

**PENGARUH KOMITMEN ORGANISASI DAN REGULASI  
DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
MAHASISWA/I AKTIVIS PECINTA ALAM UNIVERSITAS  
MULAWARMAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1  
Program Studi Psikologi**



**Disusun oleh:  
RIRIZ NURACHDINA  
NIM. 1502105062**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS MULAWARMAN  
SAMARINDA  
2022**

**PENGARUH KOMITMEN ORGANISASI DAN REGULASI  
DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
MAHASISWA/I AKTIVIS PECINTA ALAM UNIVERSITAS  
MULAWARMAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1  
Program Studi Psikologi**



**Disusun oleh:  
RIRIZ NURACHDINA  
NIM. 1502105062**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS MULAWARMAN  
SAMARINDA  
2022**

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Komitmen Organisasi dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa/I Aktivistis Pecinta Alam Universitas Mulawarman

Nama : Ririz Nurachdina

NIM : 1502105062

Jurusan : Psikologi

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Menyetujui,  
Pembimbing I,



Dr. Diah Rahayu, S.Psi., M.Si  
NIP. 19770315 200801 2 014

Mengetahui,  
Dekan  
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Mulawarman



Dr. H. Muhammad Noor, M.Si  
NIP. 19600817 1986011 001

Lulus Tanggal: 28 JUN 2022

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ririz Nurachdina  
NIM : 1502105062  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Email : nurachdinar3@gmail.com

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pengaruh Komitmen Organisasi dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa/I Aktivis Pecinta Alam Universitas Mulawarman”** merupakan penelitian saya sendiri. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya tulis maupun pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam skripsi ini serta disebutkan sumber kutipan tersebut dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari dalam skripsi ini ditemukan dan dapat dibuktikan adanya unsur-unsur manipulasi, maka saya bersedia jika skripsi ini ditangguhkan dan gelar akademik (Sarjana) yang telah saya terima dibatalkan serta diproses menurut kebijakan yang berlaku.

Samarinda, 03 Juni 2022

Yang menyantakan,



Ririz Nurachdina  
NIM. 1502105062

## HALAMAN PERSEMBAHAN

***“Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang”***

*Atas izin dan kehendak Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan untuk pihak-pihak yang mendampingi penulis selama ini dalam keadaan suka dan duka.*

***Pertama***, skripsi ini saya persembahkan kepada orangtua saya karena atas dukungan merekalah saya sampai pada titik dimana saya berada sekarang. Terkhusus untuk ibu saya, Norhayati, saya ucapkan banyak terima kasih atas segala hal yang telah diberikan untuk saya dan saudara-saudara saya, terima kasih karena memilih untuk menjadi perempuan berdaya dan tidak memilih menyerah dengan keadaan, dan terima kasih karena telah membangun kehidupan yang layak untuk keluarga. Kemudian teruntuk ayah saya (alm), terima kasih untuk motivasi-motivasi serta pelajaran hidup yang telah saya terima.

***Selanjutnya***, skripsi ini saya persembahkan untuk dosen pembimbing skripsi saya yaitu, ibu Dr. Diah Rahayu, S.Psi., Msi. Ibu Lisda Sofia, S.Psi., M.Psi, Psikolog dan ibu Aulia Suhesty, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji skripsi, serta sdr. Hardiansyah, S.Psi selaku senior sekaligus pembimbing skripsi saya. Terima kasih banyak atas kesabaran, waktu, serta bimbingan yang telah diberikan dalam pengerjaan skripsi ini sejak tahap awal hingga penyelesaian.

***Kemudian***, skripsi ini saya persembahkan untuk kawan-kawan yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu karena terlalu banyak. Terima kasih atas segala bentuk dukungan yang kalian berikan selama ini. Terima kasih telah menyadarkan saya bahwa saya tidak sendirian, dan jika bersama kawan-kawan banyak hal terasa lebih ringan dan menyenangkan.

***Terakhir***, skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri. Terima kasih karena terus bergerak meski pada saat-saat sulit, terima kasih untuk tidak menyerah. Semoga ini mengantarkanmu pada banyak hal baik yang sedang kamu usahakan dan hal baik yang belum pernah kamu temui.

## **HALAMAN MOTTO**

***“Stop doubting yourself.  
Work hard, and make it happen”***

**PENGARUH KOMITMEN ORGANISASI DAN REGULASI DIRI  
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA/I  
AKTIVIS PECINTA ALAM UNIVERSITAS MULAWARMAN**

**RIRIZ NURACHDINA**

**NIM. 1502105062**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas  
Mulawarman

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik Mahasiswa aktivis Pecinta Alam Universitas Mulawarman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini merupakan 91 Mahasiswa/I aktivis Pecinta Alam yang tersebar di Universitas Mulawarman yang dipilih berdasarkan teknik sampel jenuh dengan rancangan *non-probability sampling*. Alat ukur penelitian ini menggunakan skala prokrastinasi akademik, skala komitmen organisasi, dan skala regulasi diri. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji hipotesis, ditemukan nilai  $p= 0.891$  yang berarti tidak terdapat pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Kemudian, berdasarkan hasil uji regresi sederhana diketahui: tidak terdapat pengaruh komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik dengan koefisien  $\beta= 0.032$ , serta tidak terdapat pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik dengan koefisien  $\beta= -0.047$ .

**Kata kunci: komitmen organisasi, regulasi diri, prokrastinasi akademik,**

**THE EFFECT OF ORGANIZATIONAL COMMITMENT AND SELF-REGULATION ON ACADEMIC PROCRASTINATION TOWARDS ENVIRONMENTAL ACTIVISTS OF MULAWARMAN UNIVERSITY'S STUDENTS**

**RIRIZ NURACHDINA**

**NIM. 1502105062**

*Department of Psychology, Faculty of Social and Political Science,  
Mulawarman University*

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of organizational commitment and self-regulation on academic procrastination towards environmental activists of Mulawarman University's students. This research uses quantitative approach methods. The subjects of this study were 91 environmental activists of Mulawarman University's students who were selected as respondents using saturation sampling technique and non-probability sampling approach. The data in this study was collected using academic procrastination, organizational commitment, and self-regulation scale. The collected data are later analyzed using multiple linear analysis. The results of this study indicate that, based on the results of hypothesis testing, it was found that the value of  $p=0.148$ , which means that there is no effect of organizational commitment and self-regulation on academic procrastination towards environmental activists of Mulawarman University's students. Then, based on the results of a simple regression test, it is known that there is no effect of organizational commitment on academic procrastination with a coefficient of  $\beta=0.032$ , and there is no effect of self-regulation on academic procrastination with a coefficient of  $\beta=-0.047$ .*

**Keywords:** *academic procrastination, organizational commitment, self-regulation*

## RIWAYAT HIDUP



**Ririz Nurachdina**, anak ketiga dari empat bersaudara. Lahir pada tanggal 13 Desember 1996 dari pasangan alm. Masriyani Mastur dan Norhayati, saat ini tinggal dan menetap bersama keluarga di Kota Samarinda. Pendidikan yang ditempuh yaitu SDN 025 Samarinda (lulus pada tahun 2008), SMPN 9 Samarinda (lulus tahun 2011), SMKN 3 Samarinda (lulus di tahun 2014), dan kemudian melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi yaitu Universitas Mulawarman jenjang Strata 1 pada Program Studi Psikologi angkatan 2015. Selama menjalani studi, penulis aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler dan organisasi seperti, anggota Paskibra dan anggota Pramuka Gugus Depan KH. Abdullah Marisi SMPN 9 tahun 2009-2011. Anggota OSIS dan ekstrakurikuler jurnalistik SMKN 3 Samarinda.

Sejak tahun 2016, penulis aktif terlibat dalam UKM Ikatan Mahasiswa Pecinta Alam Universitas Mulawarman (IMAPA UNMUL) dengan jabatan Pelaksana Tugas Kepala Bidang Publikasi dan Dokumentasi (2017), Kepala Bidang Publikasi dan Dokumentasi (2018), serta Sekretaris Pengurus IMAPA UNMUL (2019). Penulis juga mengikuti kegiatan *volunteering*, terutama pada bidang pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak. Pada awal tahun 2021, penulis mengikuti kegiatan Mini-MBI yang diinisiasi oleh PHD Perempuan AMAN - Lou Bawe, yaitu kegiatan yang bertujuan untuk menanamkan serta memperkuat kesadaran pada generasi muda tentang peran masyarakat adat

dalam tatanan masyarakat, sekolah feminisme, serta kajian berperspektif gender. Kegiatan yang pernah dilakukan selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi yaitu mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Nyata angkatan 45 tahun 2019 di Desa Kahala Ilir, Kecamatan Kenohan, Kabupaten Kutai Kartanegara, selaku sekretaris kelompok.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘aalamin.

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas anugerah serta karunia-Nya sehingga penulis mampu menuntaskan skripsi yang berjudul “Pengaruh Komitmen Organisasi dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivistis Pecinta Alam Universitas Mulawarman” dengan baik. Proposal skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman. Selama proses penyelesaian proposal skripsi, penulis mendapatkan banyak bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, sebagai ungkapan rasa syukur atas digenapinya tugas akhir ini, dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Masjaya, M.Si., selaku Rektor Universitas Mulawarman Samarinda.
2. Dr. Muhammad Noor, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman.
3. Lisda Sofia, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman sekaligus Dosen Penguji I yang dengan berbesar hati meluangkan waktunya untuk mengikuti penyelenggaraan ujian proposal penulis.
4. Dr. Diah Rahayu, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang selama ini penuh kesabaran dan selalu meluangkan waktunya dalam membimbing serta

memberikan saran untuk menyempurnakan skripsi ini.

5. Aulia Suhesty, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji II yang dengan berbesar hati meluangkan waktunya untuk mengikuti penyelenggaraan ujian proposal penulis.
6. Terkhusus Ibu saya Norhayati, kakak, adik, serta keponakan-keponakan yang saya sayangi, yang tak henti-hentinya memberikan dukungan, doa, dan semangat agar penulis diberikan kelancaran serta kemudahan dalam pengerjaan proposal skripsi ini.
7. Seluruh teman-teman Psikologi terutama angkatan 2015 yang tidak bosan membantu penulis serta memberikan dukungan selama menjalani studi dan dalam proses penyusunan skripsi ini.
8. Kawan-kawan terbaik saya Jessie Novita, Kasyful Maulidya Nurhaliza, Shelviana Fernandi, Zahria Ramadhani, Dewi Aprianti, dan kawan-kawan lain yang belum saya sebutkan, serta terkhusus PIDCA XXX IMAPA UNMUL yang selalu memberikan bantuan serta dukungan untuk penulis.
9. Seluruh anggota IMAPA UNMUL, Plankthoos, dan Mapflofa Universitas Mulawarman yang dengan sukarela menerima dan memberikan pelayanan terbaiknya.
10. Seluruh Staf Pengajar dan Staf Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman yang telah berbagi ilmu dan pengalamannya kepada penulis.
11. *“Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for doing all this hard work. I wanna thank me for never quitting”*

Demikian ucapan terima kasih ini, semoga segala bentuk bantuan dan dukungan yang diberikan oleh semua pihak mendapat imbalan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Akhir kata, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya jika dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kesalahan dan kekurangan.

Samarinda, 03 Juni 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	vi
ABSTRAK .....	vii
<i>ABSTRASCT</i> .....	viii
RIWAYAT HIDUP .....	ix
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Tujuan Penelitian .....	12
D. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
A. Prokrastinasi Akademik .....	14
1. Definisi Prokrastinasi Akademik .....	14
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik .....	15
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	17
B. Komitmen Organisasi .....	20
1. Definisi Komitmen Organisasi .....	20
2. Aspek-aspek Komitmen Organisasi .....	21
3. Faktor-faktor yang memengaruhi Komitmen Organisasi .....	23
C. Regulasi Diri .....	24
1. Definisi Regulasi Diri .....	24
2. Aspek-aspek Regulasi Diri .....	25
3. Faktor-faktor yang memengaruhi Regulasi Diri .....	27
D. Kerangka Pemikiran .....	30
E. Hipotesis .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Jenis Penelitian .....	34
B. Identifikasi Variabel .....	35
C. Definisi Konsepsional .....	35
1. Prokrastinasi Akademik .....	35
2. Komitmen Organisasi .....	35
3. Regulasi Diri .....	36
D. Definisi Operasional .....	36

1. Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivist Pecinta Alam .....	36
2. Komitmen Organisasi Mahasiswa Aktivist Pecinta Alam .....	36
3. Regulasi Diri Mahasiswa Aktivist Pecinta Alam .....	37
E. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi .....	37
2. Sampel .....	37
F. Metode Pengumpulan Data .....	38
1. Skala Prokrastinasi Akademik .....	39
2. Skala Komitmen Organisasi .....	39
3. Skala Regulasi Diri .....	40
G. Validitas dan Reliabilitas .....	40
1. Validitas .....	40
2. Reliabilitas .....	41
H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	42
1. Skala Prokrastinasi Akademik .....	42
2. Skala Komitmen Organisasi .....	43
3. Skala Regulasi Diri .....	45
I. Teknik Analisa Data .....	46
1. Uji Normalitas .....	47
2. Uji Linearitas .....	47
3. Uji Multikolinearitas .....	47
4. Uji Heteroskedastitas .....	47
5. Uji Autokorelasi .....	48
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
A. Gambaran Lokasi Penelitian .....	49
B. Hasil Penelitian .....	49
1. Karakteristik Responden .....	49
2. Hasil Uji Deskriptif .....	53
3. Hasil Uji Asumsi .....	56
4. Hasil Uji Hipotesis: Analisis Regresi Linear Berganda .....	63
5. Hasil Uji Hipotesis Tambahan .....	64
C. Pembahasan .....	76
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>89</b>
A. Kesimpulan .....	89
B. Saran .....	89
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>96</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Survei Awal Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktivis Pecinta Alam Universitas Mulawarman .....	4
Tabel 2. Skala Pengukuran <i>Likert</i> .....	38
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Prokrastinasi Akademik .....	39
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Skala Komitmen Organisasi .....	40
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Skala Regulasi Diri .....	40
Tabel 6. Tingkat Keandalan <i>Cronbach's Alpha</i> .....	42
Tabel 7. Sebaran aitem skala Prokrastinasi Akademik .....	42
Tabel 8. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Prokrastinasi Akademik ...	43
Tabel 9. Rangkuman Analisis Keandalan Variabel Skala Prokrastinasi Akademik .....	43
Tabel 10. Sebaran aitem skala Komitmen Organisasi .....	44
Tabel 11. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Komitmen Organisasi .....	44
Tabel 12. Rangkuman Analisis Keandalan Variabel Skala Komitmen Organisasi .....	44
Tabel 13. Sebaran aitem skala Regulasi Diri .....	45
Tabel 14. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Regulasi Diri .....	46
Tabel 15. Rangkuman Analisis Keandalan Variabel Skala Regulasi Diri .....	46
Tabel 16. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	50
Tabel 17. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia .....	50
Tabel 18. Karakteristik Subjek Berdasarkan Angkatan .....	51
Tabel 19. Karakteristik Subjek Berdasarkan Asal Fakultas .....	52
Tabel 20. <i>Mean</i> Empirik dan <i>Mean</i> Hipotetik .....	54
Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Prokrastinasi Akademik .....	55
Tabel 22. Kategorisasi Skor Skala Komitmen Organisasi .....	55
Tabel 23. Kategorisasi Skor Skala Regulasi Diri .....	56
Tabel 24. Hasil Uji Normalitas .....	57
Tabel 25. Hasil Uji Linearitas .....	60
Tabel 26. Hasil Uji Multikolinearitas .....	61
Tabel 27. Hasil Uji Heteroskedastitas .....	62
Tabel 28. Hasil Uji Autokorelasi .....	63
Tabel 29. Hasil Uji Hipotesis Analisis Regresi Model Penuh .....	63
Tabel 30. Hasil Uji Hipotesis Analisis Regresi Model Sederhana .....	64
Tabel 31. Hasil Uji Hipotesis Analisis <i>Multivariate</i> Model Penuh .....	66
Tabel 32. Hasil Analisis regresi parsial: <i>Perceived Time</i> (Y1) .....	67
Tabel 33. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: <i>Perceived Time</i> (Y1) .....	69
Tabel 34. Hasil Analisis regresi parsial: <i>intention-action gap</i> (Y2) .....	69
Tabel 35. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: <i>intention-action gap</i> (Y2) .....	71
Tabel 36. Hasil Analisis regresi parsial: <i>Emotional-distress</i> (Y3) .....	72
Tabel 37. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: <i>emotional-distress</i> (Y3) .....	73
Tabel 38. Hasil Analisis regresi parsial: <i>perceived Ability</i> (Y4) .....	74
Tabel 39. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: <i>perceived Ability</i> (Y4) .....	76

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 . Kerangka Pemikiran .....	33
Gambar 2 . <i>QQ Plot</i> Prokrastinasi Akademik .....	57
Gambar 3 . <i>QQ Plot</i> Komitmen Organisasi .....	58
Gambar 4 . <i>QQ Plot</i> Regulasi Diri .....	58

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pada umumnya mahasiswa berusia di atas 18 tahun saat menjalani studi di perguruan tinggi. Menurut Hurlock (2017), usia dewasa awal dimulai sejak usia 18 tahun sampai 40 tahun, sehingga mahasiswa dapat dikategorikan dalam kelompok usia dewasa awal. Salah satu karakteristik fase dewasa awal ialah proses penyesuaian diri terhadap cara hidup baru dengan memanfaatkan kebebasan yang diperoleh. Sebagaimana fase-fase perkembangan sebelumnya, menurut Hurlock fase dewasa awal juga memiliki tugas perkembangan seperti menerima tanggung jawab selaku warga negara, mendapatkan pekerjaan, bergabung dengan suatu kelompok sosial, dan lainnya. Senada dengan Hurlock, Havighurs (dalam Hurlock, 2017) berpendapat salah satu tugas perkembangan dewasa awal ialah memperoleh kelompok sosial yang seirama dengan nilai-nilai atau pahamnya.

Hurlock membagi minat dewasa awal menjadi tiga kategori yaitu, minat pribadi yang berkaitan dengan ketertarikan pada individu tertentu, minat rekreasi yang mengacu pada kegiatan yang memberikan perasaan senang dan kesegaran saat menghadapi situasi di bawah tekanan, serta minat sosial yang berkaitan dengan interaksi sosial individu dengan lingkungan sekitar yang memiliki kesamaan minat atau nilai-nilai. Pernyataan tersebut juga berlaku untuk mahasiswa, dimana mahasiswa bebas untuk memilih jurusan maupun mata kuliah yang sesuai dengan kompetensi dan minatnya. Mahasiswa juga memiliki

kebebasan memilih ruang untuk mengembangkan potensi diri, baik di bidang akademik maupun non akademik. Salah satu alternatif mahasiswa dalam mengembangkan potensi non akademiknya ialah melalui organisasi mahasiswa.

Universitas Mulawarman merupakan salah satu perguruan tinggi negeri di Kalimantan Timur dengan kapasitas mahasiswa  $\pm 27.000$ , terdiri dari 93 program studi yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, doktor, dan profesi (Kemenristekdikti, 2019). Universitas Mulawarman juga memfasilitasi mahasiswa untuk mengembangkan diri dengan banyaknya pilihan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) yang ditawarkan. Adapun hasil wawancara singkat dengan anggota Pusat Informasi Pecinta Alam Kalimantan Timur (PIPA), tercatat tiga UKM pecinta alam yang tersebar di Universitas Mulawarman yaitu Ikatan Mahasiswa Pecinta Alam Universitas Mulawarman (IMAPA UNMUL) untuk tingkat Universitas, Mapflofa Fakultas Kehutanan serta Plankthos Fakultas Ilmu Perikanan dan Kelautan untuk tingkat fakultas.

Mahasiswa pecinta alam (Mapala) merupakan organisasi yang beranggotakan para mahasiswa yang mempunyai kesamaan minat, kepedulian dan kecintaan dengan alam sekitar serta lingkungan hidup (Putra, 2017). Menurut Irawan (2018) beberapa tujuan penting organisasi formal yaitu memfasilitasi tercapainya tujuan organisasi, untuk memfasilitasi koordinasi berbagai kegiatan, untuk membantu pembentukan hubungan otoritas logis, membantu pembagian kerja, dan menciptakan kekompakan kelompok. Demi mencapai tujuan ini, setiap anggota ditugaskan dan ditempatkan berdasarkan kapabilitas masing-masing. Anggota dalam organisasi Mapala pada akhirnya memiliki peran ganda, baik

sebagai mahasiswa maupun sebagai anggota organisasi. Akibat dari peran ganda tersebut, tidak sedikit mahasiswa yang kesulitan untuk menyeimbangkan peran dan pada akhirnya memilih untuk mendahulukan salah satu peran di atas peran lainnya, sehingga terjadi penundaan tugas. Perilaku menunda ini disebut sebagai prokrastinasi.

Prokrastinasi merupakan kecenderungan untuk meninggalkan atau menunda atau benar-benar menghindari penyelesaian suatu tugas (Tuckman, dalam Putri 2020). Menurut Ghufron dan Risnawati (2014) jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator ialah tugas pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor, dan lainnya. Lebih spesifik jika penundaan ini terjadi pada aktivitas yang berhubungan dengan belajar di lingkungan akademik maka disebut sebagai prokrastinasi akademik (McCloskey, dalam Anggunani 2018). Menurut Green (dalam Ghufron, 2014) jenis tugas yang menjadi objek prokrastinasi akademik ialah tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik. Adapun ciri-ciri prokrastinasi akademik berdasarkan pendapat Ferrari (dalam Ardina, 2016) yaitu perilaku menunda pada saat memulai hingga ketika menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana pengerjaan dan kinerja yang ada, serta memilih melakukan tindakan lain yang dirasa lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas yang harus dikerjakan dan diselesaikan.

Peneliti melakukan survei awal berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari dan Steel (dalam Ghufron, 2016) dengan 12 aitem pernyataan yang disebarakan melalui *google form* untuk

mengetahui kecenderungan mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman dalam melakukan prokrastinasi akademik. Hasil survei yang dilakukan peneliti disajikan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Hasil Survei Awal Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktivis Pecinta Alam Universitas Mulawarman**

No	Indikator	Persentase		Jumlah
		Ya	Tidak	
1.	Konsentrasi meningkat jika mengerjakan tugas berdekatan dengan tenggat waktu	90.9%	9.1%	100%
2.	Individu tidak tepat waktu	45.5%	54.5%	100%
3.	Merasa bersalah jika terlambat mengerjakan tugas	87.9%	12.1%	100%
4.	Keraguan untuk menyelesaikan tugas dengan baik jika dihadapkan dengan tugas sulit	69.7%	30.3%	100%
5.	Menunda pengerjaan tugas jika tenggat waktu pengumpulan masih lama	93.9%	6.1%	100%
6.	Mengulur waktu pengerjaan tugas dari yang sudah dijadwalkan	63.6%	36.4%	100%
7.	Merasa cemas jika belum menyelesaikan tugas yang tenggat waktu pengumpulannya sudah dekat	90.9%	9.1%	100%
8.	Mencela diri sendiri jika merasa tidak mampu mengerjakan tugas dengan baik	63.6%	36.4%	100%
9.	Yakin mampu menyelesaikan tugas walaupun baru memulai pengerjaan ketika tenggat waktu sudah dekat	100%	0%	100%
10.	Belum menyelesaikan tugas ketika tenggat waktu sudah dekat walaupun sudah mulai mengerjakan tugas jauh-jauh hari	54.5%	45.5%	100%
11.	Merasa tenang jika tenggat waktu pengumpulan tugas masih lama	97%	3%	100%
12.	Memilih tidak mengerjakan tugas daripada tidak dapat menyelesaikannya dengan baik	24.2%	75.8%	100%

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 128

Respon beragam diberikan oleh 33 responden yang merupakan mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman. Data statistik pada tabel di atas menunjukkan bahwa 100% responden merasa yakin mampu menyelesaikan tugas walaupun baru memulai pengerjaan ketika tenggat waktu sudah dekat, sekitar

63.6% responden mengulur waktu pengerjaan tugas walaupun sudah dijadwalkan sebelumnya, kemudian 90.9% responden merasa cemas jika belum menyelesaikan tugas yang tenggat waktu pengumpulannya sudah dekat, dan yang sangat disayangkan sekitar 24.2% responden memilih tidak mengerjakan tugas daripada tidak dapat menyelesaikannya dengan baik. Jika meninjau tabel hasil survei awal di atas menunjukkan aitem pernyataan *favorable* survei memiliki nilai rata-rata sebesar 73.4 persen dengan jumlah sekitar 72.7 persen dari 33 responden mengalami prokrastinasi akademik.

Hasil survei di atas diperkuat dengan wawancara yang dilakukan peneliti berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari dan Steel (dalam Ghufron, 2016). Salah satunya Subjek TK, mahasiswa Fakultas Teknik angkatan 2017 yang terhitung sejak tahun 2018 menjadi anggota salah satu anggota UKM Mapala di Universitas Mulawarman. Subjek TK belum melaksanakan Seminar Proposal Penelitian walaupun saat ini ia berada di tahun kelima masa studinya. TK memaparkan, alasan dirinya belum dapat melaksanakan Seminar Proposal karena persyaratan untuk pelaksanaannya belum terpenuhi, seperti belum mencukupi jumlah SKS yang ditentukan. TK banyak mengulang mata kuliah sehingga peran akademiknya tertunda, hal itu disebabkan oleh TK yang kelelahan dengan agenda organisasinya hingga sengaja melewatkan jadwal perkuliahannya untuk beristirahat. TK menyebut dirinya sebagai seseorang yang spontan ketimbang penuh perencanaan, pada waktu-waktu tertentu hal itu sangat berguna tetapi di lain waktu, TK sering kali melewatkan tenggat waktu atau pertemuan karena jadwal yang berbenturan. TK merasa kesulitan menyeimbangkan peran

akademis dengan organisasinya. TK juga beranggapan alasan ia mengalami hambatan dalam peran akademisnya ialah karena kebiasaan bertindak tanpa perencanaan dan kelelahan dengan agenda organisasi. Namun TK bertekad berusaha lebih keras untuk mengejar ketertinggalannya setelah ia terlepas dari tanggung jawabnya sebagai pengurus organisasi.

Prokrastinasi tidak selalu menunjukkan perilaku negatif, sebagaimana pendapat Chu dan Choi (dalam Zusya, 2016) terkait prokrastinasi. Mahasiswa yang menunjukkan perilaku disfungsional mengalami *passive procrastination*. Sementara kebalikannya adalah *active procrastination* yaitu suatu kondisi dimana mahasiswa memang sengaja menunda pekerjaannya karena mereka senang dengan tantangan yang ada sehingga dapat menunjukkan hasil yang lebih optimal.

Mendukung pernyataan di atas, subjek WG, mahasiswa Fakultas Kehutanan angkatan 2015 yang bergabung dengan UKM Mapala sejak 2016 memaparkan, ia sengaja menunda kelulusannya hingga pertengahan tahun 2022 mendatang yang mana merupakan tenggat waktu maksimal masa studinya. Saat wawancara tambahan dilakukan, subjek WG sudah melaksanakan Seminar Hasil penelitiannya pada bulan Februari 2022. WG menuntaskan teori perkuliahannya di tahun 2019 dan mulai mengerjakan tugas akhir di tahun yang sama. Alasan WG menunda kelulusannya hingga tahun 2022 ialah merasa masih memiliki banyak waktu tersisa sehingga WG dapat mengerjakan tugas akhirnya lebih lama. Selain itu, WG juga memilih untuk melakukan hal lain yang menurutnya lebih bermanfaat seperti aktif berorganisasi, bakti sosial, dan bekerja. WG juga memaparkan judul penelitiannya beberapa kali di revisi, sehingga WG mengulang

kembali penelitiannya dari awal. WG berpendapat, seseorang yang kesulitan untuk menyeimbangkan peran akademis dan organisasi berakar dari ketidakmampuan mengatur waktu. WG mencatat kegiatannya di *smartphone* dan membuat pengingat untuk mengingatkannya. Ia mengakui, terkadang ia pun melewatkan kegiatan yang telah ia jadwalkan, namun tergantung pada urgensi kegiatan tersebut. Demi mengejar ketertinggalannya, di lain waktu WG menambahkan waktu dalam pengerjaan tugas agar tetap sesuai dengan targetnya.

