



**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS X DI SMKN 2 PAYAKUMBUH**

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana(S-1)
Jurusan Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

RIZKI YOLANDA

NIM 14 108 105

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
BATUSANGKAR**

2018

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizki Yolanda
NIM : 14 108 105
Tempat / Tanggal Lahir : Pekanbaru/ 07 April 1994
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan : Bimbingan Konseling

Dengan ini Menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul: **"HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS X SMK 2 PAYAKUMBUH** adalah benar karya sendiri bukan sebagai plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, 28 Agustus 2018
Saya yang menyatakan



RIZKI YOLANDA
NIM. 14 108 105

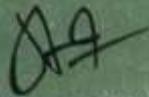
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama RIZKI VOLANDA, NIM: BK 14 108 105, judul: HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMK NEGERI 2 PAYAKUMBUH, memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah memenuhi syarat untuk dilanjutkan ke sidang *manaqaryah*

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar, Juli 2018

Pembimbing I



Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons
NIP. 19680319 199603 2 001

Pembimbing II

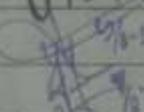
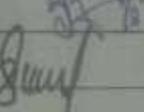


Dasril, S.Ag., M.Pd
NIP. 19750201 200501 1 007

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama Rizki Yolanda, NIM: 14 108 105, berjudul: HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS X DI SMKN 2 PAYAKUMBUH, telah diujikan dalam Ujian Monev pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batangkar yang dilaksanakan tanggal 9 Agustus 2018.

Demikianlah surat persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan dan Tanggal Persetujuan
1	Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons Nip.19680319 199603 2 001	Ketua sidang/ Pembimbing I	
2	Dasril, S.Ag., M.Pd Nip.19750201 200501 1 007	Pembimbing II/ Penguji IV	
3	Dra. Desmita, M.Si Nip.19681228 199803 2 001	Penguji I	
4	Sirrazni, S.Psi.L, M.Pd Nip.19810501 201101 2 010	Penguji II	

Batangkar, 16 Agustus 2018

Kesetuju
Dekan Fakultas tarbiyah dan
Ilmu Keguruan



ABSTRAK

RIZKI YOLANDA. NIM, BK 14 108 105 judul Skripsi “**Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh**”. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Pokok permasalahan dalam skripsi ini adalah hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi siswa SMKN 2 Payakumbuh. Tujuan pembahasan ini untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa SMKN 2 Payakumbuh.

Metode penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi sebanyak 518 orang siswa dan sampel sebanyak 103 orang siswa. Penulis menggunakan teknik *random sampling*. Instrument pengumpul data yang digunakan yaitu skala manajemen waktu dan skala prokrastinasi akademik.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi product moment. Berdasarkan skala yang penulis berikan kepada siswa yang menjadi sampel penelitian ini didapat bahwa manajemen waktu siswa pada siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh pada umumnya berada pada kategori tinggi sedangkan prokrastinasi akademik siswa berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil data penelitian yang ditemukan r_{xy} lebih besar dari r_{tabel} pada alpha nol koma nol lima. Maka hipotesis alternatif (Ha) dan hipotesis nihil (Ho) ditolak. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat korelasi sedang antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti bahwa antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh terdapat korelasi yang signifikan.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

BIODATA PENULIS

HALAMAN PERSEMBAHAN

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat dan luaran penelitian.....	8
G. Defenisi Operasionalan	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Landasan Teori.....	11
1. Prokrastinasi Akademik	11
a. Pengertian Prokrastinasi.....	11
b. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	13
c. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	14
d. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademiki	22
e. Faktor Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	24
f. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	27

2.	Manajemen waktu	30
a.	Pengertian Manajemen Waktu	30
b.	Ciri-ciri Orang yang Mampu Memanajemen Waktu	31
c.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Manajemen Waktu.....	33
d.	Dampak Manajemen Waktu.....	35
e.	Kendala dalam Manajemen Waktu	36
f.	Teknik Manajemen Waktu.....	38
B.	Kaitan Prokrastinasi dengan Manajemen Waktu	42
C.	Penelitian yang Relevan	44
D.	Kerangka Berfikir.....	46
E.	Hiptesis penelitian	47
BAB III	METODE PENELITIAN.....	48
A.	Jenis Penelitian.....	48
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	48
C.	Populasi dan Sampel	48
1.	Populasi	48
2.	Sampel.....	49
D.	Pengembangan Instrumen	52
1.	Validitas	52
a.	Validitas isi.....	52
b.	Validitas Construct,.....	54
2.	Reliabilitas.....	55
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	56
F.	Teknik Analisis Data.....	61
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A.	Deskripsi Data	63
1.	Deskripsi Data tentang Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMK Negeri 2 Payakumbuh	63
a.	Membuat Daftar Tugas yang Harus Dilakukan	68
b.	Menentukan Prioritas Tugas yang Tercantum Dalam Daftar	71
c.	Melakukan Evaluasi	75

2.	Deskripsi Data tentang Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMK Negeri 2 Payakumbuh	79
3.	Penundaan Untuk Memulai dan Mengerjakan Tugas	83
4.	Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas.....	87
B.	Pengujian Persyaratan Analisis	99
1.	Data berdistribusi normal.....	100
2.	Data harus homogen.....	101
3.	Tipe data interval atau rasio	101
C.	Pengujian Hipotesis.....	102
1.	Analisis Korelasi Product Moment	102
2.	Interpretasi.....	108
D.	Pembahasan.....	109
Bab V	PENUTUP	113
A.	Kesimpulan.....	113
B.	Saran.....	113
	DAFTAR PUSTAKA	115
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia, dengan adanya pendidikan seseorang akan memiliki wawasan yang sangat luas dan mampu menghadapi dunia sekarang. Sekolah merupakan lembaga yang memberikan pendidikan kepada anak secara formal. Siswa sebagai subjek yang belajar di sekolah tentunya tidak pernah terlepas dari kegiatan belajar, mengerjakan tugas-tugas dari guru dan lain sebagainya. Banyaknya tugas dan kegiatan yang dilakukan oleh siswa sangat diperlukannya strategi dalam penyelesaian tugas-tugas. Setiap siswa mempunyai strategi yang berbeda, ada yang langsung mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, dan ada pula yang memilih menunda mengerjakan tugas dengan alasan masih ada hari esok atau waktunya yang masih lama untuk menyelesaikannya. Mengulur waktu dan melakukan penundaan pengerjaan tugas dan kewajiban belajar merupakan salah satu tanda ketidaksiapan individu dalam menggunakan waktu secara efektif. Pemanfaatan waktu yang tidak efektif merupakan suatu hambatan yang akan berakibat terjadinya penundaan dalam penyelesaian tugas. Perilaku menunda tugas-tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Ruminani (2006:39) prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku dalam menunda pelaksanaan atau penyelesaian tugas pada 6 area akademik yaitu:

Tugas mengarang, belajar untuk ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan dan kinerja akademik secara umum. Hal ini dilakukan secara terus menerus baik itu penundaan jangka pendek, penundaan beberapa saat menjelang *deadline* ataupun penundaan jangka panjang hingga melebihi *deadline* sehingga mengganggu kinerja dalam rentang waktu terbatas dengan mengganti aktivitas yang tidak begitu penting.

Berdasarkan kutipan di atas prokrastinasi yang penulis maksud adalah penundaan yang dikukan pada tugas–tugas akademik yang difokuskan kepada siswa di sekolah. Penudaan ini seperti penundaan pengumpulan tugas, penudan belajar, penudaan membaca buku serta kecendrungan melakukan aktivitas yang tidak begitu penting yang bersifat hiburan dan menghabiskan waktu. Jika hal ini dibiarkan secara terus menerus maka akan berdampak menjadi pribadi yang tidak produktif. Hal ini akan merugikan diri individu tersebut serta orang lain. Dalam Al-quran di jelaskan bahwa jangan kamu menunggu waktu sampai kamu mati. hal ini di jelaskan dalam surat (Al-Bugha, dalam fibriana,2009:6)

عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ : أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِمَنْكَبِي فَقَالَ : كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْ عَابِرُ سَبِيلٍ . وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا يَقُولُ : إِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تَنْتَظِرِ الصَّبَاحَ ، وَإِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تَنْتَظِرِ الْمَسَاءَ ، وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ لِمَرَضِكَ ، وَمِنْ حَيَاتِكَ لِمَوْتِكَ . [رواه البخاري]

Artinya : *Ibnu Umar ra. Berkata, Rasulullah memegang pundakku dan bersabda, “di dunia ini, jadilah kamu seperti orang asing atau penyeberang jalan.” Ibnu Umar ra. berkata, ‘ Jika kamu di sore hari, jangan menunggu pagi hari; dan jika kamu di pagi hari, jangan menungu sore. Manfaatkan waktu sehatmu sebelum kamu sakit, dan waktu hidupmu sebelum kamu mati.”*

Berdasarkan hadits di atas dijelaskan Rasulullah menegaskan kita untuk memanfaatkan waktu agar tidak terjadinya penundaan pada setiap pekerjaan. Islam merupakan agama kehidupan dan agama yang mendorong umatnya untuk berkarya. Pernyataan di atas jelaslah bahwa kamu dilarang menunggu waktu kerjakan sesuatu sebelumn waktu yang telah ditentukan.

Manfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya sebelum kamu sakit dan sebelum waktu hidupmu berakhir di dunia ini.

Ghufron & Rini (2010:158) mengungkapkan ada beberapa hal yang menjadi ciri-ciri prokrastinasi akademik, yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik sangatlah banyak diantaranya menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas, walaupun individu tersebut menyadari bahwa tugas tersebut sangatlah penting tanpa mempedulikan batasan waktu yang disepakati bersama, keterlambatan dalam mengerjakan tugas artinya terlambat dalam mengerjakan dan terlambat dalam mengumpulkan semua tugas yang diberikan guru sehingga orang tersebut dikatakan orang yang prokrastinasi. Selanjutnya ciri-cirinya adalah kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual artinya tidak bisa menyeimbangkan waktu antara perencanaan dalam pekerjaan dengan kenyataan yang dilakukan. Kemudian melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan artinya lebih mendahulukan kepentingan yang tidak menguntungkan seperti bermain daripada mengerjakan tugas.

Salah satu ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Agar tidak terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa, siswa harus mampu dalam mengatur waktu dengan baik. Apabila siswa memiliki manajemen waktu yang baik maka siswa akan menghindari perilaku penundaan. Manajemen waktu merupakan hal yang sangat penting bagi diri seseorang, terutama siswa, dalam belajar siswa harus mampu dalam mengelolah waktu dengan baik. Macan (dalam Fahmayanti, 2016, p.10) mengungkap manajemen waktu yaitu:

Pengaturan diri individu dalam menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan melakukan perencanaan, penjadwalan,

pengontrolan waktu, dan selalu membuat skala prioritas menurut kepentingannya, serta keinginan yang terorganisasi yang dapat dilihat dari perilaku seperti mengatur tempat kerja dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang harus diselesaikan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa manajemen waktu adalah pengaturan diri individu dalam menggunakan waktu sebaik mungkin dengan membuat perencanaan agar mencapai tujuan yang diinginkan diri individu, penjadwalan dan pengontrolan waktu artinya mampu membuat jadwal dan mengontrol setiap tindakan yang berhubungan dengan waktu kemudian membuat daftar prioritas yang dianggap penting sehingga individu dapat menjalankan daftar tersebut secara terorganisir dan secara runtut. Serta mengerjakan suatu pekerjaan sesuai dengan penjadwalan yang telah ditentukan tanpa menunda-nunda setiap kegiatan tersebut.

Pemanfaatan manajemen waktu merupakan suatu hal yang sangat penting untuk diatur dalam kehidupan individu agar tujuan seseorang individu terjalani. Tujuan dari semua ini adalah untuk menjadikan individu menjadi seseorang pribadi yang mandiri dalam merencanakan menentukan tujuan, mengevaluasi kemajuan dan memberikan penguatan pada diri. Dalam menjalani kehidupan di dunia apabila ada manusia yang melalaikan waktu mereka termasuk orang yang merugi sebagaimana Allah SWT menegaskan dalam QS. Al-‘Ashr: 1-3 dan AL- Furqan: 62, berfirman yaitu:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا

بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: *Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran.*(Q.S AL- A’shr: 1-3)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia memang benar-benar berada dalam kerugian apabila tidak memanfaatkan waktu yang telah diberikan oleh Allah secara optimal untuk mengerjakan perbuatan-perbuatan baik. Dan demi masa sesungguhnya manusia berada dalam kerugian kecuali orang yang mengerjakan amal sholeh dan hendaknya saling mengingatkan dalam segala hal saling nasehat menasehati dalam menaati kebenaran dan menepati kesabaran. Dan Allah SWT dalam QS Al – Furqan:62 menegaskan bagaimana pergantian siang dan malam dan seharusnya dalam pergantian tersebut dapat dijadikan sebagai pelajaran.

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنۢ أَرَادَ أَن يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا



Artinya : Dan Dia (pula) yang menjadikan malam dan siang silih berganti bagi orang yang ingin mengambil pelajaran atau orang yang ingin bersyukur.

Firman Allah SWT. di atas menjelaskan bahwa islam mengajarkan untuk menghargai waktu. Allah menciptakan siang dan malam agar kita dapat mengambil pelajaran untuk bersyukur apa yang telah dilalui pada hari itu. Seseorang insan yang baik mampu dalam mengatur waktunya dengan baik tanpa ada paksaan dan perintah dari orang lain.

Menurut Haynes (dalam Narwasih, 2015:14) membagi langkah-langkah dalam pembagian waktu dengan baik yaitu: “membuat daftar tugas yang harus dilakukan, menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar dan melakukan evaluasi”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa, dalam mengelola waktu seseorang perlu melakukan beberapa hal diantaranya: pertama, membuat daftar tugas yang harus dilakukan yang artinya membuat

daftar tugas-tugas yang diberikan guru dalam sebuah kertas sesuai dengan tugas yang diberikan oleh guru/ pendidik. Kedua, menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar yang telah direncanakan. Artinya memilih tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu sesuai waktu pengumpulannya. Ketiga, melakukan evaluasi setiap pekerjaan yang telah selesai dilakukan artinya menilai pekerjaan/ tugas yang dikerjakan apakah sudah sesuai dengan yang diharapkan atau tidak.

Menurut Mujahidah (2014:6) “apabila semakin tingginya tingkat manajemen waktu maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa. Sebaliknya apabila rendahnya tingkat manajemen waktu maka semakin tinggi prokrastinasi akademik”.

Berdasarkan uraian di atas penulis melakukan wawancara ke SMKN 2 Payakumbuh dengan guru BK yaitu:

Informasi yang penulis dapatkan bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi kebanyakan pada siswa kelas X. Prokrastinasi yang dilakukan siswa seperti pada saat guru mata pelajaran memberikan tugas siswa lebih suka bermain sosial media, setiap siswa diberikan tugas rumah siswa tersebut tidak tepat waktu dalam mengumpulkannya, serta ada juga siswa yang mengutamakan pekerjaan yang tidak diprioritaskan yang menyebabkan penundaan. Informasi ini didapatkan guru BK dari guru mata pelajaran (Guru bk, 15 Februari 2018).

Selanjutnya Penulis mewawancarai guru mata pelajaran yang mengajarkan di kelas X. Informasi yang penulis dapatkan bahwa:

kebanyakan siswa yang sering melakukan prokrastinasi adalah siswa kelas X. Prokrastinasi yang dilakukannya seperti: pada waktu diberikan tugas ada beberapa siswa yang sibuk dengan sosial media yang menyebabkan menunda dalam pengerjaan tugas latihan dikelas, dan ada juga siswa yang penundaan dalam pengumpulan PR dari guru mata pelajaran. Guru mata pelajaran juga sudah memberikan sanksi kepada setiap siswa yang melanggar seperti: nilai yang dikosongkan, berdiri didepan kelas selama jam pelajaran berlangsung serta melaporkan kepada guru Bk. Sanksinya dari guru BK seperti teguran

kepada siswa yang prokrastinasi, serta ada juga siswa yang membuat surat perjanjian tertulis (Guru mata pelajaran 19 Februari 2018).

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa informasi yang didapatkan adalah,

Mereka mengerjakan tugas ketika dealine sudah mendesak, tidak pernah membuat daftar tugas, lebih suka bermain game dari pada mengerjakan tugas, jika guru menyuruh mengumpulkan pr pada mata pelajaran yang tidak disukai beberapa orang siswa memilih untuk tidak hadir pada mata pelajara tersebut, jika ada soal yang sulit dan tidak di mengerti mereka lebih memilih untuk menunda dalam mengerjakannya(mengandalkan teman yang pintar). Ada juga beberapa siswa yang merencanakan tugas tetapi tidak pernah berjalan dengan sesuai rencana. (siswa 19 februari 2018)

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti mengambil kesimpulan bahwa siswa kurang mampu dalam mengelola waktu antara belajar dan aktifitas yang lain. Hal tersebut mengakibatkan siswa tersebut menunda menyelesaikan tugas disekolah.

Berdasarkan fenomena yang penulis temukan di lapangan, peneliti tertarik untuk melanjutkan penelitian tentang **“Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMK N 2 Payakumbuh”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka identifikasinya sabagai berikut:

1. Hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X
2. Faktor–faktor yang mempengaruhi tindakan prokrastinasi akademik siswa kelas X
3. Tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X SMK N 2 Payakumbuh.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut penulis paparkan di atas, yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini adalah: “Hubungan

Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMK N 2 Payakumbuh”.

D. Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMK N 2 Payakumbuh”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa.

F. Manfaat dan luaran penelitian

1. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

- 1) Sebagai pengembangan dan pembinaan disiplin ilmu bimbingan dan konseling
- 2) Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan sumber ilmu dalam bidang bimbingan dan konseling terutama yang terkait dengan bagaimana hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa

b. Manfaat Praktis

1) Bagi penulis/ peneliti

Bagi peneliti sendiri, penelitian ini sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan studi Strata Satu (S.1). Jurusan Tarbiyah Program Studi Bimbingan Konseling di Institut Agama Islam Negri (IAIN) Batusangkar.

2) Bagi Sekolah

Menjadi bahan masukan dan pertimbangan bagi guru BK di sekolah agar dapat menjalankan konsep layanan Bimbingan dan Konseling untuk suatu kepentingan tertentu dalam mendukung pencapaian tujuan Bimbingan dan Konseling di sekolah yaitu perkembangan siswa yang optimal.

3) Bagi Siswa

Dapat memberi masukan kepada siswa sehingga para siswa dengan guru pembimbing mengetahui tentang hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa.

4) Bagi Orang Tua

Dapat memberikan masukan kepada orang tua sebagai bahan pertimbangan dalam mendidik dan mengarahkan putra-putrinya dalam belajar serta untuk meningkatkan usaha kerja sama dengan sekolah khususnya dalam prokrastinasi akademik.

2. Luaran penelitian

Sementara luaran penelitian atau target yang ingin dicapai dari penelitian ini selanjutnya adalah layak sebagai syarat untuk mendapatkan gelar S-1 dan diseminarkan pada forum munaqshah

G. Defenisi Operasionalan

Untuk memperoleh gambaran yang jelas istilah yang terdapat dalam judul penelitian ini, maka perlu penulis menjelaskan beberapa istilah yang berkenaan dengan penelitian yaitu:

Hubungan (korelasi), Hanafi (2011:145) hubungan (korelasi) adalah “penelitian yang bertujuan untuk mengukur tentang ada atau tidak adanya hubungan antara dua atau lebih dari variabel yang diajukan peneliti dengan ukuran– ukuran yang valid dan reliabel”. Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk melihat adanya hubungan antara dua variabel yang di teliti oleh peneliti. Kolerasi yang penulis maksudkan dalam penelitian ini adalah mendeteksi sejauh mana manajemen waktu berkaitan dengan prokrastinasi akademik

Manajemen waktu, menurut Haynes (dalam Narwasih, 2015:14) membagi langkah-langkah dalam pembagian waktu dengan baik yaitu: “membuat daftar tugas yang harus dilakukan, menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar dan melakukan evaluasi”

Manajemen waktu yang peneliti maksud adalah membuat daftar tugas yang harus dilakukan, menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar dan melakukan evaluasi

Prokrastinasi akademik, menurut Ruminani (2006:39) prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku dalam menunda pelaksanaan atau penyelesaian tugas pada 6 area akademik yaitu:

Tugas mengarang, belajar untuk ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan dan kinerja akademik secara umum. Hal ini dilakukan secara terus menerus baik itu penundaan jangka pendek, penundaan beberapa saat menjelang *deadline* ataupun penundaan jangka panjang hingga melebihi *deadline* sehingga mengganggu kinerja dalam rentang waktu terbatas dengan mengganti aktivitas yang tidak begitu penting.

