak Media (Media Siber RentakNews.com)*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Perusahaan yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

 Laili Alfia, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip
-





MEDIA SIBER

Rentaknews.com

Komplek Karya Jaya Shafira, Jalan Karya Jaya No.198 Kecamatan Medan Johor
KOTA MEDAN

SURAT KETERANGAN

No. : 01/SKT-RNC/12/2020

Sehubungan Surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (UMA) nomor 676/FPSI/01.10/XI/2020 tanggal 26 November 2020 tentang Pengambilan Data, bersama ini diterangkan bahwa:

Nama : Pristi Hapsari Hasugian
NPM : 168600394
Program : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi
Universitas : UMA

Diizinkan melakukan pengambilan data di PT. Utama Rentak Media/Media Siber Rentaknews.com beralamat di Jalan Karya Jaya No. 196 Gedung Johor, Kota Medan guna penyusunan skripsi berjudul: "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prilaku Prokrastinasi Karyawan Saat pandemi Covid-19 di PT. Utama Rentak Media.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 30 November 2020
Media Siber Rentaknews.com


Drs. Harun Al Rasvid
Managing Editor



MEDIA SIBER

Rentaknews.com

Komplek Karya Jaya Shafira, Jalan Karya Jaya No 198 Kecamatan Medan Johor
KOTA MEDAN

SURAT KETERANGAN

No. : 02/SKT-RNC/12/2020

Managing Editor PT Utama Rentak Media, dengan ini menerangkan bahwa Mahasiswa Universitas Medan Area, sebagai berikut :

Nama : Pristi Hapsari Hasugian
NPM : 168600394
Program : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi
Universitas : UMA

Benar telah melakukan riset di PT Utama Rentak Media, sesuai surat persetujuan Riset dari kami Nomor 01/SKT-RNC/12/2020 pada tanggal 30 November 2020, terhitung 02 Desember 2020 s/d 05 Desember 2020.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 07 Desember 2020
Media Siber Rentaknews.com


Drs. Harun Al Rasyid
Managing Editor