Senada dengan subjek WG, subjek PT yang merupakan mahasiswa Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan angkatan 2017. Ia bergabung pada tahun 2017 sebagai anggota muda di UKM Mapala tingkat fakultas dan sejak 2019 menjadi dewan pengurus organisasinya. Saat di wawancara, subjek PT sedang menempuh dua mata kuliah yang sebelumnya tertinggal karena ketidaktelitian PT dalam memeriksa silabus perkuliahan. Sebelumnya, PT menargetkan untuk lulus di tahun kelima masa studinya, namun PT saat ini menjabat sebagai dewan pengurus UKM Mapala tempat ia bergabung. Alasan PT tetap menjadi dewan pengurus organisasi di tahun kelima masa studinya tidak lain karena merasa masih memiliki banyak waktu tersisa, kecintaannya terhadap organisasinya serta kerisauan akibat minimnya jumlah dewan pengurus yang aktif. Selain aktif berorganisasi, saat ini PT juga bekerja melanjutkan bisnis keluarganya. Meskipun PT merasa mampu menyeimbangkan peran akademis, organisasi, serta perannya dalam bisnis keluarga, PT mengakui tidak jarang dirinya merasa kelelahan dengan rutinitasnya. Salah satu cara PT mengatasi rasa lelahnya ialah dengan berkumpul dengan kawan-kawan sesama Mapala, PT berpendapat sesama Mapala memiliki

kesamaan minat dan pemahaman sehingga sangat menyenangkan untuk menghabiskan waktu bersama.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti melihat terdapat beberapa hambatan yang dapat mengindikasikan terjadinya prokrastinasi akademik. Kelelahan dengan agenda organisasi, judul penelitian yang kerap kali diubah, keinginan untuk bertahan karena minimnya anggota di organisasinya, serta pekerjaan, dengan kata lain banyaknya kegiatan yang dijalani dalam waktu bersamaan. Penjelasan tersebut sesuai dengan pendapat Wibowo (2014) bahwa mahasiswa yang memiliki banyak kegiatan dan mengikuti organisasi ketika dihadapkan dengan tugas dalam waktu yang bersamaan, maka akan memunculkan perilaku menunda pekerjaan.

Hasil wawancara tersebut juga memberikan gambaran jelas terkait minat dewasa awal berdasarkan pendapat Hurlock, yaitu minat rekreasi dan minat sosial. Kesamaan minat pada kegiatan, pemahaman maupun nilai-nilai pada anggota Mapala dapat memunculkan ikatan emosional antar individu maupun kelompok sehingga berkurangnya keinginan untuk memisahkan diri, dengan kata lain memunculkan komitmen. Luthans (dalam Wibowo, 2017) mengistilahkan keinginan yang kuat untuk tetap menjadi anggota organisasi, memiliki keyakinan dalam proses penerimaan nilai-nilai organisasi, dan memiliki keinginan yang kuat untuk berusaha demi organisasi sebagai komitmen organisasi. Sebuah organisasi membutuhkan kinerja serta komitmen yang baik dari setiap anggota demi tercapainya tujuan organisasi. Seorang anggota yang menunjukkan komitmen akan merasa lebih menikmati tugas yang diberikan dan berkurang

kemungkinannya untuk meninggalkan organisasi (Atiyaf, 2019). Hasil penelitian Mayasari (dalam Atiyaf, 2019) menunjukkan bahwa prokrastinasi dilakukan mahasiswa aktivis dengan sengaja dan karena ada kegiatan lain yang mempunyai prioritas lebih tinggi. Hal ini dikarenakan komitmen organisasi merupakan prioritas utama bagi seorang aktivis. Atiyaf (2019) dalam penelitiannya mendapatkan hasil hubungan yang signifikan antara komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik, yang berarti komitmen organisasi erat hubungannya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis.

Banyaknya tugas dan kegiatan menguji kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktunya. Ketidakteraturan waktu yang dimiliki mahasiswa ditengarai sebagai salah satu faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik, sebagaimana pendapat Bernard (dalam Aziz, 2013) yang mengemukakan 10 faktor prokrastinasi yaitu, kecemasan, pencelaan terhadap diri sendiri, rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan, hasrat untuk bersenang-senang, ketidakteraturan waktu, lingkungan yang tidak kondusif, lemahnya pendekatan terhadap tugas, kurang asertif, adanya sikap permusuhan, serta adanya perasaan tertekan dan kelelahan. Kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktu dapat dikaitkan dengan kemampuan regulasi diri mahasiswa tersebut. Regulasi diri mengacu pada cara seseorang mengontrol dan mengarahkan tindakan sendiri (Taylor, dalam Iswahyudi 2016). Prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh rendahnya kemampuan mahasiswa dalam hal regulasi diri. Penelitian yang dilakukan Steel (2007) menyebutkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh kegagalan dalam regulasi diri, rendahnya efikasi diri, rendahnya kontrol diri, serta

keyakinan irasional seperti takut akan kegagalan dan perfeksionisme. Pendapat di atas sejalan dengan penelitian Iswahyudi dan Mahmudi (2016) dimana regulasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, yang artinya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Senada dengan penelitian di atas, penelitian Hendrianur (2014) menghasilkan hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik, artinya regulasi diri dan prokrastinasi akademik memiliki kaitan yang erat.

Beberapa penelitian terkait prokrastinasi akademik, regulasi diri, dan komitmen organisasi memiliki hasil yang beragam. Seperti penelitian Azzahra (2019) menyatakan terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa, artinya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Penelitian Mulyani (2019) terkait hubungan komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara komitmen berorganisasi dengan prokrastinasi akademik, yang berarti semakin rendah komitmen organisasi maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Kemudian, hasil penelitian Atiyaf (2019) terkait hubungan komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan, mahasiswa dengan komitmen organisasi tinggi memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sementara itu, Khadafy (2018) dalam penelitiannya memperoleh hasil komitmen organisasi tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uraian dari latar belakang, anggota Mapala yang memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan anggota organisasi diharapkan mampu mengatur waktu dengan baik agar dapat menyeimbangkan perannya sehingga tidak terjadi penundaan kelulusan. Namun kenyataannya, banyak mahasiswa yang belum mampu meregulasi diri dengan baik sehingga melakukan prokrastinasi. Komitmen organisasi juga dapat dipertimbangkan sebagai variabel lain yang menyebabkan prokrastinasi pada mahasiswa karena komitmen membuat mahasiswa tetap ingin menjadi bagian organisasinya dan mengutamakan organisasi di atas tugas akademik. Atas dasar pemikiran ini, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Komitmen Organisasi dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik mahasiswa Aktivistis Pecinta Alam Universitas Mulawarman”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini terbagi menjadi tiga, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman?
2. Apakah terdapat pengaruh komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman?
3. Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat, baik manfaat teoretis maupun manfaat praktis. Berikut manfaat penelitian ini:

1. Manfaat Teoretis
  - a. Memberikan informasi, sumbangan pemikiran, dan meningkatkan pemahaman terkait pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
  - b. Sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mencari pemecahan masalah yang ditemukan dalam penelitian terkait pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Menjadi bahan kajian untuk mahasiswa dan masyarakat dalam upaya melakukan langkah-langkah yang dibutuhkan untuk menekan angka prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
- b. Berkontribusi dalam penelitian serta pengembangan pengetahuan terkait pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Prokrastinasi Akademik**

##### **1. Definisi Prokrastinasi Akademik**

Menurut Ferrari dan Tice (dalam Muyana, 2018) prokrastinasi dapat diartikan dengan sebagai perilaku menunda-nunda yang menimbulkan kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan. Kemudian, Solomon & Rothblum (dalam Hasanah, 2016) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas pada enam area akademik yaitu, tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Sementara, Steel (dalam Iswahyudi, 2016) berpendapat bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mahasiswa mengetahui bahwa perilaku penundaan tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Perilaku penundaan yang dilakukan oleh individu terkait atau berhubungan dengan akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik (Ferrari, dalam Putri 2020).

Prokrastinasi dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran, menambah tingkat stress, dan berdampak negatif dalam kehidupan mahasiswa. Atiyaf (2019) mengungkapkan, prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada tugas akademik yang sifatnya formal, misalnya

tugas sekolah atau tugas kuliah. Sementara itu, Solomon dan Rothblum (dalam Khadafy, 2018) mengemukakan bahwa suatu penundaan dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika penundaan tersebut dilakukan pada tugas penting, dilakukan berulang-ulang secara disengaja, dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subjektif yang dirasakan oleh seorang prokrastinator.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan untuk sengaja menunda pengerjaan tugas ataupun pembelajaran yang berkaitan dengan lingkungan akademik hingga menimbulkan ketidaknyamanan subjektif yang dirasakan oleh mahasiswa yang mengalami prokrastinasi.

## **2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik**

Aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari dan Steel (dalam Ghufron, 2016), meliputi:

### *a. Perceived time*

Seorang prokrastinator cenderung berorientasi pada masa kini dan tidak mempertimbangkan masa mendatang, sehingga seringkali berakhir tidak tepat waktu karena gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda penyelesaian tugas jika sudah memulai pekerjaan tersebut. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan maupun

melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas tanpa mempertimbangkan keterbatasan waktu yang dimilikinya.

b. *intention-action gap*

Kesenjangan antara keinginan dan perilaku aktual ini terwujud dalam kegagalan mahasiswa menyelesaikan tugas akademik meskipun mahasiswa tersebut sangat ingin untuk menyelesaikannya. Seorang prokrastinator kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan tenggat waktu. Prokrastinator mungkin saja telah merencanakan untuk mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan, namun saat waktu tersebut tiba mahasiswa tidak juga melakukan tugas tersebut sesuai dengan waktu yang direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

c. *Emotional distress*

Prokrastinasi akan memberikan tekanan emosional dan perasaan tidak nyaman terhadap pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri prokrastinator. Prokrastinator merasa tenang jika tenggat waktu masih panjang, namun ketika tenggat waktu itu semakin mendekat mereka akan merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

d. *Perceived ability*

Aspek ini berkaitan dengan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri. Keraguan seseorang terhadap kemampuan dirinya juga dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Keraguan ini diperkuat dengan adanya perasaan takut akan kegagalan, sehingga individu

cenderung merutuki dirinya sendiri karena merasa tidak mampu. Keraguan dan ketakutan akan kegagalan dapat memicu seseorang menunda pengerjaan tugas demi menghindari munculnya perasaan tidak nyaman tersebut. Seringkali penghindaran ini termanifestasikan dalam bentuk melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan.

Berdasarkan uraian mengenai aspek-aspek prokrastinasi akademik di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat empat aspek regulasi diri menurut Ferrari dan Steel (dalam Ghufro, 2016), yaitu: *perceived time*, *intention-action gap*, *emotional distress*, dan *perceived ability*.

### **3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik**

Bernard (dalam Aziz, 2013) mengemukakan 10 faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik. Berikut penjelasan masing-masing faktor:

a. Kecemasan

Kecemasan ialah suatu kondisi psikologis yang tidak menyenangkan berupa ketegangan ataupun ketakutan yang muncul ketika individu menghadapi situasi maupun kondisi tertentu sebagai bentuk antisipasi dari bahaya yang tidak nyata.

b. Pencelaan terhadap diri sendiri

Faktor ini merujuk pada ketidakpercayaan diri mahasiswa terhadap masa depan yang lebih baik.

c. Rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan

Merujuk pada pengalihan dan pencarian pada situasi-situasi yang dapat memberi kesenangan atau kenyamanan.

d. Hasrat untuk bersenang-senang

Hasrat untuk bersenang-senang membutuhkan pemenuhan berupa hiburan dan aktivitas yang menyenangkan. Alih-alih mengerjakan tugas yang sudah menjadi kewajiban, seorang prokrastinator akan dengan sengaja melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan.

e. Ketidakmampuan mengatur waktu

Ketidakmampuan individu untuk mengelola waktunya dapat menurunkan efektivitas, produktivitas, dan efisiensi waktu yang dimiliki.

f. Lingkungan yang tidak kondusif

Faktor ini terkait ketidakteraturan lingkungan sekitar individu seperti keluarga dan teman.

g. Lemahnya pendekatan tugas

Lemahnya pendekatan atau pemahaman terhadap tugas seringkali menghambat pengerjaan tugas. Lemahnya pemahaman ini dapat disebabkan kurangnya literatur terkait tugas, mahasiswa yang kurang proaktif, maupun keterbatasan sumber daya yang dimiliki mahasiswa.

h. Kurang asertif

Asertivitas merupakan kemampuan mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran kepada orang lain tanpa rasa cemas, dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain (Nurlatifah, 2018). Mahasiswa yang kurang asertif cenderung untuk mengikuti keinginan atau ajakan orang lain tanpa mempertimbangkan dampak yang akan timbul pada dirinya sendiri.

i. Adanya sikap permusuhan

Adanya sikap permusuhan atau ketidaksukaan terhadap seseorang atau sesuatu dapat menyebabkan mahasiswa menunda atau mengabaikan tugas yang diberikan.

j. Stress dan kelelahan

Saat individu merasa stress, maka akan muncul kecenderungan untuk melakukan hal lain yang lebih menyenangkan sebagai strategi *coping*, namun jika tidak dibarengi dengan kemauan untuk melanjutkan tugas akan berakibat individu tersebut menunda pengerjaan tugas yang tentu saja jika dibiarkan berlarut-larut akan menimbulkan kerugian.