Berdasarkan kutipan di atas prokrastinasi yang penulis maksud adalah penundaan yang dikukan pada tugas–tugas akademik yang difokuskan kepada siswa di sekolah. Penudaan ini seperti penundaan pengumpulan tugas, penudan belajar, penudaan membaca buku serta kecendrungan melakukan aktivitas yang tidak begitu penting yang bersifat hiburan dan menghabiskan waktu. Jika hal ini dibiarkan secara terus menerus maka akan berdampak menjadi pribadi yang tidak produktif. Hal ini akan merugikan diri individu tersebut serta orang lain. Ghufon & Rini (2010:158) mengungkapkan ada beberapa hal yang menjadi ciri-ciri prokrastinasi akademik, yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan pernyataan di atas maka penelitian yang peneliti maksud adalah untuk melihat bagaimana keterkaitan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa di sekolah, dan bagaimana siswa agar mampu mengelola waktunya di sekolah maupun diluar jam sekolah dengan baik.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi

Perilaku menunda pekerjaan merupakan suatu hal yang sering terjadi pada diri seorang individu. Perilaku menunda-nunda dan tidak mengerjakan tugas secara tepat waktu disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi dapat dikatakan suatu pekerjaan yang tidak bisa dikerjakan dengan tepat waktu yang menyebabkan seseorang lalai dalam mengerjakannya sehingga menyebabkan terjadinya prokrastinasi. Menurut Gufron & Rini (2010:150) “Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda” sampai hari esok”. Solomon & Rothblum (dalam Gasim, 2016:36) mengatakan yaitu:

Procrastination, the act off needlessly delaying tasks to the point of the exsperiencing subjective discomfort, in an all- to- familiar problem. Pernyataan ini menjelaskan bahwa suatu penundaan itu dilakukan pada tugas penting, dilakukan secara berulang-ulang secara sengaja, menimbulkan perasaan tidak nyaman, serta tidak subjektif dirasakan oleh seorang prokrastinator.

Berdasarkan kutipan di atas menjelaskan bahwa prokrastinator melakukan penundaan dengan sengaja. Penundaan ini sering kali terjadi pada tugas yang sangat penting. Penundaan yang dilakukan oleh seorang prokrastinator dilakukan secara berulang-ulang secara tidak disadari sehingga menimbulkan perasaan tidak senang dan biasanya tugas yang berhubungan dengan prokrastinasi adalah tugas yang sangat penting dan dapat merugikan apabila tidak dikerjakan. Senada dengan hal tersebut

Solomon, L.J & Burka, J Ellis (dalam Mujahidah, 2014:4) menyatakan bahwa pengertian prokrastinasi adalah “kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa prokrastinasi adalah suatu sikap yang memiliki kecenderungan untuk menunda suatu kegiatan demi melakukan aktifitas yang tidak berguna sehingga aktifitas lain menjadi terhambat dan menyebabkan individu menyelesaikan suatu pekerjaan tidak tepat waktu. Sering terlambat dalam segala hal baik mengumpulkan tugas dan terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan yang penting karena mengerjakan hal yang sebenarnya tidak berguna dan tidak menguntungkan.

Menurut Watson (dalam Gufron, 2010:151) “prokrastinasi berkaitan dengan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang, dan melawan kontrol. Prokrastinasi juga mempunyai sifat ketergantungan dan kesulitan dalam membuat keputusan”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan kecendrungan menunda–nunda suatu pekerjaan atau sesuatu aktivitas lain yang tidak berguna secara sengaja, sehingga kinerja menjadi terhambat, dan tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu. Prokrastinasi ini dapat juga dikatakan ketakutan untuk gagal dalam membuat tugas dan ketidakpercayaan akan kemampuan yang dimiliki. Prokrastinasi ini mempunyai sifat ketergantungan pada orang lain sehingga sulit untuk mengambil keputusan sesuai dengan pendapat sendiri lebih cenderung menunggu orang lain untuk memutuskan sesuatu yang berhubungan dengan dirinya.

b. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Ghufron (dalam Mayasari *et. al*, 2010, p.4) prokrastinasi akademik merupakan “prokrastinasi situasional yang berhubungan dengan tugas akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus”. Senada dengan hal tersebut Ghufron & Rini Risnawati (dalam Lukmawati, 2016,p.4) prokrastinasi akademik adalah “jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan prokrastinasi akademik adalah jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik seperti tugas akademik atau tugas khusus. Tugas akademik itu biasanya tugas yang berkaitan dengan tugas-tugas akademik seperti tugas sekolah (latihan, pekerjaan rumah, catatan). Selanjutnya menurut Ruminani (2006, p.3) prokrastinasi akademik yaitu:

Kecenderungan perilaku dalam menunda pelaksanaan atau penyelesaian tugas pada enam area akademik yaitu: tugas mengarang, belajar untuk ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan dan kinerja akademik secara umum. Hal ini dilakukan secara terus menerus baik itu penundaan jangka pendek, penundaan beberapa saat menjelang *deadline* ataupun penundaan jangka panjang hingga melebihi *deadline* sehingga mengganggu kinerja dalam rentang waktu terbatas dengan mengganti aktifitas yang tidak begitu penting.

Berdasarkan kutipan di atas prokrastinasi akademik adalah penundaan penyelesaian tugas yang ditandai pada 6 area yaitu tugas mengarang yang berkaitan dengan tugas mendeskripsikan suatu tempat dan lain-lain, belajar untuk ujian artinya menumbuhkan minat dalam belajar baik sebelum ujian atau setelah ujian berlangsung, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan dan kinerja akademik

secara umum dan sebagainya. Vestervelt (dalam Iryanti, 2016:17) berpendapat secara umum prokrastinasi akademik diyakini bahwa:

Selain meliputi komponen perilaku, prokrastinasi juga meliputi komponen afektif dan kognitif. Komponen perilaku prokrastinasi diindikasikan dengan kecenderungan kronis atau kebiasaan menunda dan bermalas-malas sehingga baru memulai, mengerjakan dan menyelesaikan tugas mendekati tenggang waktu.

Berdasarkan pendapat di atas prokrastinasi akademik adalah komponen perilaku yang mempunyai kebiasaan menunda-nunda dan bermalas-malasan sehingga pekerjaan baru dimulai apabila sudah mendekati waktu tenggang. Artinya semua pekerjaan yang dilakukan dalam waktu mendesak dan ketika masih ada waktu untuk melalaikan tugas mereka lebih memilih untuk bermain-main dan bermalas-malasan. Selanjutnya menurut Ferrari (dalam Mujidin, 2014. p.2) prokrastinasi akademik “banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang”.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan seseorang untuk menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang sedang ia hadapi yang pada akhirnya akan mengakibatkan kecemasan karena pada akhirnya dia tidak dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan maksimal atau bahkan gagal menyelesaikannya.

c. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi sebagai suatu perilaku penundaan mempunyai karakteristik. Individu yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator. Menurut Ferrari *et.al* (dalam Gufron & Rini, 2010:158) bahwa sebagian suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat

termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri–ciri tertentu yaitu:

- 1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
- 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
- 4) Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan

Berdasarkan kutipan diatas dapat dipahami bahwa prokrastinasi akademik memiliki beberapa ciri-ciri tertentu yaitu :

- 1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai terjadinya prokrastinasi akademik. Dengan kata lain seorang yang melakukan prokrastinasi secara sadar mengetahui bahwa tugas itu penting bagi dirinya, akan tetapi dia tidak ingin memulai untuk mengerjakan tugas, apalagi untuk menyelesaikannya.

Menurut Saputra (2012:25) Tugas dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab bagi siswa sehingga akan mendorong siswa untuk lebih semangat untuk belajar. Pemberian tugas dapat diberikan secara terstruktur untuk memudahkan siswa dalam memahami pelajaran dari guru.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tugas yang diberikan oleh guru merupakan suatu latihan untuk diri peserta didik agar paham dan mengerti terhadap pelajaran yang ia peroleh pada hari itu. Namun apabila tugas yang diberikan tersebut tidak dikerjakan dengan tepat waktu maka akan menjadi prokrastinasi akademik.

Menurut Agustian (5 february 2018) Penyebab seseorang melakukan penundaan tugas (prokrastinasi) yaitu:

a) Stres

Ketika seseorang dalam kondisi stres, cemas, gelisah, dan sejenisnya, maka sangat sulit untuk bisa produktif dalam bekerja atau beraktivitas. Dalam situasi seperti ini, menunda menjadi pilihan yang paling sering diambil.

b) Rasa malas

Penundaan biasa juga dilakukan karena seseorang merasa terlalu letih secara fisik dan emosi. Menunda dinilai sebagai waktu mengambil istirahat sejenak, namun itu sebenarnya adalah jebakan. Ketika kita berhenti, kecenderungan untuk berbergerak lagi menjadi semakin berat. Akibatnya muncullah rasa malas.

c) Hilangnya motivasi

Motivasi yang rendah atau justru kehilangan motivasi, merupakan salah satu penyebab seseorang mudah untuk menunda-nunda hingga menjadi kebiasaan. Motivasi rendah diiringi dengan sikap ogah-ogahan dalam mengerjakan sesuatu, merasa bosan, dan sejenisnya. Untuk itu, ketika seseorang kurang atau hilang motivasi, sebaiknya segera diatasi.

d) Buruknya manajemen diri

Manajemen diri ini terkait dengan kedisiplinan dalam waktu, yang buruk itu seperti suka terlambat, lalai menyelesaikan tugas tepat waktu, dan sebagainya. Manajemen yang sudah terlanjur buruk, justru memperkeruh suasana hati dan sikap Anda. Alhasil, orang jadi suka menunda-nunda pekerjaannya

e) Kurang keterampilan

Munculnya sikap suka menunda juga bisa dikarenakan kurangnya keterampilan secara teknis. Maksudnya ialah pengetahuan yang memang dibutuhkan seseorang untuk

melakukan suatu pekerjaan. Seseorang jadi mudah untuk ragu memulai hingga akhirnya memutuskan untuk menundanya.

f) Perfeksionis

Satu lagi penyebab orang suka menunda ialah karakter perfeksionis. Seseorang ingin melakukan segala sesuatu dengan sempurna hingga lebih fokus pada melakukan rencana hingga menunggu-nunggu waktu yang tepat. Namun, Anda perlu tahu bahwa perfeksionis adalah resep utama untuk stres dan memunculkan kebiasaan buruk menunda-nunda

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa penyebab dari penundaan tugas adalah pertama stres. Artinya apabila seseorang mengalami stres secara berlebihan akan menyebabkan seseorang tersebut melakukan penundaan. Namun hal tersebut bukan cara yang bijak. Menunda memang bisa melepas stres sejenak, namun itu hanya sementara. Lebih buruk lagi menunda justru menambah beban dan membuat seseorang semakin stres. Kedua malas, rasa malas merupakan suatu hal yang sering dialami oleh seseorang. Apabila seseorang sudah merasakan rasa malas maka seseorang tersebut akan melakukan penundaan terhadap tugas dan aktifitas lainnya. Ketiga buruknya manajemen diri, manajemen diri disebut juga dengan manajemen waktu. Manajemen waktu merupakan suatu hal yang sangat penting dalam diri. Apabila seseorang tidak mampu dalam mengatur waktu dengan baik maka seseorang tersebut akan sering mengalami keterlambatan dalam aktifitas kesehariannya, karena waktu merupakan suatu kunci dalam kehidupan seseorang. Selanjutnya yaitu Kurang keterampilan dan profesional. Keterampilan dan profesional merupakan salah satu hal yang harus ada dalam diri seseorang. Agar bisa mengerjakan sesuatu dengan baik serta tepat dan terhidar dari penundaan aktifitas tertentu.

2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbalasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kelambanan tersebut disebabkan karena persiapan diri yang berlebihan. Misalnya saja sebelum mengerjakan tugas seorang prokrastinator merasa perlu untuk mendapat hiburan dengan menonton televisi terlebih dahulu. Hal-hal semacam itu akan membuat orang mengalami kelambanan untuk mengerjakan tugas yang seharusnya. Ia akan memasuki zona nyaman dan melupakan hal yang seharusnya ia selesaikan. Selain itu keterlambatan juga bisa disebabkan karena individu tersebut malas dalam mengerjakan tugasnya. Menurut Maulidia (2014:133) ada dua faktor yang menyebabkan seseorang malas mengerjakan tugas yaitu :

a. Instrinsik (dalam diri anak).

Rasa malas yang timbul pada anak dapat disebabkan karena tidak adanya motivasi diri. Motivasi ini belum tumbuh dikarenakan anak belum mengetahui manfaat dari belajar atau belum ada sesuatu yang belum ingin dicapai.

b. Eksternal (dari luar diri anak)

Bahwa perilaku seseorang (perilaku malas belajar pada anak) tidak berdiri sendiri, melainkan dampak dari interaksi orang yang bersangkutan dengan lingkungan diluar diri individu.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa malas merupakan salah satu dampak dari keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik. Faktor penyebab keterlambatan tersebut yaitu dalam diri individu dan lingkungan individu tersebut.

3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan dengan sendiri akan tetapi, ketika saatnya tiba seseorang tersebut juga tidak melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan terjadinya keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara maksimal.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa seorang prokrastinator tidak memiliki konsistensi dalam dirinya. Dapat juga dikatakan ia sebagai orang yang tidak dapat menepati janji, bahkan kepada dirinya sendiri. Seorang prokrastinator tidak dapat melakukan sesuatu seperti apa yang sudah direncanakan.

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan dengan sendiri akan tetapi, ketika saatnya tiba seseorang tersebut juga tidak melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan terjadinya keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara maksimal.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa seorang prokrastinator tidak memiliki konsistensi dalam dirinya. Dapat juga dikatakan ia sebagai orang yang tidak dapat menepati janji, bahkan kepada dirinya sendiri. Seorang prokrastinator tidak dapat melakukan sesuatu seperti apa yang sudah direncanakan.

4) Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan

Seorang prokrastinator melakukan waktu yang ia miliki untuk melakukan aktivitas yang lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, komik atau buku cerita lainnya), noton, ngobrol, jalan-jalan, mendengar musik dan sebagainya sehingga menyita waktu yang ia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Seorang prokrastinator akan merasa sulit menghindarkan dari hal-hal yang disebutkan di atas. Karena sebenarnya orang yang melakukan prokrastinasi tidak memiliki keinginan yang kuat untuk menyelesaikan tugas, maka dari itu dia gampang terbujuk melakukan hal-hal lain yang tidak ada kaitanya dengan penyelesaian tugas. Menurut ahmaini (2010:32) Menurut Young (2004), karakteristik orang yang melakukan perilaku menunda yaitu:

- a) Kurang dapat mengatur waktu
- b) Percaya diri yang rendah
- c) Menggap diri terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas
- d) Keras kepala, dalam arti menganggap orang lain tidak dapat memaksanya mengerjakan pekerjaan
- e) Memanipulasi tingkah laku orang lain dan menganggap pekerjaan tidak dapat dilakukan tanpanya
- f) Menjadikan penundaan sebagai *coping* untuk menghindari tekanan
- g) Merasa dirinya sebagai korban yang tidak memahami mengapa tidak dapat mengerjakan sesuatu yang dapat dikerjakan orang lain

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa Seorang yang melakukan prokrastinasi akan melakukan beberapa hal yang disebutkan oleh Young. Pada intinya seorang yang melakukan prokrastinasi akan mencari pengalihan

perhatian agar tidak mengerjakan tugasnya sekarang. Padahal sekarang atau nanti ia tetap harus menyelesaikannya, bedanya jika ia mengerjakannya sekarang, ia bisa menyelesaikan tugasnya segera maksimal, sedangkan jika nanti ia akan semakin kehabisan waktu untuk menyelesaikan tugas dan hasil yang diperoleh tidak akan maksimal

Rumiani (dalam Wahyu, 2016:13) mengatakan bahwa “Seseorang dikatakan melakukan prokrastinasi apabila ia menunjukkan ciri-ciri antara lain takut gagal, impulsif, perfeksionis, pasif, dan menunda-nunda sehingga melebihi tenggang waktu”. Menurut John W. Santrock, (dalam Yohanas, 2016:29) penanggungan atau prokrastinasi dapat dilihat dari berbagai bentuk, seperti:

- 1) Mengabaikan suatu tugas dengan harapan tugas tersebut akan berlalu
- 2) Meremehkan tugas-tugas yang harus dikerjakan atau terlalu tinggi dalam menilai kemampuan dan sumber daya yang dimiliki.
- 3) Menggunakan waktu berjam-jam untuk bermain game dan internet.
- 4) Mengelabui diri sendiri dengan menyatakan bahwa performa yang biasa-biasa saja atau buruk sebagai suatu hal yang dapat diterima.
- 5) Menggantikan aktivitas yang seharusnya dilakukan dengan aktivitas yang berguna namun kurang penting, misalnya membersihkan kamar untuk menggantikan belajar mempersiapkan diri menghadapi ujian.
- 6) Meyakini bahwa sedikit menunda-nunda tugas yang seharusnya dikerjakan tidak akan merugikan diri.
- 7) Mendramatisasi komitmen terhadap suatu tugas alih-alih mengerjakannya, misalnya membawa buku pelajaran ketika liburan akhir pekan tanpa pernah membukanya sekalipun.
- 8) Hanya tertekun pada sebagian kecil.
- 9) Memilih lumpuh ketika harus memilih antara dua alternatif. Misalnya kita merasa kebingungan antara menyelesaikan terlebih dahulu tugas rumah biologi atau bahasa inggris, dimana pada akhirnya tidak satupun yang dikerjakan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa banyak hal yang dapat dikategorikan sebagai ciri-ciri dari perilaku prokrastinasi

sangatlah banyak, misalnya: mengabaikan suatu tugas artinya tidak peduli dengan tugas yang diberikan, meremehkan tugas-tugas yang harus dikerjakan artinya menganggap tugas adalah suatu hal yang mudah, menggunakan waktu berjam-jam untuk bermain game artinya memilih pekerjaan yang menyenangkan namun merugikan bagi dirinya, mengelabui diri sendiri artinya membohongi diri sendiri agar dapat melalaikan tugasnya, menggantikan aktivitas yang seharusnya dilakukan dengan aktivitas yang berguna namun kurang penting, mendramatisasi komitmen terhadap suatu tugas alih-alih mengerjakannya, hanya tertekun pada sebagian kecil tugas artinya hanya fokus pada suatu tugas saja.

d. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik

Terdapat beberapa jenis tugas yang tergolong pada prokrastinasi akademik. Menurut Ghufron & Rini (2010:156) “Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan”. Peterson (dalam Ghufron & Rini, 2010:156) mengatakan seseorang dapat melakukan penundaan. Jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator yaitu:

Pada tugas pembuatan keputusan, aktivitas akademik, tugas rumah tangga dan pekerjaan kantor. Istilah yang sering digunakan para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas tersebut adalah prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah, tugas kursus dan tugas kuliah. Prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa prokrastinasi dapat terjadi pada pekerjaan seseorang. Jenis pekerjaan yang sering ditunda seperti pembuatan keputusan, aktivitas dalam mengerjakan tugas akademik seperti tugas mata pelajaran yang diberikan guru (aktivitas akademik), tugas yang dikerjakan di rumah seperti pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru (tugas rumah tangga dan pekerjaan

kantor). Selanjutnya tugas sosial seperti tugas-tugas yang berhubungan dengan hubungan sosial. Menurut Green (dalam Ghufron, 2010:157) jenis tugas yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik adalah “tugas yang berkaitan dengan kinerja akademik. Perilaku-perilaku yang mencirikan penundaan dalam tugas akademik dipilih dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi”.

Berdasarkan kutipan di atas yang menjadi tugas dalam prokrastinasi akademik adalah yang berkaitan dengan kinerja akademik dan biasanya perilaku-perilaku yang mencirikan bahwa mereka adalah prokrastinator dikelompokkan menjadi unsur-unsur prokrastinasi karena mereka mempunyai persamaan yang tergolong pada penundaan. Tugas akademik yang dikerjakan yaitu berhubungan dengan tugas-tugas akademik seperti tugas latihan, pekerjaan rumah catatan dan lain-lain. Orang yang prokrastinasi merupakan orang yang memiliki persamaan pada ciri-ciri prokrastinasi. Kemudian Solomon & Rothlum (dalam Ghufron, 2010:157), menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu:

- 1) Tugas mengarang, meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau tugas mengarang lainnya.
- 2) Belajar menghadapi ujian, mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian tengah semester, akhir semester, atau ulangan mingguan.
- 3) Membaca, meliputi penundaan dalam membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
- 4) Kerja tugas administratif, seperti menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presentasi kehadiran, daftar peserta praktikum, dan sebagainya.
- 5) Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum, dan pertemuan-pertemuan lainnya.
- 6) Kinerja akademik secara keseluruhan, yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa prokrastinasi akademik terdiri dari dua jenis yaitu: prokrastinasi akademik dan non akademik. Enam area prokrastinasi akademik (tugas mengarang, belajar menghadapi ujian artinya tugas-tugas yang berkaitan dengan matapelajaran tertentu, membaca, kerja administratif, mengadiri pertemuan yang berhubungan dengan pertemuan penting, dan kinerja akademik secara keseluruhan) dan non akademik yaitu tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari.

e. Faktor Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi tidak terjadi dengan sendirinya, ada banyak faktor yang yang mempengaruhinya. Ferrari (dalam Andika *et al*, 2015, p.11) mengemukakan faktor yang mempengaruhi penundaan diantaranya adalah “*time management, work discipline, selfcontrol, hope fore succsess and study motivation*”. Ackerman & Gross (dalam Djalali & sandra, 2013, p.13) mengemukakan prokrastinasi disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi diataranya yaitu: “manajemen waktu yang rendah, motivasi yang rendah, pusat kendali diri eksternal, perfeksionis, serta defisiensi regulasi diri”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi adalah kurang bisa dalam mengatur waktu artinya tidak bisa mengatur waktu baik waktu belajar dan waktu luang, disiplin kerja yang kurang baik artinya kurang disiplin dalam melakukan suatu pekerjaan, kurang mampu dalam pengontrolan diri individu tersebut artinya tidak bisa mengendalikan diri dengan baik, tidak adanya keinginan pada diri individu untuk sukses artinya kurang mampu dalam memikirkan masa depan yang sukses, serta rendahnya motivasi diri individu tersebut artinya tidak adanya dorongan dari dalam diri individu tersebut. Selanjutnya menurut Putri (dalam Santiya, 2015:19) ada beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain:

1) *Problem Time Management*

Manajemen waktu melibatkan proses menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan, sebagian besar prokrastinator memiliki masalah dengan manajemen waktu. Steel menambahkan bahwa kemampuan estimasi buruk dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika tindak itu dilakukan dengan sengaja.

2) Penetapan prioritas

Penetapan prioritas ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya, hal ini tidak diperhatikan oleh siswa pelaku prokrastinasi, sebagai siswa prioritas mereka harusnya adalah belajar tapi nyata mereka lebih memilih aktivitas lain yang kurang bermanfaat bagi kelangsungan proses belajar mereka.

3) Karakteristik tugas

Karakteristik tugas maksudnya, bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut, apabila terlalu sulit siswa akan cenderung akan menunda mengerjakan tugas atau menunda mempelajari mata pelajaran tersebut, hal ini juga dipengaruhi motivasi baik instrinsik maupun ekstrinsik.

4) Karakter individu

Karakter disini mencakup kurang percaya diri, *moody* dan irrasional. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan. Siswa yang berkarater *moody* merupakan orang yang hampir sering menunda pekerjaan. Burken & Yuen menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irrasional yang dimiliki seorang prokrastinator, mereka memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga siswa merasa lebih aman untuk tidak mengerjakannya dengan segera karena itu akan menghasilkan sesuatu yang kurang maksimal.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi sangat banyak yaitu, manajemen waktu melibatkan proses menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Selanjutnya Penetapan prioritas, penetapan prioritas ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya. Faktor selanjutnya

karakteristik tugas, karakteristik tugas maksudnya, bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut. Terakhir karakter individu, karakter disini mencakup kurang percaya diri, *moody* dan irrasional. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan.

Menurut Surijah dan Tjundjung (2007, p.1) menjelaskan ada beberapa faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi yaitu:

a) Tingkat aversitas sebuah tugas.

Manusia secara alami akan menghindari stimuli yang tidak menyenangkan. Semakin situasi tersebut tidak menyenangkan, semakin sering kita menghindarinya.

b) Orientasi terhadap waktu.

Menurut Jakson dkk (dalam Surijah dan Tjundjung, 2007, p.2) individu yang tergolong memiliki prevalensi prokrastinasi tinggi cenderung kurang berorientasi pada masa depan. Kemudian Steel (dalam Surijah dan Tjundjung, 2007, p.2) bahwa individu yang semakin rentan melakukan prokrastinasi saat waktu yang diberikan untuk mencapai goal semakin longgar.

c) Perfeksionisme.

Perfeksionisme diri merupakan suatu tuntutan terhadap diri sendiri untuk menjadi sempurna. Hal ini menunjukkan orang yang perfeksionis cenderung melakukan prokrastinasi.

d) Usia dan gender

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik yaitu tingkat aversitas sebuah tugas. Artinya apabila seseorang tidak menyukai suatu pekerjaan maka ia akan selalu mencoba untuk menghindari dari tugas tersebut dan mengakibatkan terjadinya prokrastinasi. Kedua Orientasi terhadap waktu. Artinya individu yang memiliki prokrastinasi tinggi cenderung tidak

memikirkan masa depannya. Ketiga Perfeksionisme. Artinya seseorang yang perfeksionis adalah seseorang yang ingin selalu tampil dengan bagus namun dengan keinginannya ini bisa menyebabkan terjadinya penundaan. Contohnya saja apabila pekerjaannya tersebut tidak sesuai dengan yang diharapkan maka ia tidak bisa menerima keadaan tersebut. Hal ini dikarenakan individu yang tidak bisa mengerjakan tugasnya dengan sempurna. Selanjutnya yaitu usia atau gender. Laki-laki dikatakan lebih rentan terhadap prokrastinasi dibandingkan wanita. hal ini terjadi karena perempuan cenderung melakukan aktivitas berdasarkan prioritas utama dan melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya sedangkan laki-laki cenderung menghabiskan waktu yang tidak berguna dan menyebabkan terjadinya prokrastinasi.

f. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Iryanti (2006) mengatakan prokrastinasi akademik adalah “sebagai penunda mengerjakan tugas memiliki beberapa aspek, aspek–aspek tersebut merupakan tanda–tanda atau kode seseorang melakukan prokrastinasi”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa dalam prokrastinasi ada aspek-aspek tertentu yang menyebabkan seseorang dapat dikatakan sebagai orang yang melakukan penundaan tugas-tugas akademik. Sesuai dengan ciri-ciri dan kriteria yang menggolongkan orang tersebut ke dalam orang yang prokrastinasi.

Ghufon (dalam Iryanti, 2016:18) menyatakan bahwa seorang prokrastinator memiliki karakteristik–karakteristik tertentu, yang disebut sebagai kode prokrastinasi. Kode prokrastinasi ini merupakan cara berfikir yang dimiliki oleh seseorang prokrastinator, yang dipengaruhi oleh asumsi–asumsi yang tidak realitis sehingga menyebabkan memperkuat prokrastinasi yang dilakukannya, meskipun mengakibatkan frustrasi, kode–kode prokrastinasi tersebut adalah sebagai berikut:

1) Kurang percaya diri

Individu yang menunda biasanya berjuang dengan perasaannya yang kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri. Individu yang demikian ini kemudian ingin berada pada penampilan yang bagus sehingga menunda. Prokrastinator merasa tak sanggup menghasilkan sesuatu dan terkadang menahan ide-ide yang dimilikinya karena takut tidak diterima orang lain.

2) Perfeksionis

Prokrastinator merasa bahwa segala sesuatunya itu harus sempurna. Lebih baik menunda dari pada berkerja 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.

3) Tingkah laku menghindari

Prokrastinator menghindari tantangan. Segala sesuatu yang dilakukannya, bagi Prokrastinator seharusnya terjadi dengan mudah.

Berdasarkan kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek prokrastinasi akademik disebut dengan tanda-tanda atau kode seseorang melakukan prokrastinasi. Kode-kode prokrastinasi tersebut adalah, kurang percaya diri artinya Individu yang menunda biasanya berjuang dengan perasaannya yang kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri, perfeksionis artinya Prokrastinator merasa bahwa segala sesuatunya itu harus sempurna, tingkah laku menghindari artinya prokrastinator menghindari tantangan. Segala sesuatu yang dilakukannya, bagi Prokrastinator seharusnya terjadi dengan mudah, jadi orang yang prokrastinasi berharap dalam mengerjakan tugas dalam kondisi yang aman dan tidak menghadapi tantangan. Kemudian Surijah & Tjundjing (2007, p.1) menyebutkan adanya beberapa aspek prokrastinasi akademik yaitu:

a) *Perceived Time*

Seseorang dengan kecenderungan prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*. Mereka berorientasi pada “masa sekarang” dan tidak mempertimbangkan “masa mendatang.” Hal ini mengakibatkan individu tersebut menjadi seseorang yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

b) Celah antara keinginan dan perilaku atau *intention-action gap*.

Perbedaan antara keinginan dengan perilaku senyatanya ini terwujud dalam kegagalan siswa mengerjakan tugas akademik walau sesungguhnya siswa tersebut sangat menginginkan untuk mengerjakannya. Namun, ketika tengga waktu semakin dekat, besar celah antara keinginan dan perilaku semakin kecil. Pelaku prokrastinasi yang semula menunda pengerjaan tugas sebaliknya dapat mengerjakan hal-hal lebih dari yang ditargetkan semula.

c) *Emotional distress* merupakan aspek ketiga dari prokrastinasi.

Emotional distress ini tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda haruslah membawa perasaan tidak nyaman. Konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi.

d) *Perceived ability* atau keyakinan terhadap kemampuan diri.

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 menyalahkan dirinya sebagai yang “tidak mampu.” Untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas kuliah karena takut akan pengalaman kegagalan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan aspek yang ada pada prokrastinasi akademik adalah *perceived time* artinya seseorang dengan kecenderungan prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati

deadline biasanya orang yang gagal dalam menepati apa yang sudah di atur dia akan termasuk ke dalam orang yang prokratinasi karena tidak mengerjakan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ditentukan, celah antara keinginan dan perilaku artinya adanya celah yang dilakukan untuk tidak mengerjakan tugas. Hal ini disebabkan karena sebuah kegagalan, *emotional distress* dan *perceived ability* artinya sebuah keraguan yang dirasakan oleh seseorang karena takut melakukan kesalahan sehingga dia tidak berani memulai dalam mengerjakan tugas atau melakukan suatu pekerjaan.

2. Manajemen waktu

a. Pengertian Manajemen Waktu

Waktu merupakan salah satu hal yang sangat berharga dalam kehidupan setiap individu. Waktu memang hal yang kadang diabaikan. Seolah-olah kita mempunyai banyak waktu. Padahal tidak tahu apakah besok masih menjumpai waktu. Manajemen waktu sangat diperlukan dalam hidup ini, namun kita dalam sehari-hari atau dalam kehidupan, jarang sekali kita jumpai mengenai manajemen waktu ini. Pengaturan waktu yang baik secara efektif sangat di perlukan oleh individu sendiri. Apabila manajemen waktunya bagus, maka akan terciptalah pekerjaan yang tepat waktu dan baik. Manajemen waktu sangat penting dalam pencapaian prestasi akademik, karena dengan melakukan manajemen waktu tersebut dapat mengontrol diri terhadap kekurangan-kekurangan seseorang dalam belajar maupun aktivitas lainnya. Macan (dalam Gasim, 2016:10) manajemen waktu adalah:

Pengaturan diri dalam menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, mempunyai kontrol atas waktu, selalu membuat prioritas menurut kepentingannya, serta keinginan untuk terorganisasi yang dapat dilihat dari perilaku seperti mengatur tempat kerja dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang harus diselesaikan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu adalah pengaturan diri seseorang dalam mengelola waktunya dengan sebaik mungkin. Kemudian Raffoni (dalam Mujahidah, 2014:6) manajemen waktu adalah “proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, pembuatan jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu seseorang menggunakan waktu secara efektif. Tanpa strategi, visi dan manajemen waktu tidak akan membantu individu tersebut mencapai tujuan”.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat dipahami bahwa manajemen waktu menjadi salah satu sumber daya unjuk kerja. Sumber daya yang mesti dikelola secara efektif dan efisien. Efektifitas terlihat dari tercapainya tujuan menggunakan waktu yang telah ditetapkan sebelumnya

b. Ciri-ciri Orang yang Mampu Memanajemen Waktu

Seseorang dikatakan mampu dalam mengelola manajemen waktu dengan baik harus memiliki karakteristik tertentu. Davidson (dalam Gasim, 2016:14) menyebutkan “individu-individu yang menerapkan prinsip manajemen waktu memiliki ciri-ciri tertentu yaitu :

1) Mampu menetapkan tujuan

Menetapkan tujuan dan mencapai tujuan merupakan bagian utama dalam pengaturan waktu. Dengan tujuan tersebut, individu akan sangat mudah untuk mengetahui darimana memulai pekerjaan. Selain itu memudahkan untuk apa yang penting dan harus dilakukan. Dengan demikian akan terhindar dari perilaku membuang waktu.

1) Mampu mengidentifikasi prioritas

Tugas yang dikerjakan mungkin banyak. Apabila mampu mengerjakan tugas-tugas tersebut, maka memudahkan untuk mencapai tujuan. Dalam membuat proritas perlu membuat kategori yaitu: tugas mendesak dan tugas penting.

2) Mampu membuat jadwal

Membuat jadwal kegiatan merupakan suatu manajemen waktu yang baik. Dengan membuat jadwal kegiatan individu dapat menyelesaikan pekerjaan atau tugas tepat waktu. Individu yang membuat jadwal hariannya akan lebih mudah melakukan kegiatan-kegiatan atau tugasnya.

3) Mampu melakukan kegiatan terorganisi

Melakukan kegiatan yang terorganisir merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan individu sehari-hari. Dengan mempunyai jadwal individu dapat mengatur segala sesuatu dengan mudah. Individu yang melakukan kegiatan atau tugasnya secara terorganisir akan terlaksana dengan baik dan akan mencapai tujuan yang diharapkannya.

4) Mampu meminimalkan interupsi

Interupsi adalah merupakan gangguan yang ada pada diri individu maupun dari luar individu yang mampu mengurangi konsentrasi individu dengan pekerjaannya. Individu yang memanajemen waktunya baik akan mampu meminimalkan interupsi tersebut.

5) Mampu mengelola stress

Individu pasti berhadapan dengan situasi atau kondisi yang membuat individu tersebut stress. Individu yang mengalami stress, akan melaksanakan aktivitas-aktivitasnya yang tidak sesuai dengan ia rencanakan atau tidak sesuai dengan yang ia jadwalkan, atau tidak mampu memprioritaskan aktivitas-aktivitas yang tidak penting.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami seseorang dikatakan mampu dalam mengelola manajemen waktu adalah seseorang yang bisa dalam mengatur manajemen waktunya dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari bagaimana cara seorang individu tersebut mengelolanya. ciri-ciri individu yang mampu mengelola manajemen waktunya tersebut yaitu: mampu menetapkan tujuan, mampu mengidentifikasi prioritas, mampu

membuat jadwal, mampu melakukan kegiatan terorganisi, mampu meminimalkan interupsi dan mampu mengelola stress.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Manajemen Waktu

Manajemen waktu setiap kita berbeda dengan individu lainnya. Hal ini dikarenakan adanya faktor-faktor yang berpengaruh terhadap manajemen waktu. Taylor (dalam Luthfiana, 2010:15) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu antara lain sebagai berikut:

1) Usia

Semakin tinggi usia seseorang maka semakin baik pula kemampuan manajemen waktunya, sebaliknya semakin rendahnya usia seseorang maka semakin kurang kemampuan manajemen waktunya.

2) Jenis kelamin

Macan *et al*, (dalam Santya,2016:11) juga berpendapat bahwa perempuan memiliki kemampuan manajemen waktu yang lebih baik dari pada laki-laki. Perempuan cenderung melakukan aktivitas berdasarkan prioritas utama dan melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya sedangkan laki-laki cenderung menghabiskan waktu dengan waktu yang tidak berguna. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa hampir seluruh waktunya cenderung digunakan untuk diisi dengan berbagai macam aktivitas bagi seorang wanita.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa adanya faktor yang mempengaruhi manajemen waktu. Diantaranya yaitu usia, usia maksudnya adalah semakin tinggi usia seseorang maka semakin baik manajemen waktunya begitupula sebaliknya, selanjutnya yaitu jenis kelamin. Jenis kelamin biasanya perempuan lebih banyak menggunakan waktu luangnya untuk mengerjakan aktifitas yang bermanfaat bagi dirinya.

Senada dengan hal di atas Srijanti (dalam Luthfiana, 2010:15) mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu yaitu:

1) Adanya target yang jelas

Dengan adanya target pencapaian maka hidup akan lebih terarah dan waktupun dapat diatur dengan sebaik-baiknya.

2) Adanya prioritas kerja

Individu dapat menjalankan manajemen waktu dengan baik akan mencurahkan seluruh konsentrasi dan energinya untuk mencapai prioritas yang telah ditetapkannya. Adanya prioritas dalam bekerja merupakan salah satu faktor utama yang membuat individu berhasil melakukan pekerjaan dengan baik.

3) Penundaan pekerjaan

Kebiasaan menunda pekerjaan seringkali menyebabkan kehabisan waktu dan tenaga saat akan mengerjakannya. Sehingga bila dipaksakan melaksanakannya maka hasilnya bukanlah yang terbaik karena dilakukan dengan sia-sia.

4) Pendelegasian tugas

Sifat kurang percaya pada orang lain dan ingin semua pekerjaan selesai dengan sempurna seringkali membuat tersitanya waktu yang kita miliki. Perlu kiranya di ingat bahwa pekerjaan yang dilakukan orang lain mungkin tidak sebaik jika dilakukan sendiri, akan tetapi jika pekerjaan tersebut tidak yang utama kenapa tidak didelegasikan saja pada orang lain dengan tetap diawasi. Hal itu dapat lebih meringankan pekerjaan, waktu yang ada dapat di gunakan melakukan pekerjaan lain yang lebih berkualitas disamping dapat meningkatkan rasa percaya diri, kebahagiaan dan rasa hormat dari orang yang kita kasih tugas. Penataan ruang kerja Ruang kerja yang membosankan dapat membuat pekerja kurang merasa nyaman dalam melakukan

suatu pekerjaannya sehingga dapat mengakibatkan sulitnya mendapat hasil kerja yang baik”.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa adanya beberapa faktor–faktor yang mempengaruhi manajemen waktu yaitu adanya target yang jelas, adanya prioritas kerja, penundaan pekerjaan, pendelegasian tugas, penataan ruang kerja.

Puspitasari (dalam Santya, 2016:29) manajemen waktu “dipengaruhi berbagai faktor diantaranya adalah prestasi akademik. Prestasi akademik merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dari kegiatan belajar, karena kegiatan belajar merupakan suatu proses, sedangkan prestasi akademik merupakan output dari proses belajar”. Kemudian menurut Wikel (dalam Santya, 2016:29) perbedaan prestasi belajar disebabkan oleh adanya faktor eksternal dan faktor internal.

Faktor eksternal adalah lingkungan rumah dan lingkungan sekolah, sedangkan faktor internal adalah cara atau kebiasaan belajar yang diterapkan oleh individu agar prestasi belajarnya berhasil dengan baik, tentu diperlukan suatu strategi belajar yang baik yaitu dengan cara manajemen waktu dengan sebaik–baiknya, semakin individu dalam melakukan manajemen waktunya dengan baik maka akan semakin baik pula prestasi yang akan diperolehnya.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu merupakan suatu hal yang sangat penting dalam proses belajar. Prestasi yang baik akan diperoleh apabila individu dapat mengatur manajemen waktunya dengan baik. Semakin baik manajemen waktu seseorang maka semakin baik prestasi akademik yang akan diperolehnya. Namun sebaliknya apabila semakin buruknya manajemen waktu seseorang maka akan menurunnya prestasi seseorang tersebut.

d. Dampak Manajemen Waktu

Forsyth (dalam Luthfiana, 2010:17) mengemukakan bahwa dampak dari penggunaan manajemen waktu yang baik, antara lain:

- 1) Memiliki prioritas yang jelas dalam bekerja.
- 2) Dapat mengurangi keterlambatan dan kasalahan dalam bekerja.
- 3) Dapat tepat waktu dalam melakukan suatu pekerjaan sehingga dapat meningkatkan kepuasan kerja.
- 4) Memiliki kemampuan untuk tetap berkonsentrasi terhadap pekerjaan sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja yang baik.
- 5) Dapat melatih kebiasaan disiplin untuk hal-hal yang berhubungan dengan waktu sehingga pekerjaan yang dilakukan akan lebih efisien.

Berdasarkan kutipan di atas menjelaskan bahwa jika seseorang mampu mengelola manajemen dengan baik dalam kehidupan tentunya akan berdampak baik terhadap kehidupan individu tersebut.

Kemudian menurut Mujidah (dalam Gasim, 2016:22) menambahkan dampak buruk jika memiliki manajemen waktu yang buruk yaitu, “dapat membuat seseorang memiliki kecendrungan melakukan prokrastinasi yang menyebabkan kinerjanya terhabat dan tidak menyelesaikan tugas dengan tepat waktu”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa selain adanya dampak positif bagi individu manajemen waktu juga mendatangkan dampak buruk bagi individu sendiri seperti timbulnya prokrastinasi pada suatu pekerjaan.

e. Kendala dalam Manajemen Waktu

Lingkungan kesehatan moderen, menimbulkan banyak hambatan bagi kemampuan individu untuk mengelola waktu secara efektif. Menurut Asy–Syarman (2006:53) secara garis besar sebab–sebab kendala dalam manajemen waktu adalah:

- 1) Minimnya kesadaran tentang pentingnya waktu tentang tingkat individu dan masyarakat.
- 2) Lemahnya kesadara terhadap waktu, detik, menit, hari, bulan dan tahun yang terus berlalu akibat tidak adanya kontrol dan evaluasi serta anggapan remeh terhadap waktu pada sebagian orang.