Kemudian, Burka dan Yuen (dalam Sutriyono, 2012) juga mengemukakan pendapat terkait faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu:

a. Faktor internal

- 1) Kekhawatiran yang muncul terhadap kemungkinan kegagalan.
- 2) Kekhawatiran terhadap akibat yang mungkin ditimbulkan atas pencapaian yang akan diraih.
- 3) Kekhawatiran akan kehilangan kontrol atas diri.
- 4) Kekhawatiran akan merasa terkungkung.
- 5) Kekhawatiran akan terpisah dan merasa sendirian.

b. Faktor eksternal

- 1) Pemberontakan terhadap kontrol figur otoritas
- 2) Pengalaman dalam kelompok

### 3) Bentuk-bentuk sukses maupun kegagalan

Berdasarkan uraian di atas, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik menurut Bernard (dalam Aziz, 2013) yaitu, kecemasan, pencelaan terhadap diri sendiri, rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan, hasrat untuk bersenang-senang, ketidakmampuan mengatur waktu, lingkungan yang tidak kondusif, lemahnya pendekatan tugas, kurang asertif, adanya sikap permusuhan, serta stress dan kelelahan. Sementara faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik menurut Burka dan Yuen (dalam Sutriyono., 2012) ialah faktor internal: kekhawatiran yang muncul terhadap kemungkinan kegagalan, kekhawatiran terhadap akibat yang mungkin ditimbulkan atas pencapaian yang akan diraih, kekhawatiran akan kehilangan kontrol atas diri, kekhawatiran akan merasa terkungkung, dan kekhawatiran akan terpisah dan merasa sendirian. Sementara faktor eksternal meliputi: pemberontakan terhadap kontrol figur otoritas, pengalaman dalam kelompok, dan bentuk-bentuk sukses maupun kegagalan.

## **B. Komitmen Organisasi**

### **1. Definisi Komitmen Organisasi**

Luthans (2015) mendefinisikan komitmen organisasi sebagai keinginan yang kuat untuk menjadi anggota dalam suatu kelompok, kemauan usaha yang tinggi untuk organisasi, serta suatu keyakinan tertentu dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan organisasi. Robbins dan Judge (2017) berpendapat, komitmen organisasi ialah suatu keadaan dimana individu memihak pada suatu organisasi dan tujuan tujuannya serta berniat memelihara keanggotaannya dalam

organisasi tersebut. Sementara Allen dan Meyer (dalam Atiyaf, 2019) berpendapat bahwa komitmen organisasi adalah suatu konstruk psikologis yang merupakan karakteristik hubungan anggota organisasi dengan organisasinya, serta memiliki implikasi terhadap keputusan individu untuk melanjutkan keanggotaannya dalam berorganisasi.

Komitmen organisasi yang rendah akan menurunkan tingkat kinerja individu hingga menurunnya tingkat kehadiran. Individu yang cukup berkomitmen terhadap organisasi akan bersedia berkorban demi kepentingan organisasi. Komitmen organisasi merupakan sikap yang mencerminkan sejauh mana individu atau anggota organisasi mengenal dan terikat pada organisasinya (Griffin, 2012). Komitmen juga erat hubungannya dengan loyalitas, sehingga Alwi (2011) berpendapat bahwa komitmen merupakan suatu bentuk loyalitas yang lebih konkret yang dapat dilihat dari sejauh mana anggota organisasi berkontribusi dalam berbagai kegiatan, gagasan, dan tanggung jawab dalam mencapai tujuan organisasi.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa komitmen organisasi merupakan keinginan untuk menjadi anggota dalam sebuah organisasi, diimplentasikan dalam bentuk tindakan atau usaha individu untuk berkontribusi mencapai tujuan organisasi.

## **2. Aspek-aspek Komitmen Organisasi**

Menurut Allen dan Mayer (dalam Hidayat, 2010) mengemukakan tiga aspek dalam komitmen organisasi, yaitu:

- a. Komitmen afektif

Komitmen afektif berkaitan dengan keterikatan emosional, identifikasi, dan keterlibatan anggota di dalam suatu organisasi. Anggota dengan komitmen afektif tinggi bergabung dengan organisasi karena keinginan untuk tetap menjadi anggota organisasi dan memiliki keinginan untuk mengerahkan usaha yang sesuai dengan tujuan organisasi.

b. Komitmen normatif

Komitmen normatif merupakan perasaan-perasaan individu tentang kewajiban yang harus ia berikan kepada organisasi. Komitmen normatif merupakan hasil dari pengalaman sosialisasi, tinggi atau rendahnya komitmen ini bergantung pada sejauh apa perasaan individu terhadap kewajiban yang ia miliki sebagai anggota. Individu dengan komitmen normatif tinggi tetap menjadi anggota organisasi karena ia merasa memiliki keharusan untuk bergabung dengan organisasi.

c. Komitmen berkelanjutan

Komitmen ini berdasarkan persepsi anggota tentang kerugian yang akan dihadapinya jika meninggalkan organisasi. Komitmen ini muncul jika individu merasa membutuhkan organisasi, namun menunjukkan usaha yang tidak maksimal dalam berorganisasi dengan tujuan agar terhindar dari kerugian finansial atau kerugian lain.

Berdasarkan uraian di atas, aspek-aspek komitmen organisasi berdasarkan pendapat Allen dan Mayer (dalam Hidayat, 2010) yaitu komitmen afektif, komitmen normatif, dan komitmen berkelanjutan.

### **3. Faktor-faktor yang memengaruhi Komitmen Organisasi**

Menurut Allen dan Meyer (dalam Atiyaf, 2019), faktor-faktor yang memengaruhi komitmen organisasi ialah:

a. Karakteristik pribadi individu.

Karakteristik pribadi individu dibagi menjadi dua, yaitu secara demografis dan disposisional. Demografis meliputi gender, usia, status pernikahan, tingkat pendidikan, dan seberapa lama individu bergabung dalam organisasi. Disposisional meliputi kepribadian dan nilai-nilai yang dianut individu.

b. Karakteristik organisasi

Meliputi struktur organisasi, sistem organisasi, kebijakan, dan sebagainya.

c. Pengalaman selama berorganisasi

Meliputi kepuasan dan motivasi anggota organisasi selama berada dalam organisasi, peran dalam organisasi, dan hubungan antar anggota organisasi dengan pemimpinnya.

Luthans (2015) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi komitmen organisasi, yaitu:

a. Faktor personal

Faktor personal meliputi usia, kedudukan dalam organisasi, dan disposisi seperti efektivitas positif atau negatif, dan atribusi kontrol internal atau eksternal.

b. Faktor organisasi

Faktor ini meliputi desain pekerjaan, nilai-nilai organisasi, dukungan sosial, dan gaya kepemimpinan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan beberapa faktor yang memengaruhi komitmen organisasi yaitu: karakteristik pribadi individu, karakteristik organisasi, dan pengalaman selama berorganisasi (Allen & Mayer dalam Atiyaf, 2019). Sementara Luthans (2015) berpendapat bahwa faktor personal dan faktor organisasi merupakan faktor-faktor yang memengaruhi komitmen organisasi.

### **C. Regulasi Diri**

#### **1. Definisi Regulasi Diri**

Regulasi diri merupakan kemampuan untuk secara sadar mengontrol tindakan diri sendiri. Mahasiswa dapat dikatakan memiliki regulasi diri yang baik jika pikiran dan perilakunya berada dalam kendalinya sendiri, tidak terpengaruh lingkungan atau orang lain. Regulasi diri menurut Bandura (dalam Istriyanti & Simarmata, 2014) merupakan kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri dan salah satu dari sekian penggerak utama kepribadian manusia yang terdiri dari pengamatan, penilaian, dan respon diri. Kemudian, Zimmerman dan Schunk (dalam Schunk, 2012) mendefinisikan regulasi diri sebagai proses dimana individu secara sistematis mengarahkan pikiran, perasaan, dan tindakan terhadap pencapaian tujuan. Selain itu, Watson (dalam Ardina, 2016) mengungkapkan bahwa regulasi diri sebagai sistem pengendalian diri terhadap respon lingkungan

yang melibatkan pengaturan perhatian, ingatan, dan pikiran yang terjadi secara spontan.

Alwisol (2019) berpendapat, regulasi diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan untuk berpikir dan dengan kemampuan itu individu dapat memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat proses tersebut. Dalam regulasi diri akan terjadi strategi reaktif dan strategi proaktif (Bandura dalam Alwisol, 2009). Individu akan menggunakan strategi reaktif untuk membimbing dan mengontrol perilakunya untuk mencapai tujuan, setelah tujuan tersebut akan tercapai, individu kemudian akan menggunakan strategi proaktif untuk menentukan tujuan selanjutnya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa regulasi diri ialah suatu kemampuan individu untuk secara sadar mengarahkan dan mengontrol perhatian, ingatan, pikiran, perasaan, dan tindakan dengan menggunakan strategi reaktif serta strategi proaktif untuk mencapai tujuannya.

## **2. Aspek-aspek Regulasi Diri**

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2019) menyebutkan enam aspek dari regulasi diri, yaitu:

### **a. Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri**

Individu yang memiliki regulasi diri yang baik cenderung memiliki standar-standar umum bagi perilaku. Standar tersebut menjadi kriteria untuk mengevaluasi performa dalam situasi tertentu. Membuat tujuan-tujuan pencapaian yang dianggap bernilai dan penting akan menjadi arah serta tujuan perilaku seseorang. Memenuhi standar-standar serta meraih tujuan

memberikan kepuasan diri, meningkatkan *self-efficacy*, dan memotivasi individu untuk meraih sesuatu yang lebih besar lagi.

b. Regulasi emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam menjaga serta mengelola setiap emosi seperti marah, sedih, atau kegembiraan yang berlebihan agar tidak menghasilkan respon-respon yang kontra produktif.

c. Instruksi diri

Instruksi yang diberikan seseorang pada dirinya sendiri merupakan sarana untuk mengingatkan diri mereka sendiri terkait tindakan-tindakan tepat yang harus dilakukan.

d. Pengawasan diri

Pengawasan diri penting untuk dilakukan demi mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu. Agar mampu membuat kemajuan pada tujuan-tujuan penting, individu harus menyadari seberapa baik hal yang sedang dilakukan. Ketika individu dapat melihat kemajuan atas apa yang telah dilakukan, maka akan lebih mungkin untuk melanjutkan usaha-usaha untuk mencapai tujuan selanjutnya.

e. Evaluasi diri

Agar individu mampu meregulasi diri, penting untuk melakukan penilaian terhadap diri sendiri secara objektif dan akurat, dengan kata lain melakukan evaluasi atas dirinya sendiri.

f. Kontingensi yang ditetapkan sendiri

Individu dengan regulasi diri yang baik memberikan penguatan kepada diri mereka sendiri dengan cara-cara yang jauh lebih konkret. Ketika individu berhasil melakukan sesuatu dengan baik, maka seseorang akan merasa bangga dan memberi pujian pada dirinya sendiri atas keberhasilan yang diraih. Sebaliknya, ketika individu gagal menyelesaikan sebuah tugas maka individu akan merasa tidak puas dengan performanya sendiri, merasa menyesal atau malu. Oleh karena itu penting bagi individu menetapkan sendiri penguatan untuk menyertai suatu perilaku yang diinginkan.

Berdasarkan uraian mengenai aspek-aspek regulasi diri di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat enam aspek regulasi diri menurut Bandura (dalam Alwisol, 2019), yaitu: standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri, regulasi emosi, instruksi diri, pengawasan diri, evaluasi diri, dan kontingensi yang ditetapkan sendiri.

### **3. Faktor-faktor yang memengaruhi Regulasi Diri**

Menurut Zimmerman dan Pons (dalam Ghufron, 2016) terdapat tiga faktor yang memengaruhi regulasi diri, yaitu:

#### **a. Individu**

Faktor individu meliputi pengetahuan individu, tingkat kemampuan metakognisi, dan tujuan yang ingin dicapai.

#### **b. Perilaku**

Faktor ini terkait upaya individu menggunakan kemampuan yang ia miliki. Semakin besar dan optimal kemampuan yang dikerahkan individu dalam mengorganisir suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi diri pada diri

individu. Dalam upaya ini terdapat tiga tahapan yang terjadi, yaitu pengamatan diri, penilaian diri sendiri, dan reaksi atau respon diri.

c. Lingkungan

Faktor ini menggunakan pendekatan sosial-kognitif yang mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh lingkungan serta pengalaman pada manusia.

Faktor ini mengacu pada bagaimana regulasi diri dapat bergantung pada mendukung atau tidak mendukungnya lingkungan sosial individu.

Kemudian, Bandura (dalam Alwisol, 2019) mengungkapkan, perilaku manusia dalam regulasi diri adalah hasil pengaruh resiprokal faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal dan faktor eksternal tersebut ialah:

a. Faktor internal

1) Pengamatan diri sendiri

Beberapa hal yang dapat diamati seperti kemampuan, penampilan, perilaku. individu cenderung mengamati aspek dirinya berdasarkan minat, sehingga tidak jarang mengabaikan aspek lainnya. Melalui pengamatan diri sendiri, individu diharapkan dapat mengontrol dan memonitor dirinya.

2) Proses penilaian

Proses penilaian yang dimaksud ialah proses membandingkan kesesuaian perilaku dengan nilai-nilai pribadi yang dianut oleh individu, norma sosial, norma agama, dan/atau dengan perilaku orang lain.

3) Respon pribadi

Setelah mengamati dan menilai diri sendiri melalui proses di atas, individu akan mengevaluasi diri sebagai bentuk respon. Individu dapat menghadaahi atau menghukum diri sendiri berdasarkan hasil evaluasi. Namun, respon atau reaksi ini bisa jadi tidak muncul karena fungsi kognitif individu dapat membuat keseimbangan yang memengaruhi evaluasi positif maupun negatif menjadi kurang bermakna bagi dirinya.

b. Faktor eksternal

1) Standar

Faktor lingkungan dapat memengaruhi standar yang ditetapkan individu atas dirinya. Pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas dapat membentuk standar evaluasi atau penilaian prestasi diri.

2) Penguatan

Individu membutuhkan penghargaan yang berasal dari lingkungan eksternal atas pencapaian yang diraih. Penguatan perlu dilakukan sebagai reaksi agar pencapaian atau tingkah laku yang sebelumnya telah dilakukan dapat tercapai lagi di kemudian hari.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, faktor-faktor yang memengaruhi regulasi diri menurut Zimmerman dan Pons (dalam Ghufro, 2016) yaitu: faktor individu, faktor perilaku, dan faktor lingkungan. Sementara menurut Bandura (dalam Alwisol, 2019), faktor-faktor yang memengaruhi regulasi diri ialah: faktor internal berupa pengamatan diri, proses penilaian, serta respon diri, kemudian faktor eksternal berupa standar dan penguatan.