- 3) Kurang adanya perhatian yang cukup terhadap urgensi waktu baik dari segi teoritis (himbauan atau nasehat), maupun dari segi praktis (dalam pelaksanaan dan proses aktivitas sehari-hari)
- 4) Tidak adanya tujuan jelas yang ingin diwujudkan dalam jangka waktu tertentu.
- 5) Tak ada unsur kilas balik saat waktu terbuang percuma atau tidak teratur.
- 6) Kekurangan sumber dana standar sosial yang tidak benar
- 7) Terlalu banyak basa basi dalam obrolan, khususnya ditelepon dan tidak banyak masuk pada inti pembicaraan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa pengaturan manajemen waktu yang tidak baik disebabkan karena adanya kendala- kendala dalam manajemen waktu antar lain: Minimnya kesadaran tentang pentingnya waktu yang berdampak pada diri individu menyebabkan lalai dalam waktunya, lemahnya kesadaran terhadap waktu, kurang adanya perhatian yang cukup baik terhadap waktu, tidak adanya tujuan jelas yang ingin diwujudkan dalam jangka waktu tertentu yang menyebabkan seseorang menyebabkan individu lalai dalam waktunya, tak ada unsur kilas balik saat waktu terbuang percuma, kekurangan sumber dana, standar sosial yang tidak benar, terlalu banyak basa basi dalam obrolan, khususnya ditelepon. Selanjutnya J.J Reza (dalam Naswardi, 2015:18) menjelaskan hal yang seringkali menjadi pembuang waktu adalah:

- 1) Penundaan
- 2) Perkiraan waktu yang tidak jelas
- 3) Tujuan yang tidak jelas
- 4) Kurangnya Skala prioritas
- 5) Pengorganisasian kerja yang rendah
- 6) Manajemen krisis
- 7) Pertemuan atau rapat yang kurang efektif
- 8) Kegagalan pada pendeglasian pada orang lain
- 9) Gangguan telepon, sms atau email
- 10) Tamu tak diundang

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa kendala atau hambatan yang sering terjadi dalam manajemen waktu adalah bersumber

dari diri individu tersebut. Hal tersebut menyebabkan terjadinya penunda–nundaan dalam suatu pekerjaan yang menjadikan seorang individu tersebut tidak bisa mengatur waktunya dengan baik.

f. Teknik Manajemen Waktu

Menurut Hisyam Ath–Thalib (dalam Asy–Syarman, 2006:172) ada beberapa teknik–teknik dalam manajemen waktu yang perlu diperhatikan, yaitu:

- 1) Rencanakan aktivitas harian setiap pagi dengan mendata setiap apa saja yang dilaksanakan. Lalu coret setiap pekerjaan yang sudah terlaksana
- 2) Jangan mengunjungi teman sebelum memberitahu atau menelepon terlebih dahulu.
- 3) Bawa selalu bolpoin atau buku diary kecil di saku untuk menulis berbagai rencana dan ide–ide selama waktu luang.
- 4) Atur waktu luang dan usahakan agar dekat dengan jadwal waktu sholat/ibadah.
- 5) Gunakan waktu luang untuk membaca, menghafal atau mengerjakan sesuatu hal yang berharga.
- 6) Saat membuat janji, pastikan kedua belah pihak sudah maklum akan waktu, tempat dan alamat yang tepat.
- 7) Atur waktu perjalanan agar datang sebelum waktu pertemuan.
- 8) Lengkapi semua referensi yang dibutuhkan sebelum memulai kerja.
- 9) Tinggalkan orang–orang yang mencuri waktu dengan egois atau bodoh.
- 10) Tak usah melakukan perjalanan jauh untuk menyelesaikan kerja dapat diselesaikan dengan surat, email atau telepon.
- 11) Atur transportasi
- 12) Jika ada tugas ringan atau belajar, persiapan daftar–daftarnya secara lengkap.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan adanya teknik–teknik yang dapat digunakan dalam mengelola waktu dengan baik. Teknik manajemen waktu yang penulis maksud seperti: merancang kegiatan harian, selalu membawa buku saku, atur waktu luang dan gunakan untuk membaca, membuat janji sebelum berpergian dan atur waktu perjalanan, lengkapi semua referensi yang dibutuhkan sebelum

memulai kerja, tinggalkan orang-orang yang mencuri waktu, tak usah melakukan perjalanan jauh untuk menyelesaikan kerja dapat diselesaikan dengan surat, email atau telepon, atur transportasi, jika ada tugas ringan atau belajar, dan persiapan daftar-daftarnya secara lengkap.

Menurut Haynes (dalam Narwasih, 2015:14) membagi langkah-langkah dalam pembagian waktu dengan baik yaitu:

- a) membuat daftar tugas yang harus dilakukan
- b) menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar
- c) melakukan evaluasi

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa, dalam mengelola waktu seseorang perlu melakukan beberapa hal diantaranya:

- a) Membuat daftar tugas yang harus dilakukan

Membuat daftar tugas merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan dalam mengelola waktu menjadi lebih baik. Menurut Putri (22 agustus 2017) beberapa tips dalam membuat to – do list harian efektif yaitu:

- (1) Buat to-do list pada malam hari

Membuat *to-do-list* pada malam hari merupakan cara yang lebih baik. Hal ini dilakukan karena memiliki lebih banyak waktu luang di malam hari dan dapat berfikir santai/ tidak tergesa-gesa. Maka dari itu, siswa dapat meluangkan 5-10 menit di malam hari untuk membuat daftar tugas dan kegiatan untuk esok hari. siswa dapat menggunakan buku saku, atau *HP*.

- (2) Batasi maksimal pekerjaan

Siswa disarankan untuk membuat *to-do-list* pekerjaan dengan maksimal 7 daftar pekerjaan per hari. Hal ini dimaksudkan karena dalam 30 detik, rata-rata daya ingatan jangka pendek manusia hanya dapat mengingat 7 informasi.

Jika memiliki tugas lain, tuliskan daftar pekerjaan di tempat terpisah, sehingga tidak lupa. Setelah siswa selesai mengerjakan semua tugas yang ada di *to-do-list*, lalu masukkan daftar pekerjaan selanjutnya.

(3) Buat tugas dengan spesifik

Buatlah tugas spesifik mungkin agar menghindari kebingungan. Contohnya, jika memiliki tugas “Menulis resume, itu sangatlan general, tuliskan lebih sepsifik menjadi “Menulis resume KWN.

(4) Perkiraan waktu pengerjaan tugas

Kegiatan ini akan mengetahui total waktu untuk menyelesaikan semua tugas dan dapat mengatur waktu lebih baik. Selain itu, juga dapat dengan mudah menentukan waktu istirahat dan berapa lamanya. Dengan kegiatan ini, akan membuat waktu yang produktif dan tidak membuang waktu untuk aktivitas yang kurang penting. Umumnya, perkiraan masing- masing waktu akan dituliskan di samping kanan pekerjaan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa cara dalam mengatur tugas secara efektif dalam keseharian yang bisa digunakan.

b) Menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar yang telah direncanakan.

Kebingungan untuk mencari cara menentukan prioritas merupakan hal yang sering dirasakan oleh seseorang dalam bertindak. Tentu saja kebingungan ini dapat mengganggu dalam aktifitas karena pada biasanya akan ada pekerjaan yang terbengkalai. Neewsrom (4 juli 2014) salah satu hal penting dalam mengelola waktu adalah menentukan skala prioritas. Cara menentukan skala prioritas yaitu:

(1) Mendesak dan Penting

Pekerjaan jenis ini sebaiknya langsung dikerjakan tanpa menundanya. Ciri pekerjaan ini adalah jarak antara tanggal harus dikerjakan dan tanggal harus selesai sangat berdekatan.

(2) Penting

Pekerjaan ini disebut penting karena punya nilai yang mendekatkan pada tercapainya tujuan (core mission). Anda juga akan merasakan betapa pentingnya pekerjaan ini begitu dilakukan, dibanding sebelum Anda melakukannya.

(3) Mendesak

Ciri pekerjaan ini adalah datang secara mendadak. Bisa saja pekerjaan tersebut tidak masuk ke dalam schedule pekerjaan Anda. Tidak ada salahnya untuk mengabaikan pekerjaan ini jika Anda sedang mengerjakan pekerjaan penting.

(4) Tidak Mendesak dan Tidak Penting

Pekerjaan jenis ini bukan termasuk ke dalam skala prioritas. Misalnya saja bermain game, nonton film, chatting, yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan dan misi utama. Pekerjaan ini bisa dilakukan setelah semua pekerjaan pending dan mendesak Anda lakukan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa dalam menentukan prioritas waktu harus mampu dalam menentukan skala prioritas yang akan kita lakukan dengan menandai pekerjaan mana yang penting (important) dan mendesak (urgent). Selain itu, kerjakanlah salah satu yang paling mudah dan cepat terlebih dahulu memilih tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu sesuai waktu pengumpulannya.

c) melakukan evaluasi

Setiap pekerjaan yang telah selesai dilakukan untuk bisa di evaluasi kembali. Hal ini bermaksud agar bisa menilai pekerjaan atau tugas yang dikerjakan apakah sudah sesuai dengan yang diharapkan atau tidak.

Gie (dalam Nurhidayati, 2016:7) menyebutkan ada empat teknik dalam memanfaatkan manajemen waktu untuk belajar yaitu:

- 1) Siswa hendaknya menetapkan mata pelajaran yang akan dipelajarinya setiap hari sekurang kurangnya dua atau empat mata pelajaran setiap hari
- 2) Mengurutkan waktu mempelajari dua atau empat mata pelajaran itu menurut sukar mudahnya yang dikaitkan dengan kapan siswa mencapai waktu terbaik untuk belajar
- 3) Mengatur lamanya periode belajar sebaik-baiknya agar tidak terlampau pendek atau terlalu lama, berapa lama periode waktu belajar sebaiknya ditetapkan oleh individu bersangkutan
- 4) Belajar secara intensif untuk menguasai suatu mata pelajaran. Teknik ini digunakan untuk mempelajari mata pelajaran yang dianggap sukar sehingga perlu teknik khusus untuk mempelajari dan memahami pelajaran tersebut.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa adanya teknik-teknik dalam memanfaatkan manajemen waktu belajar. Dengan adanya teknik-teknik manajemen waktu ini seseorang bisa mengelola manajemen waktunya menjadi lebih baik. Bagi seorang siswa sangat dianjurkan agar lebih membuat data atau daftar yang akan dikerjakannya. Hal ini sangat berguna bagi individu tersebut untuk mengelompokkan dan mendahulukan yang mana perkerjaan yang sangat penting dengan kegiatan yang tidak mendesak.

B. Kaitan Prokrastinasi dengan Manajemen Waktu

Sekolah merupakan wadah bagi seorang siswa menuntut ilmu. Oleh karena itu sekolah merupakan tempat kedua seseorang individu menuntut ilmu disamping keluarga. Di sekolah setiap anak belajar untuk menjadi lebih pandai dan sukses dalam akademiknya. untuk mencapai kesuksesan ini siswa

harus mampu belajar dengan baik. Di samping belajar dengan baik siswa harus mampu dalam mengelola waktu atau *time management*. Macan (dalam Gasim, 2016:10) manajemen waktu merupakan:

Pengaturan diri dalam menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, mempunyai kontrol atas waktu, selalu membuat prioritas menurut kepentingannya, serta keinginan untuk terorganisasi yang dapat dilihat dari perilaku seperti mengatur tempat kerja dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang harus diselesaikan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan manajemen waktu adalah pengaturan diri secara efektif dan efisien dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, serta mempunyai kontrol atas waktu dan tidak menunda-menunda pekerjaan yang harus diselesaikan atau bisa disebut dengan prokrastinasi.

Solomon, L.J & Burka, J Ellis (dalam Mujahidah, 2014:4) menyatakan bahwa pengertian prokrastinasi adalah “kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan”. Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah suatu penunda pada pekerjaan untuk melakukan aktivitas yang lain yang tidak berguna yang menyebabkan keterlambatan dalam penyelesaian tugas secara tepat waktu.

Putri (dalam Santiva, 2015:19) mengatakan “beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain: *problem time management*, penetapan prioritas, karakteristik tugas, dan karakteristik individu”. Senada dengan pendapat di atas Menurut Solomon & Rothblum (dalam Andika *et al*, 2015, p.12) faktor penyebab prokrastinasi yaitu, susah dalam mengatur waktu, perfeksionis, susah mengambil keputusan, ketergantungan dan susah mengambil keputusan, tidak menyukai tugas, keputusan diri yang rendah, malas, kurang inisiatif, ketakutan untuk sukses,

kecemasan, kurang adanya kontrol, mengambil resiko, dan pengaruh dari teman.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik salah satunya adalah manajemen waktu yang buruk. Manajemen waktu yang buruk terjadi apabila seorang individu tidak bisa mengaturnya dengan baik dan akan menyebabkan terjadinya penundaan dalam proses belajar. Menghadapi prokrastinasi akademik tersebut diperlukan kemampuan siswa untuk mengelola waktu dengan baik dan melakukan tindak dalam menyelesaikan tugas untuk mendapatkan hasil yang baik.

C. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya yang telah berhasil menyelesaikan skripsinya:

1. Pengaruh layanan informasi terhadap kemampuan manajemen waktu belajar mahasiswa STAIN Batusangkar

Penelitian **Eldira Putri Naswarsih 2015**: jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *true* eksperimen dan model *group pretest post-test control design* yaitu metode penelitian untuk melihat pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Eldira Putri Naswarsih diperoleh hasil bahwa layanan informasi berpengaruh signifikan terhadap kemampuan manajemen waktu belajar mahasiswa.

Adapun perbedaan penelitian yang penulis lakukan dengan penelitian tersebut yaitu pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen. Penulis menggunakan metode korelasi.

2. Studi Deskriptif Manajemen Waktu Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Yogyakarta.

Penelitian **Kluadia rhinta santya 2016** : jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain survei deskriptif. Hasil penelitian diketahui bahwa manajemen waktu mahasiswa falkultas psikologi universitas sanata Yogyakarta berada pada kategori baik. Juga terdapat perbedaan manajemen waktu antara perempuan dengan laki-laki, dimana manajemen waktu perempuan lebih baik dari pada laki-laki. Perbedaan dengan peneliti yaitu pada subjek penelitian. Subjek peneliti adalah siswa kelas X SMK N 2 Payakumbuh. Sedangkan penelitian sebelumnya menfokuskan kepada mahasiswa.

3. Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII di SMPN 1 Pariangan

Penelitian **Desyana Iryanti 2016** : Hasil penelitian diketahui bahwa siswa yang memiliki efikasi diri tinggi akan memiliki prokrastinasi akademik yang rendah. Sebaliknya siswa yang memiliki efikasi diri rendah memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi. Perbedaan dengan penelitian yaitu peneliti memfokuskan terhadap hubungan efikasi diri dengan kematangan karir siswa sedangkan penelitian sebelumnya membahas tentang prokrastinasi akademik, tempat dan waktu penelitian juga berbeda. Persamaannya adalah sama-sama membahas tentang efikasi diri.

4. Hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa universitas muhammadiyah Surakarta

Penelitian **Indah Nur Mujahidah 2014** : jenis penelitian yang di gunakan adalah kuantitatif. Hasil penelitian yang diperoleh adalah menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi penyusunan skripsi. Hubungan yang negatif dari penelitian ini menggambarkan bahwa semakin tinggi manajemen waktu pada mahasiswa maka akan semakin rendah prokrastinasi penyusunan skripsi dan sebaliknya semakin rendah manajemen waktu pada mahasiswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi penyusunan skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa. Manajemen waktu yang diperoleh yaitu pada kategori rendah.

Perbedaan dengan peneliti yaitu peneliti memfokuskan pada prokrastinasi akademik, sedangkan penelitian sebelumnya lebih memfokuskan kepada prokrastinasi pembuatan skripsi serta waktu dan tempat penelitian akan dilakukan juga berbeda.

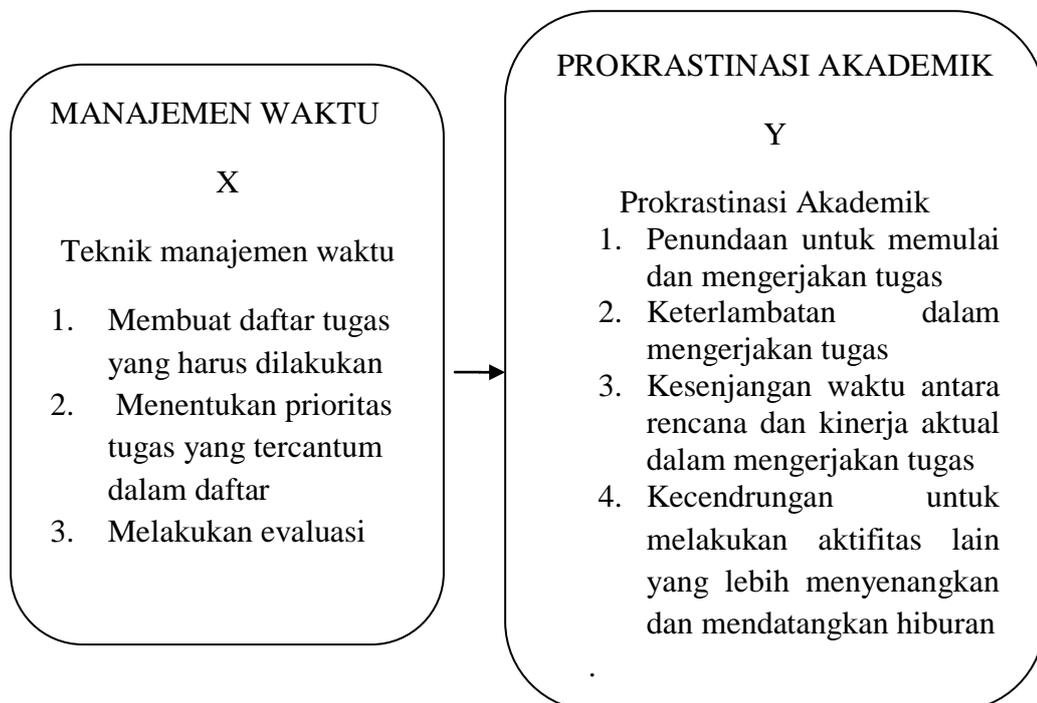
5. Penyebab Terjadinya Prokrstinasi Akademik Pada Siswa SMA N 2 Lintau Buo.

Penelitian **Gustyono Santiva 2011**: persamaan penelitian yang penulis lakukan adalah sama-sama mengkaji prokrastinasi akademik. Perbedaanya adalah penelitian ini hanya melihat penyebab prokrastinasi akademik dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif, sedangkan penelitian yang penulis lakukan melihat ada tidanya hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.

Hasil penelitian Gustyono Santiva menunjukkan bahwa penyebab prokrastinasi akademik pada siswa SMAN 2 Lintau Buo meliputi faktor manajemen waktu, menolak tugas, dan malas berada pada kategori sangat tinggi. Adapun faktor yang tergolong aspek tertinggi adalah pengaruh teman sebaya dan percaya diri yang rendah.

D. Kerangka Berfikir

Hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.



Keterangan:

Berdasarkan kerangka berfikir diatas dapat dijelaskan bahwa, manajemen waktu mengacu kepada kemampuan individu dalam, membuat daftar tugas yang harus dilakukan, menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar, serta melakukan evaluasi. Melalui tiga komponen tersebut penulis ingin melihat adakah hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik seperti yang telah dijelaskan di atas.

E. Hipotesis penelitian

1. H_a : Terdapat korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh
 2. H_0 : Tidak terdapat korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh
- Kemudia bentuk hipotesis stastistiknya adalah sebagai berikut

- a. H_a : $r_{xy} > r_{tabel}$, (jika $r_{xy} > r_{tabel}$ maka H_a diterima atau disetujui atau terbukti kebenarannya dan H_0 ditolak).
- b. H_0 : $r_{xy} < r_{tabel}$, (jika $r_{xy} < r_{tabel}$ maka H_0 diterima atau disetujui terbukti kebenarannya dan H_a ditolak).

Keterangan:

r_{xy} : Nilai r_{hitung} yang telah diperoleh melalui rumus teknis analisis *product moment*

r_{tabel} : Nilai r yang tercantum dalam tabel nilai " r " *product moment*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang penulis gunakan adalah metode penelitian pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Hanafi (2015:74) Penelitian korelasional dapat berarti “penelitian yang bertujuan untuk mengukur tentang hubungan antara dua atau lebih dari variabel yang diaajukan peneliti dengan ukuran yang valid dan reliabel”. Pendapat di atas dapat dipahami bahwa penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan variabel yang satu dengan variabel lainnya berdasarkan koefisien korelasi, serta menentukan seberapa besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat dengan menggunakan analisis statistik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMKN 2 Payakumbuh.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 2 Payakumbuh. Beralamat di Jl. Soekarno Hatta Angrek 1 kota Payakumbuh. Penelitian ini memakan waktu yaitu November 2017 sampai Agustus 2018 dengan lokasi di SMKN 2 Payakumbuh.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono (2007:117) populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Kemudian Irawan (dalam Hanafi, 2015:52) populasi adalah “keseluruhan elemen yang dijelaskan oleh peneliti didalam penelitiannya. Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa populasi adalah keseluruhan objek atau elemen yang mempunyai kualitas tertentu untuk diteliti dalam

sebuah penelitian. Dalam penelitian yang akan penulis teliti ini, populasi adalah siswa yang prokrastinasi tinggi, cara mengetahuinya adalah dengan instrument skala prokrastinasi, yaitu yang tinggi tingkat prokrastinasinya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa-siswi kelas X SMKN 2 Payakumbuh yang berjumlah 518 orang siswa, terdiri dari sembilan lokal. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

NO	KELAS	JUMLAH SISWA
1	X TDPIB 2	28 Orang
2	X TITL	28 Orang
3	X TJTL	28 Orang
4	X TPL 1	31 Orang
5	X TPL 2	28 Orang
6	X TAB	28 Orang
7	X TOI	28 Orang
8	XTPM 1	28 Orang
9	X TPM2	28 Orang
10	X TEI	28 Orang
11	X TAV 1	29 Orang
12	X TAV 2	28 Orang
13	X TBSM	30 Orang
14	X TKR	28 Orang
15	X TDPIB 1	28 Orang
16	X TBKP	28 Orang
17	X TBO	28 Orang
18	X TKJIJ	28 Orang
19	TKGSP	28 Orang
20	X TJTL	28 Orang
Jumlah		518 orang

Sumber : TU SMKN 2 Payakumbuh.

2. Sampel

Sugiyono (2013:81) sampel adalah “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Kemudian Hanafi (2015:53) mengatakan sampel adalah “sebagian populasi yang diambil

dengan cara yang dapat dipertanggung jawabkan”. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami sampel adalah sebagian yang dimiliki oleh populasi yang menjadi sumber atau sasaran penelitian yang akan diteliti secara mendalam untuk mendapatkan hasil penelitian. Jenis sampel peneliti gunakan adalah *simple random sampling*. Sugiyono (2013:82) *simple* (sederhana) karena “pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut”. Kemudian Arikunto(2011:107) mengemukakan bahwa “jika subjeknya besar, dapat diambil antara 10% - 15% atau 20% - 25% atau lebih”. Berdasarkan ketentuan di atas maka penulis menentukan sampelnya sebanyak 20%, dengan penjabaran sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Populasi} &= 518 \text{ orang} \\ \text{Sampel} &= 20\% \text{ dari } 518 \text{ orang} \\ &= 103 \text{ orang} \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil di atas jumlah sampel yang akan penulis teliti sebanyak 103 orang siswa kelas X. Untuk menentukan berapa jumlah sampel dari masing-masing lokal, digunakan rumus alokasi propotional dari Sugiono (dalam Iryanti, 2016:56) yaitu:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan :

n_i = besarnya sampel

N_i = populasi tiap variabel

N = populasi

n = sampel

$$\begin{aligned} n_i(1) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & n_i(11) &= \frac{29}{518} \times 103 = 5 \\ n_i(2) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & n_i(12) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 ni(3) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(13) &= \frac{30}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(4) &= \frac{31}{518} \times 103 = 5 & ni(14) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(5) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(15) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(6) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(16) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(7) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(17) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(8) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(18) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(9) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(19) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 \\
 ni(10) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5 & ni(20) &= \frac{28}{518} \times 103 = 5
 \end{aligned}$$

Sehingga didapat sampel sebagai sebagai berikut:

Tabel 3.2
Siswa Kelas X SMKN 2 Payakumbuh
Sebagai Sampel Penelitian

NO	Sub Populasi	Kelas sampel	Jumlah siswa
1	ni (1)	X TDPIB 2	5
2	ni (2)	X TITL	5
3	ni (3)	X TJTL	5
4	ni (4)	X TPL 1	6
5	ni (5)	X TPL 2	5
6	ni (6)	X TAB	5
7	ni (7)	X TOI	5
8	ni (8)	XTPM 1	5
9	ni (9)	X TPM2	5
10	ni (10)	X TEI	5
11	ni (11)	X TAV 1	6
12	ni (12)	X TAV 2	5
13	ni (13)	X TBSM	6
14	ni (14)	X TKR	5
15	ni (15)	X TDPIB 1	5
16	ni (15)	X TBKP	5
17	ni (17)	X TBO	5
18	ni (18)	X TKJIJ	5
19	ni (19)	TKGSP	5
20	ni (20)	X TJTL	5
	N		103

D. Pengembangan Instrumen

1. Validitas

Menurut Sukardi (2010:121) Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur itu dapat mengukur apa yang hendak diukur. Suatu instrumen dikatakan valid jika instrumen yang digunakan dapat mengukur apa yang hendak diukur. Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa validitas merupakan sebuah alat ukur yang dilihat dari apakah instrumen mampu dan cocok digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur. Skala yang peneliti buat untuk mengukur manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa dikatakan valid jika benar-benar dapat mengukur manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa tersebut. Sukmadinata (2009:228) mengelompokkan metode pengujian validitas menjadi tiga macam, yaitu validitas isi, validitas kriteria, validitas konstruk.

a. Validitas isi

Validitas yang dilakukan dengan langkah menelaah dan revisi butir pernyataan-pernyataan, berdasarkan pendapat professional (Profesional Judgement) para penelaah. Validitas isi dapat dilakukan dengan penyusunan kisi-kisi dari variabel yang akan diteliti. Kisi-kisi instrumen penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Kisi-kisi prokrastinasi akademik siswa smk negeri 2 payakumbuh

Tabel 3.3
Tabel Kisi-kisi
Prokrastinasi Akademik siswa

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No Item		Jml
			Positif (+)	Negatif (-)	
Prokrastinasi Akademik	1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan	Membuat PR dan Membuat latihan	1, 19,2	10,22, 11	6

	tugas akademik				
	2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik	a. Tidak mengumpulkan tugas tepat waktu b. Melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki	3, 20 4	12, 21 13	4 2
	3. Kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja actual	a. Perencanaan waktu pembuatan tugas b. Memenuhi <i>deadline</i>	5 6	14 15	2 2
	4. Melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas yang harus dikerjakan	a. Main game online b. Main dengan teman c. Jalan-jalan	7 8 9	16 17 18	2 2 2
Jumlah					22

Sumber : M. Nur Ghufroon & Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2010), hal. 158-159

2) kisi manajemen waktu siswa SMK N 2 Payakumbuh

Tabel. 3.4
Kisi-kisi Instrumen Manajemen Waktu

Variabel	Indikator	No item		jumlah
		Positif (+)	Negatif (-)	
Manajemen waktu	1. Membuat daftar tugas yang harus dilakukan	1, 7, 13	4, 10, 16	6

	2. Menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar	2,8,14	5,11,19	6
	3. Melakukan evaluasi	3,9, 15, 17	6,12,18,20	8
Jumlah				20

Sumber: Naswasih P.E 2015. Pengaruh layanan informasi terhadap kemampuan manajemen waktu mahasiswa. Skripsi

b. Validitas Construct,

Menurut Sugiyono (2013:125) menyatakan bahwa “Untuk menguji validitas konstruk, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgment experts*)”. Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksikan tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli.

Tabel 3.5
Hasil Validitas Konstruk Skala Prokrastinasi Akademik
pada Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh

No Item	Penilaian	No Item	Penilaian
1	Valid dengan revisi	12	Valid dengan revisi
2	Valid dengan revisi	13	Valid tanpa revisi
3	Valid dengan revisi	14	Valid dengan revisi
4	Valid dengan revisi	15	Valid dengan revisi
5	Valid dengan revisi	16	Valid dengan revisi
6	Valid dengan revisi	17	Valid dengan revisi
7	Valid dengan revisi	18	Valid dengan revisi
8	Valid dengan revisi	19	Valid dengan revisi
9	Valid dengan revisi	20	Valid dengan revisi
10	Valid dengan revisi	21	Valid dengan revisi
11	Valid dengan revisi	22	Valid dengan revisi

Tabel 3.6
Hasil Validitas Konstruk Skala Manajemen Waktu
Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Pyakumbuh

No Item	Penilaian	No Item	Penilaian
1	Valid dengan revisi	11	Valid dengan revisi
2	Valid dengan revisi	12	Valid tanpa revisi
3	Valid dengan revisi	13	Valid dengan revisi
4	Valid dengan revisi	14	Valid dengan revisi
5	Valid dengan revisi	15	Valid dengan revisi
6	Valid dengan revisi	16	Valid dengan revisi
7	Valid dengan revisi	17	Valid dengan revisi
8	Valid dengan revisi	18	Valid dengan revisi
9	Valid dengan revisi	19	Valid dengan revisi
10	Valid dengan revisi	20	Valid dengan revisi

Setelah melakukan uji validitas konstruk yaitunya dengan Ibuk Sisrazeni, S.Psi.I.,M.Pd maka diteruskan dengan pengambilan data langsung kelapangan.

2. Reliabilitas

Menurut Hanafi (2015:71) realibilitas adalah “suatu instrumen cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik”. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan atau dapat dipercaya. Setelah dilakukan uji validitas maka dilakukan uji reliabilitas untuk melihat apakah instrumen yang digunakan layak dan dapat dipercaya untuk mengukur manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMK Negeri 2 Payakumbuh. Setelah melakukan uji validitas peneliti melakukan reliabilitas untuk melihat apakah instrumen layak dan dapat dipercaya untuk melihat manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa. Uji reliabel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan spss 24. Adapun hasil uji reliabel dengan menggunakan spss 24 dapat di lihat pada tabel di bawah.

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu

Prokrastinasi Akademik	
Cronbach's Alpha	
Cronbach's Alpha	N Of Items
.718	22

Manajemen Waktu

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.678	20

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa hasil perhitungan reliabilitas menggunakan SPSS 24 adalah 0,718 dan 0,678. Hal ini berarti bahwa instrumen tersebut reliabel dan terpercaya sebagai alat pengumpul data penelitian.

Langkah-langkah yang penulis lakukan untuk validasi instrument adalah validasi isi, dengan cara memvalidasi instrument kepada validator. Hasil validasi dengan validator untuk instrument manajemen waktu yang terdiri dari 22 item pernyataan dan instrument prokrastinasi akademik siswa yang terdiri dari 20 item pernyataan terdapat 2 pernyataan valid dengan revisi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data tentang manajemen waktu dan prokrastinasi akademik di SMKN 2 Payakumbuh, peneliti menggunakan skala *likert* sebagai alat pengumpulan data. Sugiyono (2011:93) skala *likert* “digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan presepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala *likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item–item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan”. Penelitian ini menggunakan kuisisioner

berbentuk skala untuk dua variabel, yaitu skala *likert*. Noor (2011:128) *Skala likert* merupakan “salah satu teknik pengumpulan sikap yang paling sering digunakan dalam riset pemasaran. Metode skala *liker* berhubungan dengan pernyataan tentang sikap seseorang terhadap sesuatu misalnya setuju–tidak setuju, senang–tidak senang, dan baik–tidak baik”.

Penyusunan item dalam skala *likert* dikelompokkan menjadi item positif dan negatif. Item positif adalah item yang mengandung nilai-nilai yang mendukung secara positif terhadap suatu pernyataan tertentu. Item negatif adalah item yang mengandung nilai-nilai yang mendukung secara negatif terhadap suatu pernyataan. Berikut daftar skala *likert* yang penulis gunakan dalam penelitian ini untuk mengukur manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMKN 2 Payakumbuh.

Tabel 3.8
Skor Jawaban Skala *Likert* Prokrastinasi Akademik

No	Alternatif Jawaban	Pernyataan Positif	Pernyataan negatif
1	Selalu	1	5
2	Sering	2	4
3	Kadang – kadang	3	3
4	Jarang	4	2
5	Tidak pernah	5	1

Untuk mengetahui skor prokrastinasi akademik dengan jumlah 22 item adalah sebagai berikut

Skor maksimum : $5 \times 22 = 110$

Skor minimum : $1 \times 22 = 22$

Rentang Skor : $110 - 22 = 88$

Panjang kelas interval : $88 : 5 = 17,6$

Tabel 3.9
Klasifikasi Prokrastinasi Akademik Siswa

No	Rentang skor	Klasifikasi
1	92,4-110	Sangat tinggi
2	74,8-91,4	Tinggi
3	57,2-73,8	Sedang
4	39,6-56,2	Rendah
5	22-38,6	Sangat rendah

Berikutnya penulis juga mengklasifikasikan skor manajemen waktu berdasarkan sub variabel sebagai berikut

Tabel 3.10
Interval prokrastinasi akademik siswa SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas
N= 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	33,7- 40	Sangat tinggi
2	27,3-33,6	Tinggi
3	20,9-27,2	Sedang
4	14,5-20,8	Rendah
5	8-14,4	Sangat rendah

Tabel 3.11
Interval Prokrastinasi Akademik Siswa SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas
N= 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	33,7- 40	Sangat tinggi
2	27,3-33,6	Tinggi
3	20,9-27,2	Sedang
4	14,5-20,8	Rendah
5	8-14,4	Sangat rendah

Tabel 3.12
Interval Prokrastinasi Akademik Siswa SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja Aktual
dalam Mengerjakan Tugas
N= 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	16,9-20	Sangat tinggi
2	13,7-16,8	Tinggi
3	16,5-13,6	Sedang
4	7,3-10,4	Rendah
5	4-7,2	Sangat rendah

Tabel 3.13
Interval Prokrastinasi Akademik Siswa SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Kecenderungan Untuk Melakukan Aktifitas Lain
yang Lebih Menyenangkan dan Mendatangkan Hiburan
N= 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	33,7- 40	Sangat tinggi
2	27,3-33,6	Tinggi
3	20,9-27,2	Sedang
4	14,5-20,8	Rendah
5	8-14,4	Sangat rendah

Tabel 3.14
Skor Jawaban Skala *Likert* Manajemen Waktu

No	Alternatif Jawaban	Pernyataan Positif	Pernyataan negatif
1	Selalu	5	1
2	Sering	4	2
3	Kadang – kadang	3	3
4	Jarang	2	4
5	Tidak pernah	1	5

Untuk mengetahui skor manajemen waktu dengan jumlah 20 item adalah sebagai berikut

Skor maksimum : $5 \times 20 = 100$

Skor minimum : $1 \times 20 = 20$

Rentang Skor : $100 - 20 = 80$

Panjang kelas interval : $80 : 5 = 16$

Tabel 3.15
Klasifikasi Manajemen Waktu Siswa

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	84-100	Sangat tinggi
2	68-83	Tinggi
3	52-67	Sedang
4	36-51	Rendah
5	20-35	Sangat rendah

Berikutnya penulis juga mengklasifikasikan skor manajemen waktu berdasarkan sub variabel sebagai berikut :

Tabel 3.16
Interval manajemen waktu SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Membuat Daftar Tugas yang Harus Dilakukan
N = 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	25,2-30	Sangat tinggi
2	20,4-25,1	Tinggi
3	15,6-20,3	Sedang
4	10,8-15,5	Rendah
5	6-10,8	Sangat rendah

Tabel 3.17
Interval manajemen waktu SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Menentukan Prioritas Tugas yang Tercantum
dalam Daftar
N = 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	25,2-30	Sangat tinggi
2	20,4-25,1	Tinggi

3	15,6-20,3	Sedang
4	10,8-15,5	Rendah
5	6-10,8	Sangat rendah

Tabel 3.18
Interval Manajemen Waktu SMK N 2 Payakumbuh
Sub Variabel Melakukan Evaluasi
N = 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi
1	33,7- 40	Sangat tinggi
2	27,3-33,6	Tinggi
3	20,9-27,2	Sedang
4	14,5-20,8	Rendah
5	8-14,4	Sangat rendah

F. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini penulis memakai analisis data korelasional *product moment*. Sudijono (2005:190) mengatakan bahwa “*Product Moment Correlation* adalah salah satu teknik untuk mencari korelasi antara dua variabel yang kerap digunakan”. Teknik korelasi ini dikembangkan oleh Karl Pearson, yang karenanya sering dikenal dengan istilah *Teknik Korelasi Pearson*. Rumus yang digunakan adalah:

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

Keterangan:

$r_{x,y}$: Koefisien korelasi X dan Y

n : Jumlah subjek/responden

X : Skor manajemen waktu

Y : Skor prokrastinasi akademik

$\sum X$: Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$: Jumlah seluruh skor Y

$\sum XY$: Jumlah hasil perkalian antara skor X dan Y

Tahap-tahap yang penulis lakukan dalam menganalisis data adalah:

1. Membuat H_a dan H_0 dalam bentuk kalimat:

H_0 = Tidak terdapat korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh

H_a = Terdapat korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh

Membuat H_a dan H_0 dalam bentuk statistik:

H_0 : $r_{xy} \leq r_{tabel}$

H_a : $r_{xy} \geq r_{tabel}$

2. Membuat tabel penolong untuk menghitung korelasi *product moment*
3. Mencari r_{hitung} dengan cara memasukkan angka statistik dari tabel penolong dengan rumus:

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

Keterangan:

$r_{x,y}$: Koefisien korelasi X dan Y

n : Jumlah subjek/responden

$\sum X$: Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$: Jumlah seluruh skor Y

$\sum XY$: Jumlah hasil perkalian antara skor X dan Y

4. Menguji signifikansi

Mengetahui signifikansi korelasi antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) adalah dengan cara membandingkan dengan tabel nilai koefisien korelasi “r” product moment dari person

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data adalah gambaran mengenai data yang diperoleh dari instrumen penelitian yaitu skala likert. Sebelum kegiatan penelitian dilaksanakan, penulis mempersiapkan instrumen penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Kegiatan penelitian ini mulai dilaksanakan 12 pada mei 2018.

Pada bab ini penulis akan menyajikan hasil penelitian yang mengungkap tentang hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa Kelas X di SMK N 2 Payakumbuh. Data tentang hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa diperoleh dari penyebaran skala yang telah penulis berikan kepada siswa yang terpilih sebagai sampel penelitian.

Peneliti mengambil sampel kelas X yang sekaligus sebagai populasi dari penelitian. Berdasarkan sampel sebanyak 103 siswa maka diperoleh data tentang manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik dengan menggunakan rumus “r” *product moment* serta untuk mengetahui signifikan atau tidaknya korelasi manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa.

1. Deskripsi Data tentang Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMK Negeri 2 Payakumbuh

Data tentang manajemen waktu dengan p rokrastinasi akademik siswa diperoleh dengan cara memberikan skala *likert* kepada siswa yang terpilih menjadi sampel penelitian. Siswa yang terpilih memberikan jawaban atas item pernyataan yang telah penulis siapkan untuk diadministrasikan kepada siswa. Klasifikasi skor untuk melihat tingkat Manajemen waktu yang dimiliki oleh siswa adalah sebagai berikut:

Skor maksimum	: $5 \times 20 = 100$
Skor minimum	: $1 \times 20 = 20$
Rentang Skor	: $100 - 20 = 80$
Panjang kelas interval	: $80 : 5 = 16$

Tabel 4.1
Skor Jawaban Skala *Likert* Manajemen Waktu

No	Rentang skor	Klasifikasi
1	84-100	Sangat tinggi
2	68-83	Tinggi
3	52-67	Sedang
4	36-51	Rendah
5	20-35	Sangat rendah

Tabel 4.2
Tingkat Skor Manajemen Waktu Siswa Kelas X
SMK Negeri 2 Payakumbuh

NO	SUBJEK	X	KLASIFIKASI
1	MZ	71	Tinggi
2	FY	58	Sedang
3	RRI	50	Rendah
4	DA	65	Sedang
5	AGP	66	Sedang
6	TJ	84	Tinggi
7	TCA	65	Sedang
8	TD	69	Tinggi
9	VNS	74	Tinggi
10	BA	77	Tinggi
11	HS	69	Tinggi
12	YP	69	Tinggi
13	FP	59	Sedang
14	IAI	57	Sedang
15	GRY	65	Sedang
16	RA	73	Tinggi
17	NP	80	Tinggi
18	D	78	Tinggi
19	MM	78	Tinggi

20	ID	62	Sedang
21	MIM	67	Sedang
22	BWY	58	Sedang
23	F	60	Sedang
24	MANF	69	Tinggi
25	HS	78	Tinggi
26	SK	74	Tinggi
27	CMD	74	Tinggi
28	HM	73	Tinggi
29	S	58	Sedang
30	AD	72	Tinggi
31	RPU	67	Sedang
32	MT	85	Tinggi
33	FA	80	Tinggi
34	AP	66	Sedang
35	FNY	49	Rendah
36	MI	78	Tinggi
37	UZ	70	Tinggi
38	FR	69	Sedang
39	B	72	Tinggi
40	FR	73	Tinggi
41	HA	66	Sedang
42	MRFA	72	Tinggi
43	RA	60	Sedang
44	RF	74	Tinggi
45	HA	73	Tinggi
46	AS	60	Sedang
47	IE	59	Sedang
48	AK	73	Tinggi
49	AY	76	Tinggi
50	AF	67	Sedang
51	FR	51	Rendah
52	CSK	67	Sedang
53	MT	91	Sangat Tinggi
54	RFA	86	Sangat tinggi
55	TI	84	Tinggi
56	AI	84	Tinggi
57	BV	85	Tinggi
58	CDP	64	Sedang
59	RAC	65	Sedang
60	IPP	59	Sedang

61	RH	71	Tinggi
62	AE	82	Tinggi
63	FP	81	Tinggi
64	MYS	68	Sedang
65	I	73	Tinggi
66	MG	75	Tinggi
67	TI	62	Sedang
68	DA	70	Tinggi
69	RS	71	Tinggi
70	DA	71	Tinggi
71	YNA	74	Tinggi
72	MS	68	Tinggi
73	AF	67	Sedang
74	TE	76	Tinggi
75	HM	72	Tinggi
76	YEP	63	Sedang
77	MS	50	Rendah
78	R	75	Tinggi
79	RZ	79	Tinggi
80	FA	62	Sedang
81	WA	86	Tinggi
82	AM	65	Sedang
83	AP	76	Tinggi
84	AG	79	Tinggi
85	AK	72	Tinggi
86	MAA	76	Tinggi
87	AR	72	Tinggi
88	RAM	67	Sedang
89	FR	61	Sedang
90	MA	65	Sedang
91	NPR	77	Tinggi
92	SWG	77	Tinggi
93	MI	64	Sedang
94	MZ	71	Tinggi
95	GYP	65	Sedang
96	RZ	63	Sedang
97	LZP	71	Tinggi
98	NA	72	Tinggi
99	RS	73	Tinggi
100	A	74	Tinggi
101	WSJ	80	Tinggi

102	FPB	77	Tinggi
103	NBA	59	Sedang
JUMLAH		7229	
RATA-RATA		70,18	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa manajemen waktu siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh dari 103 siswa, 7425 jumlah skor keseluruhan yang diperoleh dari Manajemen waktu siswa.

Maka untuk mengetahui tingkat manajemen waktu siswa dengan melihat tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3
Klasifikasi Skor Manajemen Waktu
N = 103

NO	Rentang skor	Klasifikasi	F	%
1	84-100	Sangat tinggi	8	7,76%
2	68-83	Tinggi	54	52,42%
3	52-67	Sedang	37	35,92%
4	36-51	Rendah	4	3,88%
5	20-35	Sangat rendah	0	0%

Interpretasi

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui manajemen waktu siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh dari 103 siswa, 8 siswa (7,76%) berada pada kategori sangat tinggi. 54 siswa (52,42%) berada pada kategori tinggi, 37 siswa (35,92%) berada pada kategori sedang. 4 siswa (3,88%) berada pada kategori rendah dan tidak ada seorangpun (0%) yang berada pada kategori sangat rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh berada pada kategori tinggi.