#### **D. Kerangka Pemikiran**

Prokrastinasi akademik bukanlah fenomena baru di dunia pendidikan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, terdapat beberapa hambatan yang mengindikasikan terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis pecinta alam, seperti penurunan prestasi akademik, kerap kali melewatkan perkuliahan karena kelelahan dengan agenda organisasi, adanya penundaan pengambilan mata kuliah hingga semester selanjutnya, keputusan untuk bertahan di organisasi karena minimnya anggota, hingga melakukan aktivitas lain untuk menghabiskan sisa tenggat waktu studi. Prokrastinasi dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran, menambah tingkat stress, dan berdampak negatif dalam kehidupan mahasiswa. Adapun ciri-ciri prokrastinasi akademik berdasarkan pendapat Ferrari (dalam Ardina, 2016) yaitu perilaku menunda pada saat memulai hingga ketika menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana pengerjaan dan kinerja yang ada, dan memilih melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan dibanding mengerjakan tugas yang harus dikerjakan. Dalam kasus ini, berkegiatan di organisasi merupakan aktivitas yang menjadi opsi bagi mahasiswa untuk menghabiskan waktunya.

Keinginan mahasiswa untuk tetap menjadi anggota di organisasinya berhubungan dengan komitmen organisasi. Komitmen organisasi di definisikan sebagai keinginan yang kuat untuk tetap menjadi anggota organisasi, memiliki keyakinan dalam proses penerimaan nilai-nilai organisasi, dan memiliki keinginan

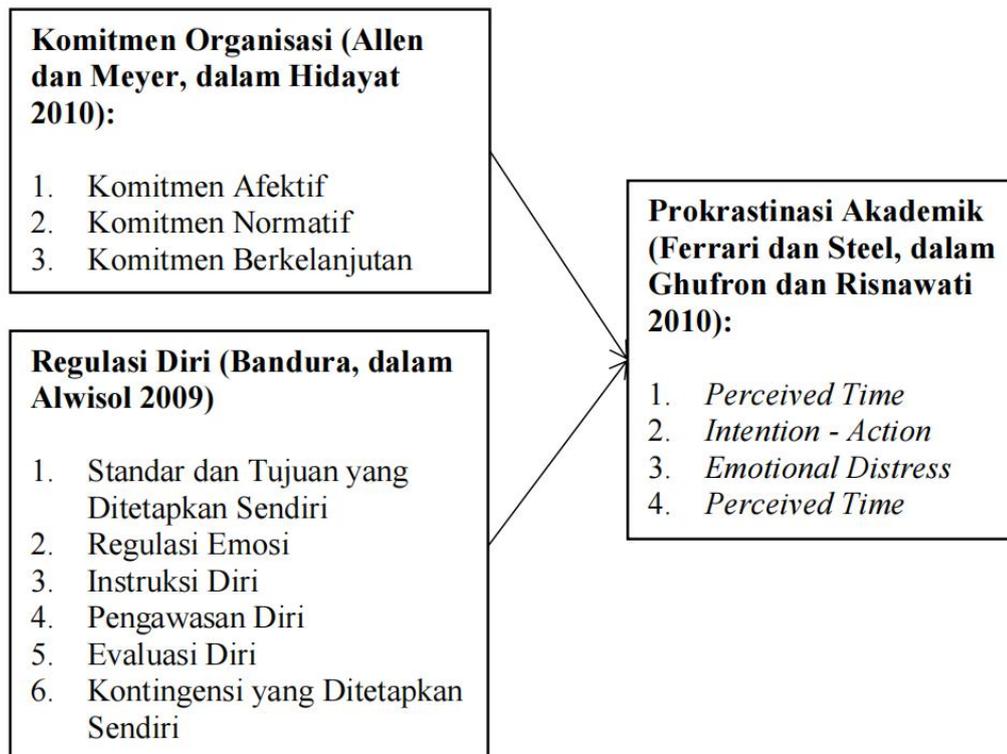
yang kuat untuk berusaha demi organisasi (Luthans, dalam Wibowo 2017). Mahasiswa diharapkan mampu menjalankan tugas serta fungsi sebagai anggota organisasi demi mencapai tujuan organisasi. Tujuan organisasi tidak akan tercapai tanpa adanya kinerja serta komitmen yang baik dari setiap anggota (Khadafy, 2018). Hasil penelitian Mayasari (dalam Atiyaf, 2019) menunjukkan bahwa prokrastinasi dilakukan mahasiswa aktivis dengan sengaja dan karena ada kegiatan lain yang mempunyai prioritas lebih tinggi. Hal ini dikarenakan komitmen organisasi merupakan prioritas utama bagi seorang aktivis. Atiyaf (2019) dalam penelitiannya mendapatkan hasil hubungan yang signifikan antara komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik, yang berarti komitmen organisasi erat hubungannya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis. Penjelasan di atas sesuai dengan pendapat Wibowo (2014) bahwa mahasiswa yang memiliki banyak kegiatan dan mengikuti organisasi ketika dihadapkan dengan tugas dalam waktu yang bersamaan, maka akan memunculkan perilaku menunda pekerjaan tersebut.

Kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktu diuji ketika dihadapkan dengan banyak kegiatan dalam waktu yang bersamaan. Kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktu dapat dikaitkan dengan teori regulasi diri. Regulasi diri menurut pendapat Zimmerman dan Schunk (dalam Schunk, 2012) mengacu pada proses dimana individu secara sistematis mengarahkan pikiran, perasaan, dan tindakan terhadap pencapaian tujuan. Kemampuan regulasi diri menjadi sangat penting terutama bagi individu yang memiliki banyak kegiatan seperti mahasiswa aktivis, tujuannya ialah agar mahasiswa tetap memiliki kontrol atas kegiatan yang

dilakukan sehingga tugas-tugas dan tanggung jawab yang diterima dapat diselesaikan. Kurangnya kemampuan regulasi diri efektif dapat menjadikan mahasiswa frustrasi, sering menunda pengerjaan tugas, dan tidak bersungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas (Alfiana, 2013). Jika kondisi seperti ini dibiarkan berlarut-larut, dapat berujung pada prokrastinasi akademik mahasiswa.

Dalam penelitiannya, Iswahyudi dan Mahmudi (2016) mendapatkan hasil dimana regulasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, yang artinya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Senada dengan pernyataan di atas, penelitian Hendrianur (2014) menghasilkan hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik, artinya regulasi diri dan prokrastinasi akademik memiliki kaitan yang erat.

Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian untuk mengetahui adakah Pengaruh Komitmen Organisasi dan Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivis Pecinta Alam Universitas Mulawarman. Berikut kerangka pemikiran penelitian ini:



**Gambar 1. Kerangka Pemikiran**

### **E. Hipotesis**

1. H<sub>1</sub>: Terdapat pengaruh antara komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pecinta alam Universitas Mulawarman.
2. H<sub>1</sub>: Terdapat pengaruh antara komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.
3. H<sub>1</sub>: Terdapat pengaruh antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2013). Menurut Azwar (2013), penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif dan inferensial. Penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menjelaskan atau menerangkan suatu peristiwa berdasarkan data (Arikunto, 2013), sedangkan statistik inferensial juga dapat disebut sebagai statistik induktif yaitu statistik yang berkenaan dengan cara penarikan kesimpulan berdasarkan data yang diperoleh dari sampel penelitian untuk menggambarkan karakteristik ataupun ciri dari suatu populasi.

Rancangan penelitian statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran kondisi sebaran data komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.

Sementara, untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman digunakan statistik inferensial.

## **B. Identifikasi Variabel**

Dalam penelitian ini terdapat satu variabel terikat dan dua variabel bebas, berikut variabel yang akan diteliti:

1. Variabel Terikat : Prokrastinasi Akademik
2. Variabel Bebas : a. Komitmen Organisasi  
b. Regulasi Diri

## **C. Definisi Konseptual**

### **1. Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik dikonseptualisasikan oleh Ferrari (dalam Muyana, 2018) sebagai perilaku menunda-nunda yang menimbulkan kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan. Perilaku penundaan yang dilakukan oleh individu terkait atau berhubungan dengan akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik (Ferrari, dalam Putri 2020).

### **2. Komitmen Organisasi**

Komitmen organisasi dikonseptualisasi oleh Allen dan Meyer (dalam Atiyaf, 2019) sebagai suatu konstruk psikologis yang merupakan karakteristik hubungan anggota organisasi dengan organisasinya, serta memiliki implikasi terhadap keputusan individu untuk melanjutkan keanggotaannya dalam berorganisasi.

### **3. Regulasi Diri**

Regulasi diri dikonseptualisasi oleh Bandura (dalam Istriyanti, 2014) sebagai kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri dan salah satu dari sekian penggerak utama kepribadian manusia yang terdiri dari pengamatan, penilaian, dan respon diri.

#### **D. Definisi Operasional**

##### **1. Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivistis Pecinta Alam**

Prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan mahasiswa aktivis pecinta alam untuk sengaja menunda pengerjaan tugas ataupun pembelajaran yang berkaitan dengan lingkungan akademik hingga menimbulkan ketidaknyamanan subjektif yang dirasakan oleh mahasiswa aktivis pecinta alam yang mengalami prokrastinasi. Adapun aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari dan Steel (dalam Ghufron, 2016), yaitu: *perceived time*, *intention-action gap*, *emotional distress*, dan *perceived ability*.

##### **2. Komitmen Organisasi Mahasiswa Aktivistis Pecinta Alam**

Komitmen organisasi merupakan keinginan mahasiswa aktivis pecinta alam untuk menjadi anggota dalam organisasi, diimplementasikan dalam bentuk tindakan atau usaha untuk berkontribusi mencapai tujuan organisasi pecinta alam. Adapun aspek-aspek komitmen organisasi berdasarkan pendapat Allen dan Mayer (dalam Hidayat, 2010) yaitu komitmen afektif, komitmen normatif, dan komitmen berkelanjutan.

### **3. Regulasi Diri Mahasiswa Aktivistis Pecinta Alam**

Regulasi diri ialah kemampuan mahasiswa aktivis pecinta alam untuk secara sadar mengarahkan dan mengontrol perhatian, ingatan, pikiran, perasaan, dan tindakan dengan menggunakan strategi reaktif serta strategi proaktif untuk mencapai tujuannya. Adapun aspek regulasi diri menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009), yaitu: standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri, regulasi emosi, instruksi diri, pengawasan diri, evaluasi diri, dan kontingensi yang ditetapkan sendiri.

## **E. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2012), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 91 orang yang merupakan mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2012). Metode penentuan sampel penelitian ini ialah metode sampel jenuh, yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012). Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu berjumlah 91 anggota yang merupakan mahasiswa/I Universitas Mulawarman yang berstatus sebagai anggota aktif UKM Pecinta Alam Universitas Mulawarman.

## F. Metode Pengumpulan Data

Menurut Suryabrata (2018) metode pengumpulan data adalah suatu cara yang dipakai oleh peneliti untuk memperoleh data yang akan diteliti. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengambilan data dan alat ukurnya. Dalam penelitian ini digunakan alat pengukuran atau instrumen sebagai metode pengumpulan data. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat pengukuran atau instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga instrumen penelitian yaitu skala prokrastinasi akademik, komitmen organisasi, dan regulasi diri. Uji skala penelitian dilakukan bersamaan dengan pengambilan data (*try out* terpakai), hal ini dikarenakan jumlah subjek penelitian yang hanya berjumlah 91 anggota serta efisiensi waktu dalam pengumpulan data.

Adapun alat pengukuran menggunakan skala tipe *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2012). Skala *Likert* yang digunakan memiliki lima alternatif jawaban yang dikelompokkan dalam pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Adapun skala pengukuran tersebut dapat diuraikan dalam tabel di bawah ini:

**Tabel 2. Skala Pengukuran *Likert***

Indikator	Skor aitem <i>Favorable</i>	Skor aitem <i>Unfavorable</i>
Sangat setuju/ sangat sesuai/ sangat meningkat	5	1
Setuju/ sesuai/ meningkat	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak setuju/ tidak sesuai/ menurun	2	4
Sangat tidak setuju/ sangat tidak sesuai/ sangat menurun	1	5

Aitem *favorable* adalah butir pernyataan yang mendukung aspek dalam penelitian, sedangkan aitem *unfavorable* adalah butir pernyataan yang bersifat tidak mendukung terkait aspek penelitian. Skala pengukuran tersebut diuraikan sebagai berikut:

### 1. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi akademik ini disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut pendapat Ferrari dan Steel (dalam Ghufron, 2016) yaitu *perceived time*, *intention-action gap*, *emotional distress*, dan *perceived ability*. Alat ukur ini sudah melalui uji validitas dan uji reliabilitas dengan hasil 22 aitem valid dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0.704. Berikut sebaran aitem skala prokrastinasi akademik:

**Tabel 3. Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik**

No.	Indikator	aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Perceived Time</i>	1, 16, 18, 31	2, 15, 17, 32	8
2.	<i>intention-action gap</i>	3, 14, 20, 29	4, 13, 19, 30	8
3.	<i>Emotional Distress</i>	5, 12, 22, 27	6, 11, 21, 28	8
4.	<i>Perceived Ability</i>	7, 10, 24, 25	8, 9, 23, 26	8
<b>Total</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>32</b>

### 2. Skala Komitmen Organisasi

Skala komitmen organisasi ini diadaptasi dari Atiyaf (2019) dengan judul penelitian: Hubungan antara Komitmen Organisasi dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang Aktif di Organisasi, yang kemudian di modifikasi oleh penulis. Alat ukur ini menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0.874 dengan 21 aitem valid. Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek komitmen organisasi menurut pendapat Allen dan Mayer (dalam Hidayat, 2010)

yaitu komitmen afektif, komitmen normatif, dan komitmen berkelanjutan. Berikut sebaran aitem skala komitmen organisasi:

**Tabel 4. *Blueprint* Skala Komitmen Organisasi**

No.	Indikator	aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Komitmen afektif	1, 11, 13, 23	2, 12, 14, 24	8
2.	Komitmen normatif	3, 9, 15, 21	4, 10, 16, 22	8
3.	Komitmen berkelanjutan	5, 7, 17, 19	6, 8, 18, 20	8
<b>Total</b>		<b>12</b>	<b>12</b>	<b>24</b>

### 3. Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri ini disusun berdasarkan aspek-aspek regulasi diri berdasarkan pendapat Bandura (dalam Alwisol, 2019) yaitu standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri, regulasi emosi, instruksi diri, pengawasan diri, evaluasi diri, dan kontingensi yang ditetapkan sendiri. Alat ukur ini menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0.649 dengan 22 aitem valid. Berikut sebaran aitem skala regulasi diri:

**Tabel 5. *Blueprint* Skala Regulasi Diri**

No.	Indikator	aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri	1, 13	12, 24	4
2.	Regulasi emosi	11, 23	2, 14	4
3.	Instruksi diri	3, 15	10, 22	4
4.	Pengawasan diri	9, 21	4, 16	4
5.	Evaluasi diri	5, 17	8, 20	4
6.	Kontingensi yang ditetapkan sendiri	7, 19	6, 18	4
<b>Total</b>		<b>12</b>	<b>12</b>	<b>24</b>

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Uji validitas alat ukur bertujuan untuk mengetahui sejauh mana skala yang digunakan mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuannya. Uji

validitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah validitas butir. Menurut Azwar (2015) validitas butir bertujuan untuk mengetahui apakah butir atau aitem yang digunakan baik atau tidak, yang dilakukan dengan mengkorelasikan skor butir total.