Selanjutnya dapat dijelaskan tingkatan masing-masing klasifikasi berdasarkan sub variabelnya mengenai manajemen waktu siswa sebagai berikut:

a. Membuat Daftar Tugas yang Harus Dilakukan

Kategori skor untuk melihat tingkat manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4
Kategori Skor Manajemen Waktu pada Aspek
Membuat Daftar Tugas yang Harus Dilakukan
N=103

NO	SUBJEK	X	KLASIFIKASI
1	MZ	20	Sedang
2	FY	19	Sedang
3	RRI	16	Sedang
4	DA	18	Sedang
5	AGP	22	Tinggi
6	TJ	26	Sangat Tinggi
7	TCA	18	Sedang
8	TD	21	Tinggi
9	VNS	21	Tinggi
10	BA	25	Tinggi
11	HS	21	Tinggi
12	YP	19	Sedang
13	FP	17	Sedang
14	IAI	13	Rendah
15	GRY	11	Rendah
16	RA	19	Tinggi
17	NP	24	Tinggi
18	D	23	Tinggi
19	MM	24	Tinggi
20	ID	17	Sedang
21	MIM	19	Sedang
22	BWY	18	Sedang
23	F	22	Tinggi
24	MANF	20	Sedang
25	HS	25	Tinggi
26	SK	22	Tinggi
27	CMD	22	Tinggi
28	HM	19	Sedang

29	S	19	Sedang
30	AD	23	Tinggi
31	RPU	20	Sedang
32	MT	25	Tinggi
33	FA	24	Tinggi
34	AP	18	Sedang
35	FNY	16	Sedang
36	MI	23	Tinggi
37	UZ	21	Tinggi
38	FR	20	Sedang
39	B	23	Tinggi
40	FR	24	Tinggi
41	HA	23	Tinggi
42	MRFA	23	Tinggi
43	RA	17	Sedang
44	RF	19	Sedang
45	HA	18	Sedang
46	AS	14	Rendah
47	IE	14	Rendah
48	AK	23	Tinggi
49	AY	20	Sedang
50	AF	26	Sangat Tinggi
51	FR	17	Tinggi
52	CSK	21	Tinggi
53	MT	29	Sangat Tinggi
54	RFA	26	Sangat Tinggi
55	TI	26	Sangat Tinggi
56	AI	24	Tinggi
57	BV	23	Tinggi
58	CDP	20	Sedang
59	RAC	19	Sedang
60	IPP	20	Sedang
61	RH	19	Sedang
62	AE	26	Sangat Tinggi
63	FP	28	Sangat Tinggi
64	MYS	17	Sedang
65	I	19	Sedang
66	MG	16	Sedang
67	TI	21	Tinggi
68	DA	25	Tinggi

69	RS	20	Sedang
70	DA	19	Sedang
71	YNA	24	Tinggi
72	MS	22	Tinggi
73	AF	17	Sedang
74	TE	24	Tinggi
75	HM	18	Sedang
76	YEP	17	Sedang
77	MS	12	Rendah
78	R	20	Sedang
79	RZ	21	Tinggi
80	FA	18	Sedang
81	WA	24	Tinggi
82	AM	20	Sedang
83	AP	21	Tinggi
84	AG	24	Tinggi
85	AK	17	Sedang
86	MAA	22	Tinggi
87	AR	19	Sedang
88	RAM	17	Sedang
89	FR	22	Tinggi
90	MA	17	Sedang
91	NPR	26	Sangat Tinggi
92	SWG	24	Tinggi
93	MI	17	Sedang
94	MZ	18	Sedang
95	GYP	17	Sedang
96	RZ	19	Sedang
97	LZP	20	Sedang
98	NA	22	Tinggi
99	RS	25	Tinggi
100	A	22	Tinggi
101	WSJ	23	Tinggi
102	FPB	20	Sedang
103	NBA	18	Sedang
JUMLAH		2116	
RATA-RATA		20,54	Sedang

Berdasarkan gambaran tingkat skor manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan bahwa dari 103 orang

siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 2116 dengan rata-rata 20,54%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan berada pada kategori **sedang**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.5
Persentase Manajemen Waktu Siswa pada Aspek
Membuat Daftar Tugas yang Harus Dilakukan
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	25,2-30	Sangat tinggi	7	6,79%
2	20,4-25,1	Tinggi	44	42,71%
3	15,6-20,3	Sedang	47	45,63%
4	10,8-15,5	Rendah	5	4,85%
5	6-10,8	Sangat Rendah	-	-

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan 7 orang siswa (6,79%) berada pada kategori sangat tinggi, 44 orang siswa (42,71%) berada pada kategori tinggi, 47 orang siswa (45,63%) berada pada kategori sedang, 5 orang siswa (4,85%) berada pada kategori rendah dan tidak ada (0%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan berada pada kategori **sedang**.

b. Menentukan Prioritas Tugas yang Tercantum Dalam Daftar

Kategori skor untuk melihat tingkat manajemen waktu siswa pada aspek Menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar siswa adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.6
Kategori Skor Manajemen Waktu Siswa pada
Aspek Menentukan Prioritas Tugas yang
Tercantum Dalam Daftar
N=103

NO	SUBJEK	X	KLASIFIKASI
1	MZ	23	Tinggi
2	FY	18	Sedang
3	RRI	16	Sedang
4	DA	22	Tinggi
5	AGP	21	Tinggi
6	TJ	29	Sangat Tinggi
7	TCA	23	Tinggi
8	TD	24	Tinggi
9	VNS	24	Tinggi
10	BA	23	Tinggi
11	HS	26	Sangat Tinggi
12	YP	25	Tinggi
13	FP	19	Sedang
14	IAI	21	Tinggi
15	GRY	26	Sangat Tinggi
16	RA	26	Sangat Tinggi
17	NP	28	Sangat Tinggi
18	D	25	Tinggi
19	MM	26	Sangat Tinggi
20	ID	23	Tinggi
21	MIM	26	Sangat Tinggi
22	BWY	20	Sedang
23	F	18	Sedang
24	MANF	26	Sangat Tinggi
25	HS	25	Tinggi
26	SK	25	Tinggi
27	CMD	23	Tinggi
28	HM	24	Tinggi
29	S	19	Sedang
30	AD	21	Tinggi
31	RPU	19	Sedang
32	MT	27	Sangat Tinggi
33	FA	26	Sangat Tinggi
34	AP	24	Tinggi
35	FNY	16	Sedang

36	MI	25	Tinggi
37	UZ	22	Tinggi
38	FR	25	Tinggi
39	B	25	Tinggi
40	FR	25	Tinggi
41	HA	17	Sedang
42	MRFA	22	Tinggi
43	RA	22	Tinggi
44	RF	27	Sangat Tinggi
45	HA	23	Tinggi
46	AS	25	Tinggi
47	IE	23	Tinggi
48	AK	27	Sangat Tinggi
49	AY	24	Tinggi
50	AF	18	Sedang
51	FR	16	Sedang
52	CSK	21	Tinggi
53	MT	30	Sangat Tinggi
54	RFA	28	Sangat Tinggi
55	TI	29	Sangat Tinggi
56	AI	28	Sangat Tinggi
57	BV	28	Sangat Tinggi
58	CDP	21	Tinggi
59	RAC	19	Sedang
60	IPP	20	Sedang
61	RH	26	Sangat Tinggi
62	AE	30	Sangat Tinggi
63	FP	28	Sangat Tinggi
64	MYS	23	Tinggi
65	I	27	Sangat Tinggi
66	MG	29	Sangat Tinggi
67	TI	17	Sedang
68	DA	22	Tinggi
69	RS	23	Tinggi
70	DA	27	Sangat Tinggi
71	YNA	25	Tinggi
72	MS	21	Tinggi
73	AF	27	Sangat Tinggi
74	TE	24	Tinggi
75	HM	28	Sangat Tinggi
76	YEP	20	Sedang

77	MS	18	Sedang
78	R	27	Sangat Tinggi
79	RZ	29	Sangat Tinggi
80	FA	20	Sedang
81	WA	26	Sangat Tinggi
82	AM	21	Tinggi
83	AP	27	Sangat Tinggi
84	AG	25	Tinggi
85	AK	24	Tinggi
86	MAA	26	Sangat Tinggi
87	AR	25	Tinggi
88	RAM	23	Tinggi
89	FR	19	Sedang
90	MA	22	Tinggi
91	NPR	23	Tinggi
92	SWG	23	Tinggi
93	MI	22	Tinggi
94	MZ	24	Tinggi
95	GYP	22	Tinggi
96	RZ	20	Sedang
97	LZP	22	Tinggi
98	NA	23	Tinggi
99	RS	22	Tinggi
100	A	26	Sangat Tinggi
101	WSJ	27	Sangat Tinggi
102	FPB	27	Sangat Tinggi
103	NBA	18	Sedang
JUMLAH		2425	
RATA-RATA		23,54	Tinggi

Berdasarkan gambaran tingkat skor manajemen waktu siswa pada aspek menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar bahwa dari 103 orang siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 2425 dengan rata-rata 23,54%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar berada pada kategori **tinggi**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.7
Persentase Manajemen Waktu Siswa pada
Aspek Menentukan Prioritas Tugas
yang Tercantum dalam Daftar
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	25,2-30	Sangat tinggi	32	19,41
2	20,4-25,1	Tinggi	49	47,57
3	15,6-20,3	Sedang	20	19,41
4	10,8-15,5	Rendah	-	-
5	6-10,8	Sangat Rendah	-	-

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa manajemen waktu siswa pada aspek menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar 32 orang siswa (19,41%) berada pada kategori sangat tinggi, 49 orang siswa (47,57%) berada pada kategori tinggi, 20 orang siswa (19,41%) berada pada kategori sedang, (0%) orang siswa berada pada kategori rendah dan tidak ada (0%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar **tinggi**.

c. Melakukan Evaluasi

Kategori skor untuk melihat tingkat manajemen waktu siswa pada aspek melakukan evaluasi adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.8
Kategori Skor Manajemen Waktu Siswa pada
Aspek Melakukan Evaluasi
N=103

NO	SUBJEK	X	KLASIFIKASI
1	MZ	28	Tinggi
2	FY	21	Sedang
3	RRI	23	Sedang
4	DA	25	Sedang
5	AGP	23	Sedang
6	TJ	29	Tinggi
7	TCA	24	Sedang
8	TD	24	Sedang
9	VNS	29	Tinggi
10	BA	29	Tinggi

11	HS	22	Sedang
12	YP	25	Sedang
13	FP	23	Sedang
14	IAI	23	Sedang
15	GRY	28	Tinggi
16	RA	28	Tinggi
17	NP	28	Tinggi
18	D	30	Tinggi
19	MM	28	Tinggi
20	ID	22	Sedang
21	MIM	22	Sedang
22	BWY	20	Rendah
23	F	20	Rendah
24	MANF	23	Sedang
25	HS	28	Tinggi
26	SK	27	Sedang
27	CMD	29	Tinggi
28	HM	30	Tinggi
29	S	20	Rendah
30	AD	28	Tinggi
31	RPU	28	Tinggi
32	MT	33	Tinggi
33	FA	30	Tinggi
34	AP	24	Sedang
35	FNY	17	Rendah
36	MI	30	Tinggi
37	UZ	27	Tinggi
38	FR	24	Sedang
39	B	24	Sedang
40	FR	24	Sedang
41	HA	26	Sedang
42	MRFA	27	Sedang
43	RA	21	Sedang
44	RF	28	Tinggi
45	HA	32	Tinggi
46	AS	21	Sedang
47	IE	22	Sedang
48	AK	23	Sedang
49	AY	32	Tinggi
50	AF	23	Sedang

51	FR	20	Rendah
52	CSK	25	Sedang
53	MT	32	Tinggi
54	RFA	32	Tinggi
55	TI	29	Tinggi
56	AI	32	Tinggi
57	BV	34	sangat tinggi
58	CDP	23	Sedang
59	RAC	27	Tinggi
60	IPP	19	Rendah
61	RH	26	Sedang
62	AE	26	Sedang
63	FP	25	Sedang
64	MYS	28	Tinggi
65	I	27	Sedang
66	MG	30	Tinggi
67	TI	24	Sedang
68	DA	23	Sedang
69	RS	28	Tinggi
70	DA	25	Sedang
71	YNA	25	Sedang
72	MS	25	Sedang
73	AF	23	Sedang
74	TE	28	Tinggi
75	HM	26	Sedang
76	YEP	26	Sedang
77	MS	20	Rendah
78	R	28	Tinggi
79	RZ	29	Tinggi
80	FA	24	Sedang
81	WA	36	sangat tinggi
82	AM	24	Sedang
83	AP	28	Tinggi
84	AG	30	Tinggi
85	AK	31	Tinggi
86	MAA	28	Tinggi
87	AR	28	Tinggi
88	RAM	27	Sedang
89	FR	20	Rendah
90	MA	26	Sedang
91	NPR	28	Tinggi

92	SWG	30	Tinggi
93	MI	25	Sedang
94	MZ	29	Tinggi
95	GYP	26	Sedang
96	RZ	24	Sedang
97	LZP	29	Tinggi
98	NA	27	Sedang
99	RS	26	Sedang
100	A	26	Sedang
101	WSJ	30	Tinggi
102	FPB	30	Tinggi
103	NBA	23	Sedang
JUMLAH		2695	
RATA-RATA		26,16	Sedang

Berdasarkan gambaran tingkat skor manajemen waktu siswa pada aspek melakukan evaluasi bahwa dari 103 orang siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 2695 dengan rata-rata 26,16%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek melakukan evaluasi berada pada kategori **sedang**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.9
Persentase Manajemen Waktu Siswa pada Aspek
Membuat Daftar Tugas Yang Harus Dilakukan
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	33,7- 40	Sangat tinggi	2	1,94%
2	27,3-33,6	Tinggi	43	41,74%
3	20,9-27,2	Sedang	50	48,54%
4	14,5-20,8	Rendah	8	7,76%
5	8-14,4	Sangat Rendah	-	-

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan 2 orang siswa (1,94%) berada pada kategori sangat tinggi, 43 orang siswa

(41,74%) berada pada kategori tinggi, 50 orang siswa (48,54%) berada pada kategori sedang, 8 orang siswa (7,76%) berada pada kategori rendah dan tidak ada (0%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan berada pada kategori **sedang**.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan berada pada kategori sedang, pada aspek menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar berada pada kategori tinggi dan pada aspek melakukan evaluasi berada pada kategori sedang.

2. Deskripsi Data tentang Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMK Negeri 2 Payakumbuh

Data tentang prokrastinasi akademik siswa diperoleh dengan cara memberikan skala *Likert* kepada siswa yang terpilih menjadi sampel penelitian. Siswa yang terpilih memberikan jawaban atas item pernyataan yang telah penulis siapkan untuk diadministrasikan kepada siswa. Klasifikasi skor untuk melihat tingkat prokrastinasi siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh adalah sebagai berikut:

$$\text{Skor maksimum} : 5 \times 22 = 110$$

$$\text{Skor minimum} : 1 \times 22 = 22$$

$$\text{Rentang Skor} : 110 - 22 = 88$$

$$\text{Panjang kelas interval} : 88 : 5 = 17,6$$

Tabel 4.10
Klasifikasi Prokrastinasi Akademik Siswa

No	Rentang skor	Klasifikasi
1	92,4-110	Sangat tinggi
2	74,8-91,4	Tinggi
3	57,2-73,8	Sedang
4	39,6-56,2	Rendah
5	22-38,6	Sangat rendah

Tabel 4.11
Tingkat Skor Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X
SMK Negeri 2 Payakumbuh
N=103

NO	SUBJEK	Y	KLASIFIKASI
1	MZ	56	Rendah
2	FY	60	Sedang
3	RRI	63	Sedang
4	DA	65	Sedang
5	AGP	56	Rendah
6	TJ	60	Sedang
7	TCA	67	Sedang
8	TD	55	Rendah
9	VNS	70	Sedang
10	BA	65	Sedang
11	HS	77	Tinggi
12	YP	45	Rendah
13	FP	60	Sedang
14	IAI	60	Sedang
15	GRY	70	Sedang
16	RA	71	Sedang
17	NP	75	Tinggi
18	D	79	Tinggi
19	MM	80	Tinggi
20	ID	71	Sedang
21	MIM	69	Sedang
22	BWY	72	Sedang
23	F	70	Sedang
24	MANF	67	Sedang
25	HS	60	Sedang
26	SK	73	Sedang
27	CMD	60	Sedang
28	HM	64	Sedang
29	S	72	Sedang
30	AD	70	Sedang
31	RPU	66	Sedang
32	MT	60	Sedang
33	FA	68	Sedang
34	AP	70	Sedang
35	FNY	55	Rendah
36	MI	80	Tinggi

37	UZ	63	Sedang
38	FR	63	Sedang
39	B	78	Tinggi
40	FR	80	Tinggi
41	HA	79	Tinggi
42	MRFA	80	Tinggi
43	RA	64	Sedang
44	RF	70	Sedang
45	HA	75	Tinggi
46	AS	73	Sedang
47	IE	75	Tinggi
48	AK	80	Tinggi
49	AY	76	Tinggi
50	AF	70	Sedang
51	FR	53	Rendah
52	CSK	66	Sedang
53	MT	75	Tinggi
54	RFA	85	Tinggi
55	TI	60	Sedang
56	AI	70	Sedang
57	BV	78	Tinggi
58	CDP	76	Tinggi
59	RAC	67	Sedang
60	IPP	76	Tinggi
61	RH	75	Tinggi
62	AE	67	Sedang
63	FP	60	Sedang
64	MYS	67	Sedang
65	I	84	Tinggi
66	MG	52	Rendah
67	TI	57	Sedang
68	DA	65	Sedang
69	RS	77	Tinggi
70	DA	80	Tinggi
71	YNA	69	Sedang
72	MS	78	Tinggi
73	AF	60	Sedang
74	TE	83	Tinggi
75	HM	74	Tinggi
76	YEP	73	Sedang
77	MS	57	Sedang

78	R	60	Sedang
79	RZ	59	Sedang
80	FA	68	Sedang
81	WA	60	Sedang
82	AM	70	Sedang
83	AP	67	Sedang
84	AG	79	Tinggi
85	AK	70	Tinggi
86	MAA	73	Sedang
87	AR	74	Tinggi
88	RAM	69	Sedang
89	FR	63	Sedang
90	MA	69	Sedang
91	NPR	73	Sedang
92	SWG	76	Tinggi
93	MI	65	Sedang
94	MZ	65	Sedang
95	GYP	68	Sedang
96	RZ	66	Sedang
97	LZP	81	Tinggi
98	NA	60	Sedang
99	RS	78	Tinggi
100	A	73	Sedang
101	WSJ	70	Sedang
102	FPB	80	Tinggi
103	NBA	45	Rendah
JUMLAH		7072	

Berdasarkan tabel di atas, skor tertinggi yang diperoleh siswa adalah 86, sedangkan skor yang terendah yang diperoleh siswa adalah 44. Untuk lebih jelasnya tentang prokrastinasi akademik siswa dari perolehan skor skala, maka dapat ditentukan *meannya* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n} = \frac{7072}{103} = 68,660$$

Setelah *mean* ditentukan, maka diketahui tinggi rendah tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X SMKN 2 Payakumbuh dengan melihat tabel sebagai berikut:

Tabel. 4.12
Klasifikasi Skor Prokrastinasi Akademik
N = 103

No	Rentang skor	Klasifikasi	F	%
1.	92,4-110	Sangat tinggi	0	0%
2.	74,8-91,4	Tinggi	30	29,12%
3.	57,2-73,8	Sedang	65	63,10%
4.	39,6-56,2	Rendah	8	7,76%
5.	22-38,6	Sangat rendah	0	0%

Interpretasi

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui prokrastinasi akademik siswa kelas X SMKN 2 Payakumbuh dari 103 siswa. 0 siswa (0%) berada pada kategori sangat tinggi. 30 siswa (29,12%) berada pada kategori tinggi. 65 siswa (63,10%) berada kategori rendah dan Tidak ada seorangpun (0%) yang berada pada kategori sangat rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh berada pada kategori sedang.

Selanjutnya dapat dijelaskan tingkatan masing-masing klasifikasi prokrastinasi akademik berdasarkan sub variabelnya, dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

3. Penundaan Untuk Memulai dan Mengerjakan Tugas

Kategori skor untuk melihat tingkat prokrastinasi akademik siswa pada aspek menentukan prioritas tugas yang tercantum dalam daftar siswa adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.13
Kategori Skor Prokrastinasi Akademik Siswa
pada Aspek Penundaan Untuk Memulai
dan Mengerjakan Tugas
N=103

NO	SUBJEK	Y	KLASIFIKASI
1	MZ	15	Rendah
2	FY	19	Rendah

3	RRI	16	Rendah
4	DA	17	Rendah
5	AGP	16	Rendah
6	TJ	23	Sedang
7	TCA	19	Rendah
8	TD	18	Rendah
9	VNS	17	Rendah
10	BA	19	Rendah
11	HS	22	Sedang
12	YP	15	Rendah
13	FP	17	Rendah
14	IAI	15	Rendah
15	GRY	19	Rendah
16	RA	20	Rendah
17	NP	21	Sedang
18	D	20	Rendah
19	MM	21	Sedang
20	ID	19	Rendah
21	MIM	18	Rendah
22	BWY	18	Rendah
23	F	22	Rendah
24	MANF	19	Rendah
25	HS	20	Rendah
26	SK	25	Sedang
27	CMD	18	Rendah
28	HM	16	Rendah
29	S	18	Rendah
30	AD	20	Rendah
31	RPU	16	Rendah
32	MT	18	Rendah
33	FA	17	Rendah
34	AP	16	Rendah
35	FNYP	14	Sangat Rendah
36	MI	19	Rendah
37	UZ	15	Rendah
38	FR	20	Rendah
39	B	21	Sedang
40	FR	21	Sedang
41	HA	24	Sedang

42	MRFA	22	Sedang
43	RA	19	Rendah
44	RF	20	Rendah
45	HA	23	Sedang
46	AS	20	Rendah
47	IE	17	Rendah
48	AK	22	Sedang
49	AY	20	Rendah
50	AF	15	Rendah
51	FR	14	Sangat Rendah
52	CSK	19	Rendah
53	MT	18	Rendah
54	RFA	22	Sedang
55	TI	16	Rendah
56	AI	16	Rendah
57	BV	25	Sedang
58	CDP	21	Sedang
59	RAC	22	Sedang
60	IPP	19	Rendah
61	RH	24	Sedang
62	AE	17	Rendah
63	FP	14	Sangat Rendah
64	MYS	18	Rendah
65	I	26	Sedang
66	MG	14	Sangat Rendah
67	TI	15	Rendah
68	DA	14	Sangat Rendah
69	RS	24	Sedang
70	DA	24	Sedang
71	YNA	17	Rendah
72	MS	20	Rendah
73	AF	19	Rendah
74	TE	22	Sedang
75	HM	21	Sedang
76	YEP	22	Sedang
77	MS	14	Sangat Rendah
78	R	16	Rendah
79	RZ	16	Rendah
80	FA	18	Rendah

81	WA	19	Rendah
82	AM	20	Rendah
83	AP	20	Rendah
84	AG	18	Rendah
85	AK	21	Sedang
86	MAA	20	Rendah
87	AR	22	Sedang
88	RAM	21	Sedang
89	FR	16	Rendah
90	MA	13	Sangat Rendah
91	NPR	21	Sedang
92	SWG	17	Rendah
93	MI	18	Rendah
94	MZ	19	Rendah
95	GYP	18	Rendah
96	RZ	21	Sedang
97	LZP	20	Rendah
98	NA	15	Rendah
99	RS	21	Sedang
100	A	19	Rendah
101	WSJ	21	Sedang
102	FPB	23	Sedang
103	NBA	11	Sangat Rendah
JUMLAH		1942	
RATA-RATA		18,85	Rendah

Berdasarkan gambaran tingkat skor prokrastinasi akademik siswa pada aspek penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas bahwa dari 103 orang siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 1942 dengan rata-rata 18,85%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas pada kategori **rendah**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4.14
Persentase prokrastinasi akademik Siswa pada Aspek
Penundaan Untuk Memulai Dan Mengerjakan Tugas
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	33,7- 40	Sangat tinggi	-	-
2	27,3-33,6	Tinggi	-	-
3	20,9-27,2	Sedang	30	29,12%
4	14,5-20,8	Rendah	67	65,04%
5	8-14,4	Sangat Rendah	6	5,82%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan (0%) berada pada kategori sangat tinggi, (0 %) berada pada kategori tinggi, 30 orang siswa (29,19%) berada pada kategori sedang, 67 orang siswa (65,04%) berada pada kategori rendah dan 6 orang siswa (5,82%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas berada pada kategori rendah.

4. Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas

Kategori skor untuk melihat tingkat prokrastinasi akademik siswa pada aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.15
Kategori Skor Prokrastinasi Akademik Siswa pada
Aspek Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas
N=103

NO	SUBJEK	Y	KLASIFIKASI
1	MZ	15	Rendah
2	FY	17	Rendah
3	RRI	18	Rendah
4	DA	19	Rendah
5	AGP	14	Sangat Rendah
6	TJ	26	Sedang
7	TCA	20	Rendah

8	TD	23	Sedang
9	VNS	21	Sedang
10	BA	17	Rendah
11	HS	22	Rendah
12	YP	11	Sangat Rendah
13	FP	15	Rendah
14	IAI	15	Rendah
15	GRY	17	Rendah
16	RA	18	Rendah
17	NP	21	Sedang
18	D	23	Sedang
19	MM	23	Sedang
20	ID	17	Rendah
21	MIM	16	Rendah
22	BWY	20	Rendah
23	F	18	Rendah
24	MANF	20	Rendah
25	HS	13	Sangat Rendah
26	SK	23	Sedang
27	CMD	13	Sangat Rendah
28	HM	14	Sangat Rendah
29	S	19	Rendah
30	AD	19	Rendah
31	RPU	17	Rendah
32	MT	16	Rendah
33	FA	25	Sedang
34	AP	21	Sedang
35	FNY	16	Rendah
36	MI	23	Sedang
37	UZ	17	Rendah
38	FR	13	Sangat Rendah
39	B	21	Sedang
40	FR	24	Sedang
41	HA	19	Rendah
42	MRFA	25	Sedang
43	RA	15	Rendah
44	RF	16	Rendah
45	HA	21	Sedang
46	AS	19	Rendah

47	IE	23	Sedang
48	AK	23	Sedang
49	AY	27	Sedang
50	AF	26	Sedang
51	FR	18	Rendah
52	CSK	17	Rendah
53	MT	18	Rendah
54	RFA	25	Sedang
55	TI	14	Sangat Rendah
56	AI	18	Rendah
57	BV	23	Sedang
58	CDP	18	Rendah
59	RAC	17	Rendah
60	IPP	21	Sedang
61	RH	21	Sedang
62	AE	16	Rendah
63	FP	17	Rendah
64	MYS	18	Rendah
65	I	22	Sedang
66	MG	13	Sangat Rendah
67	TI	18	Rendah
68	DA	19	Rendah
69	RS	25	Sedang
70	DA	26	Sedang
71	YNA	20	Rendah
72	MS	24	Sedang
73	AF	19	Rendah
74	TE	28	Tinggi
75	HM	25	Sedang
76	YEP	23	Sedang
77	MS	19	Rendah
78	R	17	Rendah
79	RZ	17	Rendah
80	FA	17	Rendah
81	WA	18	Rendah
82	AM	18	Rendah
83	AP	20	Rendah
84	AG	21	Sedang
85	AK	15	Rendah

86	MAA	17	Rendah
87	AR	18	Rendah
88	RAM	22	Sedang
89	FR	17	Rendah
90	MA	20	Rendah
91	NPR	21	Sedang
92	SWG	23	Sedang
93	MI	16	Rendah
94	MZ	18	Rendah
95	GYP	26	Sedang
96	RZ	19	Rendah
97	LZP	26	Sedang
98	NA	18	Rendah
99	RS	23	Sedang
100	A	20	Rendah
101	WSJ	17	Rendah
102	FPB	23	Sedang
103	NBA	13	Sangat Rendah
JUMLAH		1996	Rendah
RATA-RATA		19,37	

Berdasarkan gambaran tingkat skor prokrastinasi akademik siswa pada aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas bahwa dari 103 orang siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 1996 dengan rata-rata 19,37%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas pada kategori **rendah**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel. 4.16
Persentase prokrastinasi akademik Siswa pada
Aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	33,7- 40	Sangat tinggi	-	-
2	27,3-33,6	Tinggi	1	0,97%
3	20,9-27,2	Sedang	35	33,98%
4	14,5-20,8	Rendah	58	56,31%
5	8-14,4	Sangat Rendah	9	8,73%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek membuat daftar tugas yang harus dilakukan (0%) berada pada kategori sangat tinggi, 1 orang siswa (0,97%) berada pada kategori tinggi, 35 orang siswa (33,98%) berada pada kategori sedang, 58 orang siswa (56,31%) berada pada kategori rendah dan 9 orang siswa (8,73%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas berada pada kategori **rendah**

1. Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja Aktual dalam Mengerjakan Tugas

Kategori skor untuk melihat tingkat prokrastinasi akademik siswa pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.17
Kategori Skor Prokrastinasi Akademik Siswa pada
Aspek Kesenjangan Waktu Antara Rencana
dan Kinerja Aktual dalam Mengerjakan Tugas
N=103

NO	SUBJEK	Y	KLASIFIKASI
1	MZ	14	Tinggi
2	FY	10	Rendah
3	RRI	14	Tinggi
4	DA	13	Sedang
5	AGP	10	Rendah
6	TJ	15	Tinggi
7	TCA	15	Tinggi
8	TD	10	Rendah
9	VNS	12	Sedang
10	BA	12	Sedang
11	HS	13	Sedang
12	YP	6	Sangat Rendah
13	FP	12	Sedang
14	IAI	10	Rendah
15	GRY	11	Sedang

16	RA	12	Sedang
17	NP	20	Sangat Tinggi
18	D	12	Sedang
19	MM	14	Tinggi
20	ID	15	Tinggi
21	MIM	14	Tinggi
22	BWY	11	Sedang
23	F	12	Sedang
24	MANF	11	Sedang
25	HS	15	Tinggi
26	SK	9	Sangat Rendah
27	CMD	12	Sedang
28	HM	14	Tinggi
29	S	11	Sedang
30	AD	11	Sedang
31	RPU	12	Sedang
32	MT	11	Sedang
33	FA	14	Tinggi
34	AP	13	Sedang
35	FNY	11	Sedang
36	MI	14	Tinggi
37	UZ	11	Sedang
38	FR	12	Sedang
39	B	13	Sedang
40	FR	13	Sedang
41	HA	13	Sedang
42	MRFA	13	Sedang
43	RA	17	Sangat Tinggi
44	RF	14	Tinggi
45	HA	11	Sedang
46	AS	13	Sedang
47	IE	11	Sedang
48	AK	11	Sedang
49	AY	12	Sedang
50	AF	11	Sedang
51	FR	8	Sangat Rendah
52	CSK	11	Sedang
53	MT	13	Tinggi

54	RFA	14	Tinggi
55	TI	12	Sedang
56	AI	16	Tinggi
57	BV	7	Sangat Rendah
58	CDP	12	Sedang
59	RAC	12	Sedang
60	IPP	13	Tinggi
61	RH	11	Sedang
62	AE	14	Tinggi
63	FP	14	Tinggi
64	MYS	14	Tinggi
65	I	13	Sedang
66	MG	12	Sedang
67	TI	11	Sedang
68	DA	14	Tinggi
69	RS	10	Rendah
70	DA	13	Sedang
71	YNA	11	Sedang
72	MS	14	Tinggi
73	AF	11	Sedang
74	TE	13	Sedang
75	HM	13	Sedang
76	YEP	9	Rendah
77	MS	9	Rendah
78	R	13	Sedang
79	RZ	13	Sedang
80	FA	12	Sedang
81	WA	9	Rendah
82	AM	12	Sedang
83	AP	7	Sangat Rendah
84	AG	14	Tinggi
85	AK	13	Sedang
86	MAA	12	Sedang
87	AR	11	Sedang
88	RAM	12	Sedang
89	FR	12	Sedang
90	MA	11	Sedang
91	NPR	10	Rendah
92	SWG	12	Sedang

93	MI	9	Rendah
94	MZ	13	Sedang
95	GYP	10	Rendah
96	RZ	9	Rendah
97	LZP	11	Sedang
98	NA	12	Sedang
99	RS	12	Sedang
100	A	8	Rendah
101	WSJ	15	Sangat Tinggi
102	FPB	13	Sedang
103	NBA	7	Sangat Rendah
JUMLAH		1236	
RATA-RATA		12	Sedang

Berdasarkan gambaran tingkat skor prokrastinasi akademik siswa pada aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas bahwa dari 103 orang siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 1273 dengan rata-rata 12,36%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas **sedang**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel. 4.18
Persentase prokrastinasi akademik Siswa pada Aspek
keterlambatan dalam mengerjakan tugas
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	33,7- 40	Sangat tinggi	3	2,91%
2	27,3-33,6	Tinggi	22	21,35%
3	20,9-27,2	Sedang	59	57,28%
4	14,5-20,8	Rendah	13	12,62%
5	8-14,4	Sangat Rendah	6	5,82%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas 3 orang siswa (2,91%) berada

pada kategori sangat tinggi, 22 orang siswa (21,35%) berada pada kategori tinggi, 59 orang siswa (57,28%) berada pada kategori sedang, 13 orang siswa (12,62%) berada pada kategori rendah dan 6 orang siswa (5,82%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas berada pada kategori **sedang**.

2. Kecenderungan Untuk Melakukan Aktifitas Lain yang Lebih Menyenangkan dan Mendatangkan Hiburan

Kategori skor untuk melihat tingkat prokrastinasi akademik siswa pada aspek kecenderungan untuk melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.19
Kategori Skor Prokrastinasi Akademik Siswa
Pada Aspek Kecenderungan Untuk Melakukan
Aktifitas Lain yang Lebih Menyenangkan
dan Mendatangkan Hiburan
N=103

NO	SUBJEK	Y	KLASIFIKASI
1	MZ	12	Sangat Rendah
2	FY	14	Sangat Rendah
3	RRI	15	Rendah
4	DA	16	Rendah
5	AGP	15	Rendah
6	TJ	20	Rendah
7	TCA	22	Sedang
8	TD	21	Sedang
9	VNS	22	Sedang
10	BA	17	Rendah
11	HS	20	Rendah
12	YP	13	Sangat Rendah
13	FP	16	Rendah
14	IAI	20	Rendah
15	GRY	23	Sedang

16	RA	21	Sedang
17	NP	13	Sangat Rendah
18	D	24	Sedang
19	MM	22	Sedang
20	ID	20	Rendah
21	MIM	21	Sedang
22	BWY	23	Sedang
23	F	18	Rendah
24	MANF	17	Rendah
25	HS	12	Sangat Rendah
26	SK	16	Rendah
27	CMD	17	Rendah
28	HM	20	Rendah
29	S	24	Sedang
30	AD	20	Rendah
31	RPU	21	Sedang
32	MT	15	Rendah
33	FA	19	Rendah
34	AP	15	Rendah
35	FNY	14	Rendah
36	MI	24	Sedang
37	UZ	20	Rendah
38	FR	18	Rendah
39	B	23	Sedang
40	FR	22	Sedang
41	HA	23	Sedang
42	MRFA	20	Rendah
43	RA	13	Sangat Rendah
44	RF	20	Rendah
45	HA	20	Rendah
46	AS	21	Sedang
47	IE	24	Sedang
48	AK	24	Sedang
49	AY	17	Rendah
50	AF	20	Rendah
51	FR	13	Sangat Rendah
52	CSK	19	Rendah
53	MT	26	Sedang

54	RFA	24	Sedang
55	TI	18	Rendah
56	AI	20	Rendah
57	BV	23	Sedang
58	CDP	25	Sedang
59	RAC	16	Rendah
60	IPP	23	Sedang
61	RH	19	Rendah
62	AE	20	Rendah
63	FP	15	Rendah
64	MYS	17	Rendah
65	I	23	Sedang
66	MG	13	Sangat Rendah
67	TI	13	Sangat Rendah
68	DA	18	Sedang
69	RS	18	Sedang
70	DA	17	Sedang
71	YNA	21	Sedang
72	MS	20	Rendah
73	AF	11	Sangat Rendah
74	TE	20	Rendah
75	HM	15	Rendah
76	YEP	19	Rendah
77	MS	15	Rendah
78	R	14	Sangat Rendah
79	RZ	13	Sangat Rendah
80	FA	21	Sedang
81	WA	14	Rendah
82	AM	20	Rendah
83	AP	20	Rendah
84	AG	26	Sedang
85	AK	21	Sedang
86	MAA	24	Sedang
87	AR	23	Sedang
88	RAM	14	Rendah
89	FR	18	Rendah
90	MA	25	Sedang
91	NPR	21	Sedang
92	SWG	24	Sedang

93	MI	22	Sedang
94	MZ	15	Rendah
95	GYP	14	Rendah
96	RZ	17	Rendah
97	LZP	24	Sedang
98	NA	15	Rendah
99	RS	22	Sedang
100	A	26	Sedang
101	WSJ	17	Rendah
102	FPB	21	Sedang
103	NBA	14	Rendah
JUMLAH		1953	
RATA-RATA		18,78	Rendah

Berdasarkan gambaran tingkat skor prokrastinasi akademik siswa pada aspek kecenderungan untuk melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan bahwa dari 103 orang siswa yang menjadi sampel penelitian terdapat total skor 19,53 dengan rata-rata 18,78%, hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek aspek kecenderungan untuk melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan pada kategori **rendah**. Selanjutnya untuk mengetahui persentasenya, dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel. 4.20
Persentase prokrastinasi akademik Siswa pada Aspek
Kecenderungan Untuk Melakukan Aktifitas
Lain yang Lebih Menyenangkan
dan Mendatangkan Hiburan
N=103

No	Interval	Kategori	F	%
1	33,7- 40	Sangat tinggi	-	-
2	27,3-33,6	Tinggi	-	-
3	20,9-27,2	Sedang	42	40,77%
4	14,5-20,8	Rendah	49	47,57%
5	8-14,4	Sangat Rendah	12	11,65%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek kecenderungan untuk melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan (0%) berada pada kategori sangat tinggi, (0%) berada pada kategori tinggi, 42 orang siswa (40,77%) berada pada kategori sedang, 49 orang siswa (47,57%) berada pada kategori rendah dan 12 orang siswa (11,65%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek kecenderungan untuk melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan berada pada kategori **rendah**.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa pada aspek penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas berada pada kategori rendah, pada aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas berada pada kategori rendah, pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas berada pada kategori sedang dan pada aspek kecenderungan untuk melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan berada pada kategori rendah.

B. Pengujian Persyaratan Analisis

Penulis menggunakan analisis statistik dengan rumus korelasi *product moment* dari Karl Pearson karena data yang penulis peroleh adalah data berbentuk interval. Hanafi (2015:78) menjelaskan bahwa,

Penggunaan rumus-rumus korelasi ini tergantung pada jenis data yang dihubungkan, misalnya jenis data interval atau ratio dapat menggunakan rumus *product moment* (r). Secara umum persyaratan rumus-rumus tersebut adalah 1) data yang dihubungkan berpola linier, 2) berdistribusi normal, 3) mempunyai pasangan yang sama sesuai dengan subjek yang sama.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa syarat menggunakan rumus *product moment* (r) adalah data tersebut harus berdistribusi normal, data harus bersifat homogen, dan data harus

menggunakan interval atau rasio. Penelitian penulis ini sudah sesuai dengan persyaratannya yaitu:

1. Data berdistribusi normal

Penulis dalam penelitian ini menggunakan data yang berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat pada tabel 4.7. tentang uji normalitas di bawah ini:

Tabel 4.21
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X	,072	103	,200 [*]	,989	103	,544
Y	,082	103	,082	,977	103	,065

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Interpretasi:

- a. Jika **Responden > 50**, maka membacanya menggunakan **Kolmogorov-Smirnov**.
- b. Jika **Responden ≤ 50**, maka membacanya menggunakan **Shapiro-Wilk**.

Jumlah responden sebanyak 103, jadi tabel yang dilihat ialah Tabel **Kolmogorov-Smirnov**. Data akan memiliki distribusi normal jika $p \geq 0,05$. Hasil tabel di atas, sig. untuk variabel manajemen waktu memiliki nilai 0,200 sedangkan sig. untuk variabel prokrastinasi akademik siswa memiliki nilai 0,82. **Jadi kedua variabel tersebut, baik variabel manajemen waktu dan variabel prokrastinasi akademik siswa memiliki distribusi data yang normal.**

2. Data harus homogen

Data dalam penelitian ini sudah bersifat homogen. Hal ini terbukti dengan hasil homogenitas yang dicapai yaitunya 0,371. Dalam menentukan homogenitasnya suatu data harus besar dari 0,05. Adapun hasil dari homogenitas data dapat dilihat pada tabel 4.8 di bawah ini:

Tabel 4.22
ANOVA

y

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2694,478	32	84,202	1,319	,167
Within Groups	4468,629	70	63,838		
Total	7163,107	102			

Interpretasi:

Berdasarkan output SPSS 24 diketahui bahwa nilai signifikansi Homogen manajemen waktu (variabel X) dan variabel prokrastinasi akademik siswa (variabel Y) = 0,161 > 0,01 artinya data variabel manajemen waktu memiliki varian yang sama dengan variabel prokrastinasi akademik siswa.

3. Tipe data interval atau rasio

Data penulis dalam penelitian ini sudah menggunakan data interval. Hal ini terbukti dalam penelitian ini penulis menggunakan klasifikasi skor manajemen waktu dan klasifikasi skor prokrastinasi akademik, seperti dibawah ini:

Tabel 4.23
Klasifikasi Skor Siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh

Klasifikasi Skor Manajemen Waktu
Siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh
N = 103

No	Rentang skor	Klasifikasi
1	84-100	Sangat tinggi
2	68-83	Tinggi
3	52-67	Sedang
4	36-51	Rendah
5	20-35	Sangat rendah

Klasifikasi Skor Prokrastinasi Akademik
Siswa SMK Negeri 2 Payakumbuh
N= 103

No	Rentang skor	Klasifikasi
1	92,4-110	Sangat tinggi
2	74,8-91,4	Tinggi
3	57,2-73,8	Sedang
4	39,6-56,2	Rendah
5	22-38,6	Sangat rendah

Dengan demikian dapat dipahami bahwa, dalam menganalisis data dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan menggunakan rumus *Product Moment*. Hal ini karena seluruh persyaratan untuk menggunakan *Product Moment* sudah terpenuhi untuk melakukan penganalisisan data dengan menggunakan *Product Moment*.