Uji validitas dilakukan pada setiap variabel dalam penelitian ini. Dalam program SPSS digunakan *Pearson Product Moment Correlation-Bivariate* dan membandingkan hasil uji *Pearson Correlation* dengan  $r$  total korelasi. Berdasarkan nilai korelasi jika  $r$  hitung  $>$   $r$  total korelasi (0.300) maka aitem dinyatakan valid, sementara jika  $r$  hitung  $<$   $r$  total korelasi (0.300) maka aitem dinyatakan tidak valid.

## **2. Reliabilitas**

Reliabilitas mengandung arti sejauh mana hasil suatu pengukuran tetap konsisten, dapat dipercaya atau dapat diandalkan apabila dilakukan pengukuran terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama (Azwar, 2015). Reliabilitas alat ukur penelitian ini akan diuji menggunakan teknik uji reliabilitas yang dikembangkan oleh Cronbach yang disebut dengan teknik *Alpha Cronbach's*. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dipercaya juga.

Apabila data yang memang benar sesuai dengan kenyataan, maka berapa kali pun dilakukan pengambilan data, maka hasilnya akan tetap akan sama. Ada dua alasan peneliti menggunakan uji *Alpha Cronbach's*, pertama karena teknik ini merupakan teknik pengujian keandalan kuesioner yang paling sering digunakan, kedua dengan melakukan uji *Alpha Cronbach's* maka akan terdeteksi indikator-indikator yang tidak konsisten. Menurut Azwar (2015) hasil pengukuran dapat

dikatakan reliabel jika memiliki nilai *Alpha Cronbach's* minimal sebesar 0.600.

**Tabel 6. Tingkat Keandalan *Cronbach's Alpha***

<b>Nilai <i>Cronbach's Alpha</i></b>	<b>Tingkat Keandalan</b>
0.000-0.200	Kurang Andal
>0.200-0.400	Agak Andal
>0.400-0.600	Cukup Andal
>0.600-0.800	Andal
>0.800-1.000	Sangat Andal

## H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala Prokrastinasi Akademik terdiri atas 32 butir pernyataan yang terbagi menjadi empat aspek. Berdasarkan analisis kesahihan butir dengan kaidah  $r$  hitung  $>0.300$  (Azwar, 2015), didapatkan hasil sebanyak 22 butir dinyatakan sah dan 10 butir pernyataan gugur.

#### Nama Konstrak: Prokrastinasi Akademik

Aspek 1: *Perceived Time*

Aspek 2: *intention-action gap*

Aspek 3: *Emotional-distress*

Aspek 4: *Perceived Ability*

**Tabel 7. Sebaran aitem skala Prokrastinasi Akademik**

Aspek	Aitem				Jumlah	
	Favorable Valid	Gugur	Unfavorable Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	1, 6, 18, 31	-	2, 15	17, 32	6	2
2	3, 14, 20, 29	-	4, 13	19, 30	6	2
3	5, 12, 22	27	6, 21	11, 28	5	3
4	7, 10, 24, 25	-	9	8, 23, 26	5	3
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>22</b>	<b>10</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 129

**Tabel 8. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Prokrastinasi Akademik (N=91)**

Aspek	Jumlah butir			r terendah - tertinggi	Sig terendah - tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
1	8	2	6	0.439 - 0.765	0.000 - 0.000
2	8	2	6	0.359 - 0.629	0.005 - 0.000
3	8	3	5	0.315 - 0.752	0.041 - 0.000
4	8	3	5	0.387 - 0.532	0.000 - 0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 129

Adapun kaidah yang digunakan dalam uji reliabilitas adalah alat ukur dinyatakan andal apabila nilai  $\alpha > 0,600$  (Azwar, 2015). Berikut uraian hasil uji keandalan skala prokrastinasi akademik:

**Tabel 9. Rangkuman Analisis Keandalan Variabel Skala Prokrastinasi Akademik (N=91)**

No	Variabel	Alpha
1	Prokrastinasi Akademik	<b>0.797</b>

Sumber: Lampiran data hasil olah SPSS hal. 135

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa hasil uji keandalan skala prokrastinasi akademik didapatkan nilai  $\alpha > 0.600$ , dengan nilai  $\alpha$  variabel prokrastinasi akademik yaitu 0.797, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa skala prokrastinasi akademik dinyatakan andal atau reliabel.

## 2. Skala Komitmen Organisasi

Skala Komitmen Organisasi terdiri atas 24 butir pernyataan yang terbagi menjadi tiga aspek. Berdasarkan analisis kesahihan butir dengan kaidah  $r$  hitung  $> 0.300$  (Azwar, 2015), didapatkan hasil sebanyak 21 butir dinyatakan sah dan tiga butir pernyataan gugur.

### Nama Konstrak: Komitmen Organisasi

Aspek 1: Komitmen Afektif

Aspek 2: Komitmen Normatif

Aspek 3: Komitmen Berkelanjutan

**Tabel 10. Sebaran aitem skala Komitmen Organisasi**

Aspek	Favorable		Aitem Unfavorable		Jumlah	
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	1, 11, 13, 23	-	2, 12, 14, 24	-	8	-
2	3, 9, 21	<b>15</b>	4, 10, 16, 22	-	7	<b>1</b>
3	5, 7, 17, 19	-	6, 8	<b>18, 20</b>	6	<b>2</b>
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>21</b>	<b>3</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 131

**Tabel 11. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Komitmen Organisasi (N=91)**

Aspek	Jumlah butir			r terendah - tertinggi	Sig terendah - tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
1	8	-	8	0.456 - 0.826	0.000 - 0.000
2	8	1	7	0.493 - 0.712	0.008 - 0.000
3	8	2	6	0.444 - 0.679	0.010 - 0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 131

Adapun kaidah yang digunakan dalam uji reliabilitas adalah alat ukur dinyatakan andal apabila nilai  $\alpha > 0,600$  (Azwar, 2015). Berikut uraian hasil uji keandalan skala komitmen organisasi:

**Tabel 12. Rangkuman Analisis Keandalan Variabel Skala Komitmen Organisasi (N=91)**

No	Variabel	Alpha
1	Komitmen Organisasi	<b>0.874</b>

Sumber: Lampiran data hasil olah SPSS hal. 136

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa hasil uji keandalan skala komitmen organisasi didapatkan nilai  $\alpha > 0.600$ , dengan nilai  $\alpha$  variabel komitmen organisasi yaitu 0.874, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa skala komitmen organisasi dinyatakan andal atau reliabel.

### 3. Skala Regulasi Diri

Skala Regulasi Diri terdiri atas 24 butir pernyataan yang terbagi menjadi enam aspek. Berdasarkan analisis kesahihan butir dengan kaidah  $r$  hitung  $> 0.300$  (Azwar, 2015), didapatkan hasil sebanyak 22 butir dinyatakan sah dan dua butir pernyataan gugur.

#### Nama Konstrak: Regulasi Diri

Aspek 1: Standar dan Tujuan yang Ditetapkan Sendiri

Aspek 2: Regulasi Emosi

Aspek 3: Instruksi Diri

Aspek 4: Pengawasan Diri

Aspek 5: Evaluasi Diri

Aspek 6: Kontingensi yang Ditetapkan Sendiri

**Tabel 13. Sebaran aitem skala Regulasi Diri**

Aspek	Favorable		Aitem Unfavorable		Jumlah	
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	1, 13	-	12, 24	-	4	-
2	11, 23	-	2, 14	-	4	-
3	15	<b>3</b>	10, 22	-	3	<b>1</b>
4	9, 21	-	4, 16	-	4	-
5	5, 17	-	8, 20	-	4	-
6	7, 9	-	18	<b>6</b>	3	<b>1</b>
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>22</b>	<b>2</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 132

**Tabel 14. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Regulasi Diri (N=91)**

Aspek	Jumlah butir			r terendah - tertinggi	Sig terendah - tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
1	4	-	4	0.399 - 0.557	0.000 - 0.000
2	4	-	4	0.337 - 0.650	0.001 - 0.000
3	4	1	3	0.446 - 0.721	0.000 - 0.000
4	4	-	4	0.448 - 0.841	0.000 - 0.000
5	4	-	4	0.534 - 0.642	0.000 - 0.000
6	4	1	3	0.499 - 0.689	0.046 - 0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 132

Adapun kaidah yang digunakan dalam uji reliabilitas adalah alat ukur dinyatakan andal apabila nilai  $\alpha > 0,600$  (Azwar, 2015). Berikut uraian hasil uji keandalan skala regulasi diri:

**Tabel 15. Rangkuman Analisis Keandalan Variabel Skala Regulasi Diri (N=91)**

No	Variabel	Alpha
1	Regulasi Diri	<b>0.649</b>

Sumber: Lampiran data hasil olah SPSS hal. 136

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa hasil uji keandalan skala regulasi diri didapatkan nilai  $\alpha > 0.600$ , dengan nilai  $\alpha$  variabel regulasi diri yaitu 0.649, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa skala regulasi diri dinyatakan andal atau reliabel.

## I. Teknik Analisa Data

Analisis data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian adalah dengan menggunakan analisis regresi berganda untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dan kemampuan prediksi kedua variabel bebas (komitmen organisasi dan regulasi diri) terhadap variabel terikat (prokrastinasi akademik). Analisis regresi digunakan untuk mempelajari cara bagaimana variabel-variabel yang terdiri atas dua atau lebih saling berhubungan, hubungan yang didapat pada

umumnya dinyatakan dalam bentuk persamaan matematik yang menyatakan hubungan fungsional antar variabel-variabel.

Keseluruhan teknik analisa data dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 21.0 for Windows. Sebelum dilakukan uji analisis hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang terdiri dari:

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah suatu uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah residu dalam sebuah model regresi memiliki distribusi yang normal atau tidak.

### **2. Uji Linearitas**

Uji linearitas merupakan suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linear atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

### **3. Uji Multikolinearitas**

Uji multikolinearitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah pada model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel independen.

### **4. Uji Heteroskedastitas**

Uji heteroskedastitas adalah uji yang menilai apakah ada ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi linear. Model regresi yang baik adalah jika tidak terjadi heteroskedastitas. Uji ini merupakan salah satu dari uji asumsi yang harus dilakukan pada regresi linear.

## 5. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya gejala autokorelasi antara variabel-variabel independen yang berasal dari data *time series*. Secara praktis, bisa dikatakan bahwa nilai residu yang ada tidak berkorelasi satu sama lain.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Mulawarman Kampus Gn. Kelua, Jl. Kuaro, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur. Universitas Mulawarman merupakan salah satu perguruan tinggi negeri di Kalimantan Timur dengan kapasitas mahasiswa ±27.000, terdiri dari 93 program studi dan 13 fakultas yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, doktor, dan profesi (Kemenristekdikti, 2019). Individu yang menjadi subjek penelitian ini adalah seluruh mahasiswa/I Universitas Mulawarman yang berstatus sebagai anggota aktif UKM pecinta alam yang tersebar di Universitas Mulawarman, yaitu IMAPA UNMUL, Plankthoos Fakultas Perikanan, dan Mapflofa Fakultas Kehutanan.

#### **B. Hasil Penelitian**

##### **1. Karakteristik Responden**

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Mulawarman, adapun subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa/I yang berstatus sebagai anggota aktif UKM pecinta alam Universitas Mulawarman, yaitu IMAPA UNMUL, Plankthoos Fakultas Perikanan, dan Mapflofa Fakultas Kehutanan. Metode penentuan sampel penelitian ini ialah metode sampel jenuh. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan seluruh anggota populasi, yaitu 91 mahasiswa/I. karakteristik responden penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 16. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki-laki	41	45.1%
2	Perempuan	50	54.9%
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100%</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.138

Berdasarkan tabel 16, dapat diketahui bahwa subjek penelitian yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 41 anggota (45.1%) dan subjek yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 50 anggota (54.9%). Sehingga dapat disimpulkan, mayoritas subjek penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 50 anggota atau sebesar 54.9 persen.

**Tabel 17. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia**

No	Usia	Jumlah	Persentase
1	18 - 20 tahun	41	45.1%
2	21 - 23 tahun	30	33%
3	24 - 26 tahun	20	22%
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100%</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.138

Berdasarkan tabel 17, dapat diketahui bahwa anggota subjek dalam penelitian ini yang berusia 18 - 20 tahun berjumlah 41 anggota (45.1%), usia 21 - 23 tahun berjumlah 30 anggota (33%), dan anggota yang berusia 24 - 26 tahun berjumlah 20 anggota (22%). Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini berusia 18 - 20 tahun dengan jumlah 41 anggota atau sebesar 45.1%.

**Tabel 18. Karakteristik Subjek Berdasarkan Angkatan**

No	Angkatan	Jumlah	Persentase
1	2015	7	7.7%
2	2016	13	14.3%
3	2017	14	15.4%
4	2018	8	8.8%
5	2019	9	9.9%
6	2020	27	29.7%
7	2021	13	14.3%
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100%</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 138

Berdasarkan tabel 18, dapat diketahui bahwa subjek penelitian yang berasal dari angkatan 2015 berjumlah tujuh anggota (7.7%), angkatan 2016 berjumlah 13 anggota (14.3%), angkatan 2017 berjumlah 17 anggota (15.4%), angkatan 2018 berjumlah delapan anggota (8.8%), angkatan 2019 berjumlah sembilan anggota (9.9%), angkatan 2020 berjumlah 27 anggota (29.7%), dan subjek yang berasal dari angkatan 2021 berjumlah 13 anggota (14.3%). Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini berasal dari angkatan 2020 dengan jumlah 27 anggota atau 29.7 persen.

**Tabel 19. Karakteristik Subjek Berdasarkan Asal Fakultas**

No	Asal Fakultas	Jumlah	Persentase
1	Ekonomi dan Bisnis	6	6.6%
2	Farmasi	2	2.2%
3	Hukum	2	2.2%
4	Ilmu Budaya	6	6.6%
5	Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	8	8.8%
6	Kedokteran	1	1.1%
7	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	7	7.7%
8	Kehutanan	26	27.5%
9	Kesehatan Masyarakat	4	4.4%
10	Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	4	4.4%
11	Perikanan dan Ilmu Kelautan	12	13.2%
12	Pertanian	9	9.9%
13	Teknik	5	5.5%
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100%</b>

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 138

Berdasarkan tabel 19, dapat diketahui bahwa subjek penelitian yang berasal dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis berjumlah enam anggota (6.6%), asal Fakultas Farmasi berjumlah 2 anggota (2.2%), asal Fakultas Hukum berjumlah dua anggota (2.2%), asal Fakultas Ilmu Budaya berjumlah enam anggota (6.6%), asal Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik berjumlah delapan anggota (8.8%), asal Fakultas Kedokteran berjumlah satu anggota (1.1%), asal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan berjumlah tujuh anggota (7.7%), asal Fakultas Kehutanan berjumlah 26 anggota (27.5%), asal Fakultas Kesehatan Masyarakat berjumlah empat anggota (4.4%), asal Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam berjumlah empat anggota (4.4%), asal Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan berjumlah 12 anggota (13.2%), asal Fakultas Pertanian berjumlah sembilan anggota (9.9%), dan subjek yang berasal dari Fakultas Teknik berjumlah lima anggota (5.5%).

Berdasarkan data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini berasal dari Fakultas Kehutanan dengan jumlah 26 anggota atau sebesar 27.5 persen.

## 2. Hasil Uji Deskriptif

Deskriptif data bertujuan untuk menggambarkan kondisi sebaran data pada mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman yang menjadi subjek penelitian ini. *Mean* empirik dan *mean* hipotetik diperoleh dari respon sampel penelitian yang diberikan melalui skala penelitian, yaitu skala prokrastinasi akademik, skala komitmen organisasi, dan skala regulasi diri. *Mean* empirik dan standar deviasi empirik diperoleh dari hasil perhitungan melalui program SPSS, sementara *mean* hipotetik didapatkan dengan perhitungan menggunakan rumus:

$$\mu = \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k$$

$\mu$  : *Mean* hipotetik

$i_{\max}$  : Skor maksimal aitem

$i_{\min}$  : Skor minimal aitem

$\sum k$  : Jumlah aitem valid

Selanjutnya untuk standar deviasi hipotetik menggunakan rumus:

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{\max} + X_{\min})$$

$\sigma$  : SD hipotetik

$X_{\max}$  : Skor maksimal subjek

$X_{\min}$  : Skor minimal subjek

Kategori yang dihasilkan berdasarkan perbandingan *mean* hipotetik dan *mean* empirik dapat langsung dilakukan dengan melihat deskriptif penelitian. Menurut Azwar (2015), pada dasarnya interpretasi terhadap skor skala psikologi bersifat normatif, maksudnya ialah makna skor terhadap suatu norma (*mean*) skor populasi teoretis sebagai parameter sehingga alat ukur berupa angka (kuantitatif) dapat diinterpretasikan secara kualitatif.

Norma yang digunakan sebagai acuan tersebut memudahkan pengguna memahami hasil pengukuran. Setiap skor *mean* empirik yang lebih tinggi secara signifikan terhadap *mean* hipotetik dapat dianggap sebagai indikator tingginya keadaan kelompok subjek pada variabel yang diteliti, begitu pula sebaliknya. *Mean* empirik dan *mean* hipotetik penelitian ini dapat dilihat pada tabel 20

**Tabel 20. Mean Empirik dan Mean Hipotetik**

<b>Variabel</b>	<b>Mean Empirik</b>	<b>SD Empirik</b>	<b>Mean Hipotetik</b>	<b>SD Hipotetik</b>	<b>Status</b>
Prokrastinasi Akademik	66.78	8.628	66	14.6	Tinggi
Komitmen Organisasi	75.35	10.134	63	14	Tinggi
Regulasi Diri	70.08	6.863	66	14.6	Tinggi

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 139

Berdasarkan tabel 20, di atas, dapat diketahui gambaran sebaran data secara umum pada subjek penelitian mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman. Hasil pengukuran melalui skala prokrastinasi akademik yang telah terisi diperoleh *mean* empirik 66.78 lebih besar dari *mean* hipotetik 66 dengan status tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian memiliki status tinggi pada variabel prokrastinasi akademik. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut:

**Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala Prokrastinasi Akademik**

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	f	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	$\geq 80$	Sangat Tinggi	4	4.4%
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	71 - 79	Tinggi	27	29.7%
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	62 - 70	Sedang	34	37.4%
$M - 1.5 SD < X < M + 0.5 SD$	54 - 61	Rendah	20	22.0%
$X \leq M - 1.5 SD$	$\leq 53$	Sangat Rendah	6	6.6%

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 139

Berdasarkan kategorisasi pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa anggota yang memiliki rentang nilai skala prokrastinasi akademik yang berada pada kategori sedang dengan nilai antara 62 - 70 memiliki frekuensi terbanyak, yaitu 34 anggota atau sebesar 37.4 persen, sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa/I aktivis pecinta Alam Universitas Mulawarman mengalami prokrastinasi akademik dalam kategori sedang.

Hasil pengukuran melalui skala komitmen organisasi menghasilkan *mean* empirik 75.35 lebih besar dari *mean* hipotetik 63 dengan status tinggi, hal ini membuktikan bahwa subjek penelitian memiliki status tinggi pada variabel komitmen organisasi. Adapun sebaran frekuensi data skala komitmen organisasi adalah sebagai berikut:

**Tabel 22. Kategorisasi Skor Skala Komitmen Organisasi**

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	f	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	$\geq 91$	Sangat Tinggi	4	4.4%
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	80 - 90	Tinggi	25	27.5%
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	70 - 79	Sedang	37	40.7%
$M - 1.5 SD < X < M + 0.5 SD$	60 - 69	Rendah	20	22%
$X \leq M - 1.5 SD$	$\leq 59$	Sangat Rendah	5	5.5%

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 139

Berdasarkan kategorisasi pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa anggota yang memiliki rentang nilai skala komitmen organisasi yang berada pada kategori sedang dengan nilai antara 70 - 79 memiliki frekuensi terbanyak, yaitu 37

anggota atau sebesar 40.7 persen, sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa/I aktivis pecinta Alam Universitas Mulawarman memiliki komitmen organisasi dalam kategori sedang.

Hasil pengukuran melalui skala regulasi diri menghasilkan *mean* empirik 70.08 lebih besar dari *mean* hipotetik 66 dengan status tinggi, hal ini membuktikan bahwa subjek penelitian memiliki status tinggi pada variabel regulasi diri. Adapun sebaran frekuensi data skala regulasi diri adalah sebagai berikut:

**Tabel 23. Kategorisasi Skor Skala Regulasi Diri**

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	f	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	$\geq 80$	Sangat Tinggi	6	6.6%
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	73 - 79	Tinggi	30	33%
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	67 - 72	Sedang	26	28.6%
$M - 1.5 SD < X < M + 0.5 SD$	60 - 66	Rendah	22	24.2%
$X \leq M - 1.5 SD$	$\leq 59$	Sangat Rendah	7	7.7%

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 139

Berdasarkan kategorisasi pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa anggota yang memiliki rentang nilai skala regulasi diri yang berada pada kategori tinggi dengan nilai antara 73 - 79 memiliki frekuensi terbanyak, yaitu 30 anggota atau sebesar 33 persen, sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa/I aktivis pecinta Alam Universitas Mulawarman memiliki regulasi diri dalam kategori tinggi.

### 3. Hasil Uji Asumsi

#### a. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat penyimpangan frekuensi observasi yang diteliti berdasarkan frekuensi teoretis. Uji normalitas data dapat dilakukan dengan membandingkan probabilitas nilai Kolmogorov-Smirnov dengan taraf

signifikansi  $\alpha$  sebesar 0.05 (5%). Norma yang digunakan yaitu, jika nilai Sig atau  $p > 0.05$  maka sebaran data berdistribusi normal, sebaliknya jika nilai Sig atau  $p < 0.05$  maka sebaran data berdistribusi tidak normal (Santoso, 2012).

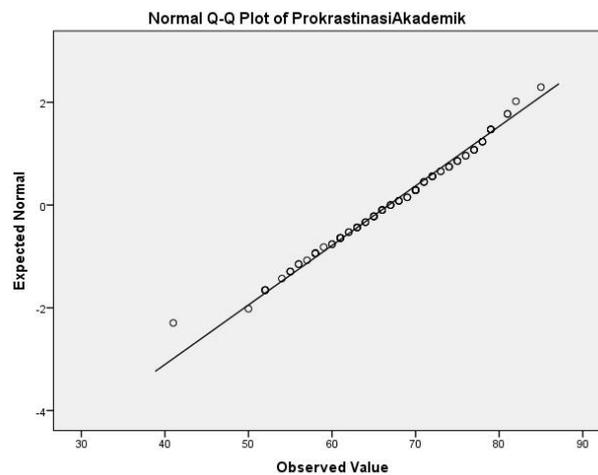
**Tabel 24. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	p	Keterangan
Prokrastinasi Akademik	0.074	0.200	Normal
Komitmen Organisasi	0.091	0.063	Normal
Regulasi Diri	0.079	0.200	Normal

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 140

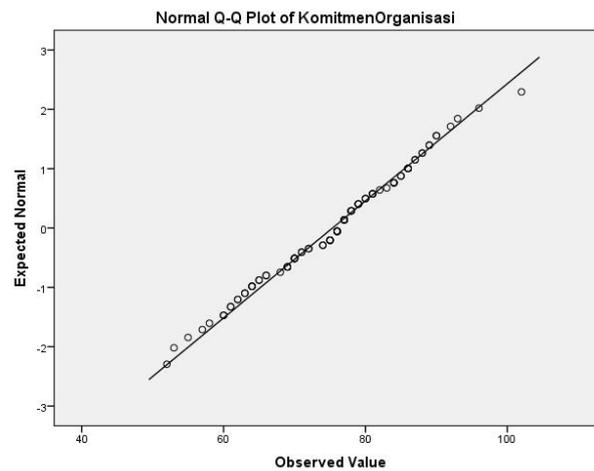
Berikut adalah gambar normal *Q-Q Plot* masing-masing variabel penelitian keluaran SPSS versi 21.0 *for Windows*:

### 1) Prokrastinasi Akademik



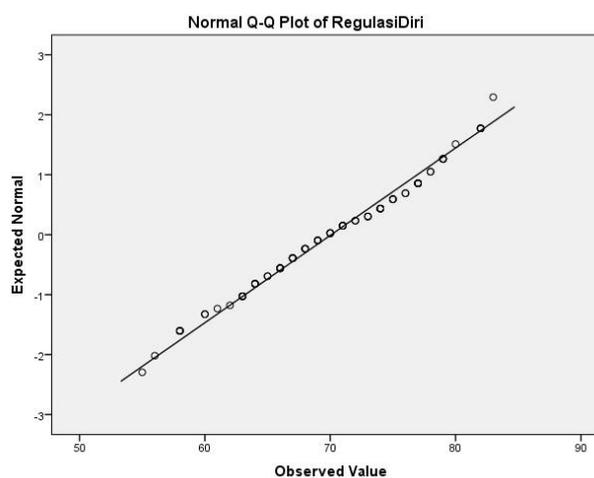
**Gambar 2. *QQ Plot* Prokrastinasi Akademik**

## 2) Komitmen Organisasi



**Gambar 3. *QQ Plot* Komitmen Organisasi**

## 3) Regulasi Diri



**Gambar 4. *QQ Plot* Regulasi Diri**

Berikut interpretasi tabel 24 hasil uji asumsi normalitas:

- 1) Hasil uji asumsi normalitas sebaran data variabel prokrastinasi akademik menghasilkan nilai Z sebesar 0.074 dan nilai p sebesar 0.200 ( $p > 0.05$ ), sehingga berdasarkan kaidah hasil uji butir-butir pernyataan skala prokrastinasi akademik dinyatakan normal.

- 2) Hasil uji asumsi normalitas sebaran data variabel komitmen organisasi menghasilkan nilai Z sebesar 0.091 dan nilai p sebesar 0.063 ( $p > 0.05$ ), sehingga berdasarkan kaidah hasil uji butir-butir pernyataan skala komitmen organisasi dinyatakan normal.
- 3) Hasil uji asumsi normalitas sebaran data variabel regulasi diri menghasilkan nilai Z sebesar 0.079 dan nilai p sebesar 0.200 ( $p > 0.05$ ), sehingga berdasarkan kaidah hasil uji butir-butir pernyataan skala regulasi diri dinyatakan normal.