C. Pengujian Hipotesis

1. Analisis Korelasi Product Moment

Bedasarkan teknik analisis data yang telah penulis kemukakan pada bab III, yaitu dengan menggunakan rumus *Product Moment*, yaitu untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik siswa dengan manajemen waktu kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh, maka untuk mengetahui terdapat atau tidaknya hubungan

yang signifikan antara kedua variabel di atas digunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi X dan Y

N : Jumlah subjek/responden

X : Skor Kematangan Emosi

Y : Skor Kontrol Diri Siswa

$\sum X$: Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$: Jumlah seluruh skor Y

$\sum XY$: Jumlah hasil perkalian antara skor X dan Y

Tabel 4.24
Perhitungan Mendapatkan Indeks Hubungan Manajemen Waktu (X)
dengan Prokrastinasi Akademik Siswa (Y)
N= 103

NO	NAMA	X	Y	XY	X ²	Y ²
1	MZ	71	80	5680	5041	6400
2	FY	58	71	4118	3364	5041
3	RRI	50	63	3150	2500	3969
4	DA	65	65	4225	4225	4225
5	AGP	66	55	3630	4356	3025
6	TJ	84	84	7056	7056	7056
7	TCA	65	76	4940	4225	5776
8	TD	69	72	4968	4761	5184
9	VNS	74	72	5328	5476	5184
10	BA	77	55	4235	5929	3025
11	HS	69	77	5313	4761	5929
12	YP	69	66	4554	4761	4356
13	FP	59	64	3776	3481	4096
14	IAI	57	65	3705	3249	4225
15	GRY	65	70	4550	4225	4900
16	RA	73	71	5183	5329	5041
17	NP	80	79	6320	6400	6241
18	D	78	82	6396	6084	6724

19	MM	78	82	6396	6084	6724
20	ID	62	84	5208	3844	7056
21	MIM	67	45	3015	4489	2025
22	BWY	58	55	3190	3364	3025
23	F	60	65	3900	3600	4225
24	MANF	69	66	4554	4761	4356
25	HS	78	84	6552	6084	7056
26	SK	74	65	4810	5476	4225
27	CMD	74	69	5106	5476	4761
28	HM	73	74	5402	5329	5476
29	S	58	77	4466	3364	5929
30	AD	72	55	3960	5184	3025
31	RPU	67	70	4690	4489	4900
32	MT	85	60	5100	7225	3600
33	FA	80	75	6000	6400	5625
34	AP	66	65	4290	4356	4225
35	FNY	49	74	3626	2401	5476
36	MI	78	84	6552	6084	7056
37	UZ	70	78	5460	4900	6084
38	FR	69	78	5382	4761	6084
39	B	72	84	6048	5184	7056
40	FR	73	81	5913	5329	6561
41	HA	66	79	5214	4356	6241
42	MRFA	72	80	5760	5184	6400
43	RA	60	86	5160	3600	7396
44	RF	74	84	6216	5476	7056
45	HA	73	66	4818	5329	4356
46	AS	60	49	2940	3600	2401
47	IE	59	79	4661	3481	6241
48	AK	73	70	5110	5329	4900
49	AY	76	69	5244	5776	4761
50	AF	67	72	4824	4489	5184
51	FR	51	73	3723	2601	5329
52	CSK	67	66	4422	4489	4356
53	MT	91	72	6552	8281	5184
54	RFA	86	60	5160	7396	3600
55	TI	84	84	7056	7056	7056
56	AI	84	84	7056	7056	7056
57	BV	85	85	7225	7225	7225

58	CDP	64	64	4096	4096	4096
59	RAC	65	65	4225	4225	4225
60	IPP	59	59	3481	3481	3481
61	RH	71	71	5041	5041	5041
62	AE	82	84	6888	6724	7056
63	FP	81	84	6804	6561	7056
64	MYS	68	86	5848	4624	7396
65	I	73	74	5402	5329	5476
66	MG	75	75	5625	5625	5625
67	TI	62	62	3844	3844	3844
68	DA	70	70	4900	4900	4900
69	RS	71	71	5041	5041	5041
70	DA	71	71	5041	5041	5041
71	YNA	74	74	5476	5476	5476
72	MS	68	68	4624	4624	4624
73	AF	67	67	4489	4489	4489
74	TE	76	76	5776	5776	5776
75	HM	72	72	5184	5184	5184
76	YEP	63	63	3969	3969	3969
77	MS	50	50	2500	2500	2500
78	R	75	75	5625	5625	5625
79	RZ	79	79	6241	6241	6241
80	FA	62	62	3844	3844	3844
81	WA	86	86	7396	7396	7396
82	AM	65	65	4225	4225	4225
83	AP	76	76	5776	5776	5776
84	AG	79	79	6241	6241	6241
85	AK	72	72	5184	5184	5184
86	MAA	76	76	5776	5776	5776
87	AR	72	79	5688	5184	6241
88	RAM	67	78	5226	4489	6084
89	FR	61	63	3843	3721	3969
90	MA	65	77	5005	4225	5929
91	NPR	77	75	5775	5929	5625
92	SWG	77	76	5852	5929	5776
93	MI	64	65	4160	4096	4225
94	MZ	71	86	6106	5041	7396
95	GYP	65	86	5590	4225	7396
96	RZ	63	85	5355	3969	7225

97	LZP	71	81	5751	5041	6561
98	NA	72	84	6048	5184	7056
99	RS	73	78	5694	5329	6084
100	A	74	84	6216	5476	7056
101	WSJ	80	55	4400	6400	3025
102	FPB	77	82	6314	5929	6724
103	NBA	59	44	2596	3481	1936
total		7229	7072	498380	514637	492728

Berdasarkan tabel di atas, maka perhitungan untuk memperoleh angka indeks korelasi hubungan manajemen waktu (X) dengan prokrastinasi akademik siswa (Y) di peroleh sebagai berikut:

$$N = 103$$

$$\sum X = 7229$$

$$\sum Y = 7072$$

$$\sum XY = 498380$$

$$\sum X^2 = 514637$$

$$\sum Y^2 = 492728$$

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

$$r_{xy} = \frac{103 \cdot (498380) - (7229)(7072)}{\sqrt{[103(514637) - (7229)^2] [103(492728) - (7072)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{51333140 - 51123488}{\sqrt{(53007611 - 52258441) (50750984 - 50013184)}}$$

$$r_{xy} = \frac{209652}{\sqrt{(749170)(737800)}}$$

$$r_{xy} = \frac{209652}{\sqrt{55273762600}}$$

$$r_{xy} = \frac{209652}{743463}$$

$$r_{xy} = 0,282$$

Selanjutnya hasil korelasi antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik siswa dengan menggunakan program SPSS 24 sebagai berikut:

Tabel 4.25
Correlations

		X	Y
X	Pearson Correlation	1	,282**
	Sig. (2-tailed)		,004
	N	103	103
Y	Pearson Correlation	,282**	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	N	103	103
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan perhitungan angka indeks *product moment* dan tabel hasil olahan dari program SPSS 24 di atas terlihat angka koefisien korelasi pearson sebesar .282**. Artinya besar korelasi antara variabel Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik siswa ialah 0.282 atau dalam kategori sedang. Tanda dua bintang (**) artinya korelasi signifikan pada angka signifikansi sebesar 0.01 dan mempunyai kemungkinan dua arah (2-tailed). Jika tidak ada dua bintang, maka secara otomatis signifikansinya sebesar 0.05.

Berdasarkan pada kriteria yang ada hubungan kedua variabel signifikan karena angka signifikansi sebesar $0,000 < 0,01$. Arah korelasi dilihat dari angka koefisien korelasi hasilnya positif atau negatif. Karena angka koefisien korelasi hasilnya positif yaitu 0,282, maka korelasi kedua variabel bersifat searah. Maksudnya apabila semakin tinggi manajemen waktu siswa tersebut maka tingkat prokrastinasi siswa tersebut akan semakin rendah. Jadi kesimpulannya adalah korelasi antara variabel manajemen waktu dengan variabel prokrastinasi akademik siswa adalah signifikan dan searah.

Sebelum membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} , maka terlebih dahulu dicari derajat bebasnya (db) atau *degree of freedom*-nya (df). Derajat bebas ini dicari dengan rumus:

$$df = n - nr$$

$$df = \text{Degree of freedom}$$

n = Number of cases

nr = Banyaknya variabel yang dikorelasikan

Dengan demikian:

$$df = n - nr$$

$$df = 103 - 2$$

$$df = 101$$

Perolehan db atau df dapat digunakan untuk mencari besarnya “r” yang tercantum dalam tabel nilai “r” *Product Moment* pada taraf signifikan 1%. Dalam tabel nilai $df = 101$ maka dapat dicari dengan cara interpolasi sebagai berikut:

Karena angka signifikansi sebesar $0,000 < 0,001$ maka membandingkan pada taraf signifikan 1%

$$Df = 101$$

$$r_{xy} = 0,282$$

$$r_t = 0,254$$

2. Interpretasi

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, diketahui r_{xy} yaitu sebesar 0,282, seterusnya ketika dikonsultasikan dengan r_t pada taraf signifikan 0.01 sebesar 0,254. dengan demikian maka $r_{xy} (0,282) > r_t$ pada alfa 0,01 dan df 101. Sehingga rumus hipotesisnya adalah : H_a diterima, H_0 ditolak. pada umumnya dipergunakan pedoman sebagai berikut:

Tabel 4.26
Taraf Signifikansi

Df (degrees of freedom) atau: db. (derajat bebas)	Banyak Variabel yang dikorelasikan	
	2	
	Harga “r” Pada Taraf Signifikan	
	5%	1%
70	0,232	0,302
80	0,217	0,283
90	0,205	0,267
100	0,195	0,254

Sumber : Sugoyono.2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Alfabeta. Bandung.

D. Pembahasan

Hasil analisis data dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment* diperoleh angka koefisien korelasi sebesar 0,282 dengan taraf signifikan. Berarti hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa di terima dan hipotesis nihil (H_0) tidak terdapat hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa ditolak.

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat dipahami bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa yaitu manajemen waktu. Hal tersebut dilihat dari besarnya r_{xy} (0,282) dari r_{tabel} (0,254) yang menunjukkan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Ferrari (dalam Andika *et al*, 2015, p.11) mengemukakan faktor yang mempengaruhi penundaan diantaranya adalah “*time management, work discipline, selfcontrol, hope fore success and study motivation*”.

Menurut Putri (dalam Santiya, 2015:19) ada beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain:

1) *Problem Time Management*

Manajemen waktu melibatkan proses menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan, sebagian besar prokrastinator memiliki masalah dengan manajemen waktu. Steel menambahkan bahwa kemampuan estimasi buruk dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika tindak itu dilakukan dengan sengaja.

2) Penetapan prioritas

Penetapan prioritas ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya, hal ini tidak diperhatikan oleh siswa pelaku prokrastinasi, sebagai siswa prioritas mereka harusnya adalah belajar tapi nyata mereka lebih memilih aktivitas lain yang kurang bermanfaat bagi kelangsungan proses belajar mereka.

3) Karakteristik tugas

Karakteristik tugas maksudnya, bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut, apabila terlalu sulit siswa akan cenderung akan menunda mengerjakan tugas atau menunda mempelajari mata pelajaran tersebut, hal ini juga dipengaruhi motivasi baik instrinsik maupun ekstrinsik.

4) Karakter individu

Karakter disini mencakup kurang percaya diri, *moody* dan irrasional. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan. Siswa yang berkarater *moody* merupakan orang yang hampir sering menunda pekerjaan. Burken & Yuen menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irrasional yang dimiliki seorang prokrastinator, mereka memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga siswa merasa lebih aman untuk tidak mengerjakannya dengan segera karena itu akan menghasilkan sesuatu yang kurang maksimal.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi sangat banyak yaitu, manajemen waktu melibatkan proses menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Selanjutnya Penetapan prioritas, penetapan

prioritas ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya. Faktor selanjutnya karakteristik tugas, karakteristik tugas maksudnya, bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut. Terakhir karakter individu, karakter disini mencakup kurang percaya diri, *moody* dan irrasional. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan.

Menurut Surijah dan Tjundjung (2007, p.1) menjelaskan ada beberapa faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi yaitu:

1. Tingkat aversitas sebuah tugas.

Manusia secara alami akan menghindari stimuli yang tidak menyenangkan. Semakin situasi tersebut tidak menyenangkan, semakin sering kita menghindarinya.

2. Orientasi terhadap waktu.

Menurut Jakson dkk (dalam Surijah dan Tjundjung, 2007, p.2) individu yang tergolong memiliki prevalensi prokrastinasi tinggi cenderung kurang berorientasi pada masa depan. Kemudian Steel (dalam Surijah dan Tjundjung, 2007, p.2) bahwa individu yang semakin rentan melakukan prokrastinasi saat waktu yang diberikan untuk mencapai goal semakin longgar.

3. Perfeksionisme.

Perfeksionisme diri merupakan suatu tuntutan terhadap diri sendiri untuk menjadi sempurna. Hal ini menunjukkan orang yang perfeksionis cenderung melakukan prokrastinasi.

4. Usia dan gender

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik salah satunya adalah Orientasi terhadap waktu. Artinya apabila manajemen waktunya tinggi maka prokrastinasi rendah sebaliknya apabila prokrastinasi tinggi maka manajemen

waktunya rendah. Jadi teori yang mengatakan bahwa adanya hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi benar. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian penulis menunjukkan bahwa tingginya hasil rxy dari rtabel.

Prokrastinasi adalah sebuah penyakit yang dialami prokrastinator. Biasanya individu yang prokrastinator adalah individu yang cenderung tidak memikirkan masa depan, kemudian rentan melakukan pelalaian suatu tugas karena tidak ada tujuan yang akan dicapai oleh individu tersebut. Prokrastinasi merupakan suatu permasalahan yang terjadi di dunia pendidikan dimana permasalahan ini dapat menghambat perkembangan peserta didik. Hal ini dibuktikan ketika individu tersebut suka melalaikan waktu contohnya melalaikan tugas maka hasil belajarnya tidak maksimal. Oleh karena itu perlu dilakukan suatu upaya oleh konselor dalam menanggulangi individu yang prokrastinasi akademik yaitu mengacu pada fungsi-fungsi yang terdapat dalam bimbingan dalam konseling yaitu fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan. Menurut Sudraja (dalam Kamaludin, 2011, p.1) “fungsi pencegahan adalah usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam fungsi layanan ini yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya”.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa dalam bimbingan dan konseling terdapat fungsi pencegahan yang digunakan untuk mencegah agar tidak terjadinya perilaku prokrastinasi pada setiap peserta didik. Upaya pencegahan permasalahan di atas bisa dilakukan dengan memberikan layanan dan metode yang sesuai dengan kebutuhan siswa yaitu masalah prokrastinasi akademik. Layanan yang bisa konselor berikan seperti layanan responsif dengan format klasikal, dengan materi yaitu cara untuk memanajemen waktu dengan baik sehingga dapat mencapai tujuan yaitu agar siswa tersebut dapat menghindari perilaku prokrastinasi dan mampu mengatur waktu agar lebih efektif.

Bab V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMK Negeri 2 Payakumbuh, maka dapat penulis simpulkan:

Bahwa hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh diterima dan hipotesis nihil (H_o) yang menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Korelasi manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada Siswa kelas X SMK Negeri 2 Payakumbuh di tolak. Hasil penelitian penulis tersebut menyatakan bahwa terdapat korelasi cukup atau sedang antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa. Dapat dipahami bahwa semakin baik manajemen waktu seseorang maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa, sebaliknya semakin rendah manajemen waktu siswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan yang penulis lakukan, penulis menyarankan kepada:

1. Konselor sekolah dapat meningkatkan manajemen waktu yang baik. misalnya dengan cara memberikan layanan dan materinya pun juga terkait dengan manajemen waktu dan prokrastinasi akademik siswa.
2. Kepala sekolah diharapkan agar mendukung program guru BK dalam mengatasi tingkat prokrastinasi akademik di sekolah serta seluruh staff pengajar di sekolah agar dapat bekerja sama membantu memberikan pemahaman kepada siswa kalau prokrastinasi akademik apabila dilakukuan maka proses pembelajaran tidak akan berhasil diperoleh.

3. Orang tua hendaknya dapat melakukan pemantauan dan menjadi motivator dari sisi eksternal bagi anaknya dalam mengerjakan tugas rumah atau PR yang diberikan oleh guru.
4. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan mampu untuk meneliti lebih jauh dan membahas secara mendalam tentang hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmaini, D. 2010. *Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa yang Aktif dengan yang Tidak Aktif dalam Organisasi Kemahasiswaan Pema Usu*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara Ganjil, 2009/2010
- Agustian, G.A (2018, Februari 5) dampak negatif suka menunda pekerjaan dan penyebabnya retrieved from: <https://esqtraining.com/dampak-negatif-suka-menunda-nunda-pekerjaan-dan-penyebabnya/>
- Akmal, Z.S dan A.R. Zursya. 2016. Hubungan *Self Efficacy* Akademik dengan prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 3(2) 191 – 200
- Andika, F. Rizaldan E.Z.Uli Ras. 2015. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Menunda Tugas Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Ft UNP*, jurnal *Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan* (3)3 677-685.
- Arikunto, S. 2011. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asy-syarman, A. A. I. 2006. *Anda Penguasa Waktu*. Jakarta: Magfirah pustaka
- Fahmayanti, N. 2016. *Motivasi dan Manajemen Waktu pada Mahasiswa Wirausaha Di Universitas Mulawarman*, jurnal *Psikologi FISIP-UNMUL* 4 (4) 673- 687
- Fitriya dan Lukmawati, 2016 .Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Mitra Adiguna Palembang, *Jurnal Psikologi Islami* 2(1) : 63- 74
- Gasim, 2016. *Hubungan Kemampuan Manajemen Waktu dengan Kebiasaan Prokrastinasi Penulisan Skripsi Mahasiswa Program Studi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2011 / 2012*. Skripsi. Program Studi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Yogyakarta
- Gea, A.A. 2014. Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien. *Jurnal Humaniora* 5(2)777-785
- Ghufron, M.N. dan R. Risnawati. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hanafi, A. H 2015. *Metodologi Penelitian kependidikan*. Batusangkar. STAIN Batusangkar.
- [Http://Www.Gunadarma.Ac.Id/Library/Articles/Graduate/Psychology/2010/Artikel_10505240.Pdf](http://Www.Gunadarma.Ac.Id/Library/Articles/Graduate/Psychology/2010/Artikel_10505240.Pdf). Di Akses 14 Oktober 2017 (09:20).

- Iryanti, D. 2016. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII Di SMPN 1 Pariangan*. Skripsi. Jurusan Bimbingan Dan Konseling Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Batusangkar
- Luthfiana, V. 2010. *Kontribusi Manajemen Waktu Terhadap Produktivitas Kerja Wartawan*. *Jurnal Bibliografi* 39(1955-2008).1-33
- Mayasari, D.M.D. Mustami'ah, dan D.W.E Warni. 2010. Hubungan Antara Persepsi Mahasiswa Terhadap Metode Pengajaran Dosen dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya. *Jurnal Psikologi* 12 (2) 95-103
- Mujahidah, 2014. *Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta
- Mujidin dan Avico, S.R. 2014. Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bengkulu Yang Bersekolah Di Yogyakarta: *Jurnal fakultas psikologi* 2 (2) 62
- Naswarsih P.E. 2015. *Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Kemampuan Manajemen Waktu Belajar Mahasiswa*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Batusangkar
- Newrsoon. (2014, juli 4) cara menentukan skala prioritas pekerjaan retrieved from: <https://transmediapustaka.com/cara-menentukan-skala-prioritas-pekerjaan/>
- Nurhidayati D.D. 2016. Peningkatan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving Pada Siswa. *Jurnal Psikopedagogia* 5 (1)
- Noor, J. 2011. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya ilmiah Edisi Revisi*. Kencana. Jakarta.
- Putri, A.P. (2007, Agustus 22) tips membuat to do list efektif. From <http://wonderlabs.io/tips-membuat-to-do-list-harian-efektif>
- Rumiani, 2006. Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* 3(2) 37-48
- Sandra, S.K dan Djalali, M.A. 2013. Manajemen Waktu Efikasi-Diri Dan Prokrastinasi, *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3) 217-222
- Santiva, G. 2015. *Penyebab Terjadinya Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA N 2 Lintau Buo*, Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Batusangkar
- Santya, R.K. 2016. *Studi Deskriptif Manajemen Waktu Mahasiswa*, Skripsi. Fakultas Psikologi. Yogyakarta.
- Sudijono, A. 2005. *Pengantar Statistika Pendidikan*. Edisi Pertama. Jakarta. Cetakan Ke Lima Belas.

- Sudrajat.2011. Bimbingan dan Konseling Sekolah, *jurnal pendidikan dan kebudayaan*, 17(4) 448
- Sugiyono. 2007. *Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Cetakan ke-3 Bandung. Penerbit Alfabet.
- _____.2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Cetakan ke – 18. Bandung. Penerbit Alfabet.
- Sukmadinata, N. S. 2009. *Metode Penlitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Sukardi, 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kompetensi dan Praktiknya)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Surijah, E dan Tjundjing, S. 2007. Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik Dan Conscientiousness. *Jurnal psychological indonesia*. 22(4) 357
- Suryabrata, S. 1995. *Metodelogi Penelitian*, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Wahyu, I.B. 2016. *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Prokrastinasi akademik Siswa Kelas Xi Di Sman 2 Batusangkar*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Batusangkar
- Yuhanita, N.N. 2015. Pelatihan Motivasi Berprestasi Untuk Menurunkan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Jurnal Psikopedagogia* 4(1) 51—62
- Yohanaas Z. 2016. *Hubungan Status Ekonomi Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas Xi Man 2 Batusangkar*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Batusangkar.
- Zakiah, N. R.N.F Hidayati dan Isetyawan. 2010. Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama Smp N 3 Peterongan Jombang, *Jurnal Psikologi UNDIP* 8(2)156-167