Berdasarkan tabel 24 dapat disimpulkan bahwa dari ketiga variabel penelitian yaitu prokrastinasi akademik, komitmen organisasi, dan regulasi diri seluruhnya memiliki sebaran data yang normal.

#### **b. Hasil Uji Linearitas**

Uji asumsi linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel terikat dengan variabel bebas. Linearitas ialah keadaan dimana hubungan antar variabel terikat dengan variabel bebas bersifat linear (garis lurus) dalam *range* variabel tertentu (Santoso, 2012). Adapun kaidah dalam uji linearitas adalah apabila nilai *deviant from linearity*  $p > 0.05$  atau nilai F hitung  $< F$  tabel pada taraf signifikansi 5% (0.05), maka hubungan dinyatakan linear (Gunawan, 2013). Hasil uji linearitas antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 25. Hasil Uji Linearitas**

Variabel			F Hitung	F Tabel	p	Keterangan
Prokrastinasi Akademik	Komitmen Organisasi	-	2.119	3.10	0.006	Linear
Prokrastinasi Akademik	Regulasi Diri	-	0.877	3.10	0.629	Linear

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.141

Berdasarkan tabel 25 di atas, didapatkan hasil:

- 1) Hasil uji asumsi linearitas antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel komitmen organisasi menunjukkan nilai *deviant from linearity* F hitung  $2.119 < F$  tabel 3.10, yang artinya pengaruh dinyatakan linear.
- 2) Hasil uji asumsi linearitas antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel regulasi diri menunjukkan nilai *deviant from linearity* F hitung  $0.877 < F$  tabel 3.10, yang artinya pengaruh dinyatakan linear.

### c. Hasil Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas berfungsi untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi yang signifikan antara variabel bebas, multikolinearitas terjadi apabila dua atau lebih variabel bebas saling berkorelasi kuat satu sama lain (Gunawan, 2013). Uji multikolinearitas dapat dilakukan menggunakan uji regresi dengan kaidah jika nilai VIF (*variance inflation factor*) berada di sekitar angka 1 atau memiliki nilai *tolerance* mendekati 1, maka dapat dikatakan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model regresi (Gunawan, 2013).

Jika koefisien *tolerance*  $< 1$  atau koefisien nilai VIF  $< 10$ , maka sebaran data tersebut dinyatakan unmultikol, namun jika koefisien *tolerance*  $> 1$  atau koefisien VIF  $> 10$  maka sebaran data tersebut dinyatakan multikol (Gunawan,

2013). Hasil uji multikolinearitas antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 26. Hasil Uji Multikolinearitas**

Variabel			<i>Tolerance</i>	VIF	Keterangan
Prokrastinasi	Akademik	-	0.954	1.048	Unmultikol
Komitmen Organisasi					
Prokrastinasi	Akademik	-	0.954	1.048	Unmultikol
Regulasi Diri					

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.141

Berdasarkan tabel 26, diketahui hasil uji multikolinearitas antar variabel bebas komitmen organisasi dengan variabel terikat prokrastinasi akademik menghasilkan nilai VIF sebesar  $1.048 < 10$  dan memiliki koefisien *tolerance* sebesar  $0.954 < 1$ , yang berarti dalam regresi antara komitmen organisasi dengan prokrastinasi akademik tidak terjadi multikolinearitas.

Hasil uji multikolinearitas antar variabel bebas regulasi diri dengan variabel terikat prokrastinasi akademik mendapatkan hasil nilai VIF sebesar  $1.048 < 10$  serta memiliki koefisien *tolerance* sebesar  $0.954 < 1$ , sehingga dapat dikatakan bahwa dalam regresi antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik tidak terjadi multikolinearitas.

#### **d. Hasil Uji Heteroskedastitas**

Uji heteroskedastitas merupakan uji yang menilai apakah ada ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi linear. Model regresi yang baik tidak terjadi heteroskedastitas. Apabila asumsi heteroskedastitas tidak terpenuhi, maka model regresi dinyatakan tidak valid. Kaidah yang digunakan dalam uji asumsi ini yaitu apabila nilai  $t$  hitung  $< t$  tabel pada taraf signifikansi 0.05 atau nilai  $p > 0.05$ , maka sebaran data tersebut

dinyatakan tidak heteroskedastitas. Hasil uji heteroskedastitas disajikan dalam tabel di bawah ini:

**Tabel 27. Hasil Uji Heteroskedastitas**

Variabel	T Hitung	T Tabel	p	Keterangan
Komitmen Organisasi	0.192	1.987	0.848	Tidak Heteroskedastitas
Regulasi Diri	1.648	1.987	0.103	Tidak Heteroskedastitas

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.142

Berdasarkan tabel 27 di atas, didapatkan hasil bahwa tidak terjadi heteroskedastitas pada seluruh model regresi variabel bebas dalam penelitian ini, sebab nilai signifikansi yang diperoleh dari pengujian dengan metode *Glejser* pada variabel komitmen organisasi dan regulasi diri diperoleh nilai p lebih besar dari 0.05 terhadap *absolute residual* (Abs\_Res) secara parsial, serta nilai t hitung lebih kecil dari nilai t tabel.

#### e. Hasil Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi dapat dilakukan dengan dengan uji Durbin-Watson, bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya gejala autokorelasi antara variabel-variabel bebas yang berasal dari data *time series*. Terdapat beberapa kaidah yang digunakan untuk menyimpulkan hasil uji autokorelasi, yaitu:

- 1) Jika nilai  $d_U < d < 4-d_U$ , maka sebaran data tersebut tidak terdapat autokorelasi.
- 2) Jika nilai  $d < d_L$  atau  $d > 4-d_L$ , maka sebaran data tersebut terdapat autokorelasi.
- 3) Jika nilai  $d_L < d < d_U$  atau  $4-d_U < d < 4-d_L$ , maka tidak ada kesimpulan.

Berikut tabel hasil uji asumsi autokorelasi:

**Tabel 28. Hasil Uji Autokorelasi**

Durbin-Watson	dL	dU	Keterangan
1.548	1.6143	1.7040	Terdapat Autokorelasi

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.142

Berdasarkan tabel 28, nilai pada tabel Durbin-Watson pada  $\alpha = 5\%$  ;  $n=91$  ;  $k=2$  yaitu  $dL = 1.6143$  dan  $dU = 1.7040$ . Hasil olah data menunjukkan nilai  $d$  1.548 lebih kecil dari nilai  $dL$  1.6143, yang berarti terdapat gejala autokorelasi antara variabel-variabel bebas yang berasal dari data *time series* dalam model regresi linear tersebut.

#### 4. Hasil Uji Hipotesis: Analisis Regresi Linear Berganda

##### a. Analisis Regresi Linear Model Penuh

Hipotesis penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh antara komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman. Teknik analisis yang digunakan dalam uji hipotesis ini adalah analisis linear berganda. Kaidah yang digunakan dalam analisis regresi model penuh ialah jika nilai  $F$  hitung  $>$   $F$  tabel pada taraf signifikansi 0.05 atau nilai  $p < 0.05$ , maka hipotesis mayor diterima. Berdasarkan hasil pengujian regresi model penuh pada variabel komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 29. Hasil Uji Hipotesis Analisis Regresi Model Penuh**

Variabel	F Hitung	F Tabel	R <sup>2</sup>	p
Prokrastinasi Akademik (Y)				
Komitmen Organisasi (X <sub>1</sub> )	0.115	3.10	0.003	0.891
Regulasi Diri (X <sub>2</sub> )				

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.142

Berdasarkan tabel 29, didapatkan hasil yang menunjukkan nilai  $F$  hitung 0.115 lebih kecil dari nilai  $F$  tabel 3.10 yang berarti komitmen organisasi dan

regulasi diri tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai  $R^2 = 0.003$  dan  $p = 0.891$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor penelitian ini ditolak.

#### b. Analisis Regresi Linear Sederhana

Kaidah yang digunakan dalam analisis regresi model sederhana ialah jika nilai  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel pada taraf signifikansi 0.05 atau nilai  $p < 0.05$  maka hipotesis minor diterima. Hasil analisis regresi model sederhana disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 30. Hasil Uji Hipotesis Analisis Regresi Model Sederhana**

Variabel	Beta	T Hitung	T tabel	P
Komitmen Organisasi ( $X_1$ ) - Prokrastinasi Akademik (Y)	0.032	0.292	1.987	0.771
Regulasi Diri ( $X_2$ ) - Prokrastinasi Akademik (Y)	-0.047	-0.435	1.987	0.664

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 143

Berdasarkan tabel 30, dapat diketahui bahwa  $t$  hitung  $<$   $t$  tabel yang artinya tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai  $\beta = 0.032$ ,  $t$  hitung 0.292 jauh lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987, dan  $p = 0.771$  ( $p > 0.05$ ). Kemudian pada variabel regulasi diri didapatkan hasil  $t$  hitung -0.435 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 yang artinya juga tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai  $\beta = -0.047$  dan  $p = 0.664$  ( $p > 0.05$ ).

#### 5. Hasil Uji Hipotesis Tambahan

Uji hipotesis tambahan dalam penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara lebih spesifik dan mendalam mengenai keterkaitan antar variabel, baik pengaruh maupun hubungan antar aspek-aspek variabel bebas

dengan aspek-aspek variabel terikat. Uji hipotesis tambahan ini menggunakan analisis *multivariate*, regresi parsial, dan model akhir.

Analisis *multivariate* merupakan metode statistik yang dikembangkan untuk mengetahui apakah rata-rata kelompok berbeda secara signifikan atau tidak, kemudian untuk mengetahui variabel bebas apa saja yang memengaruhi perbedaan antar kelompok tersebut (Widarjono, 2015). Kemudian, uji analisis regresi model akhir bertujuan untuk mengetahui hasil akhir signifikansi tertinggi pengaruh aspek-aspek variabel bebas dengan masing-masing aspek variabel terikat. Kaidah yang digunakan dalam analisis *multivariate* dan analisis regresi model akhir yaitu jika nilai  $f$  hitung  $>$   $f$  tabel pada taraf signifikansi 0.05, dan nilai  $p < 0.05$ , maka memiliki hubungan yang sangat signifikan. Sebaliknya, jika nilai  $f$  hitung  $<$   $f$  tabel dan nilai  $p > 0.05$ , maka tidak memiliki hubungan yang signifikan (Gunawan, 2013).

Selanjutnya, uji analisis regresi parsial bertujuan untuk mengukur korelasi antar dua variabel dengan mengeluarkan pengaruh dari satu atau beberapa variabel lain (Santoso, 2012). Kaidah yang digunakan untuk uji regresi parsial adalah jika nilai  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel pada taraf signifikansi 0.05 dan  $p < 0.05$ , maka dapat dinyatakan memiliki hubungan yang positif dan signifikan, jika memenuhi kedua kaidah namun terdapat tanda negatif (-) di depan angka, maka memiliki hubungan yang negatif dan signifikan. Sementara itu, jika nilai  $t$  hitung  $<$   $t$  tabel dan nilai  $p > 0.05$  maka tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Pada tabel berikut ini akan disajikan hasil uji hipotesis analisis *multivariate*:

**Tabel 31. Hasil Uji Hipotesis Analisis *Multivariate Model Penuh***

Aspek	F Hitung	F Tabel	R <sup>2</sup>	P
Komitmen afektif (X <sub>1</sub> ), komitmen normatif (X <sub>2</sub> ), komitmen berkelanjutan (X <sub>3</sub> ), standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (X <sub>4</sub> ), regulasi emosi (X <sub>5</sub> ), instruksi diri (X <sub>6</sub> ), pengawasan diri (X <sub>7</sub> ), evaluasi diri (X <sub>8</sub> ), kontingensi yang ditetapkan sendiri (X <sub>9</sub> ) terhadap <i>perceived time</i> (Y <sub>1</sub> )	5.506	3.10	0.380	0.000
Terhadap <i>intention-action gap</i> (Y <sub>2</sub> )	2.076	3.10	0.187	0.041
Terhadap <i>emotional-distress</i> (Y <sub>3</sub> )	4.649	3.10	0.341	0.000
Terhadap <i>perceived Ability</i> (Y <sub>4</sub> )	4.919	3.10	0.353	0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 143

Berdasarkan tabel 31 di atas, dapat diketahui bahwa aspek-aspek dalam variabel X yaitu komitmen afektif (X<sub>1</sub>), komitmen normatif (X<sub>2</sub>), komitmen berkelanjutan (X<sub>3</sub>), standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (X<sub>4</sub>), regulasi emosi (X<sub>5</sub>), instruksi diri (X<sub>6</sub>), pengawasan diri (X<sub>7</sub>), evaluasi diri (X<sub>8</sub>), kontingensi yang ditetapkan sendiri (X<sub>9</sub>) memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap aspek *perceived tie* (Y<sub>1</sub>) dengan nilai R<sup>2</sup>= 0.380 (38 persen), F hitung 5.506 lebih besar dari F tabel 3.10 (F hitung > F tabel), serta nilai p= 0.000.

Pada aspek *intention-action gap* (Y<sub>2</sub>) juga memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai R<sup>2</sup>= 0.187 (18.7 persen), F hitung 2.076 lebih kecil dari F tabel 3.10 (F hitung < F tabel), dan nilai p= 0.041 (p< 0.05), Kemudian pada aspek *emotional-distress* (Y<sub>3</sub>) terhadap aspek-aspek variabel X memiliki pengaruh

yang sangat signifikan dengan nilai  $R^2 = 0.341$  (34.1 persen), F hitung 4.649 lebih besar dari F tabel 3.10 (F hitung > F tabel), dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ).

Terakhir, pada aspek *perceived Ability* ( $Y_4$ ) terhadap aspek-aspek variabel X memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai  $R^2 = 0.353$  (35.3 persen), F hitung 4.919 lebih besar dari F tabel 3.10 (F hitung > F tabel), dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ).

Selanjutnya, berturut-turut akan disajikan hasil analisis regresi parsial dan analisis model penuh:

**Tabel 32. Hasil Analisis Regresi Parsial: *Perceived Time* ( $Y_1$ )**

Aspek	Beta	T Hitung	T Tabel	P
<b>Komitmen afektif (<math>X_1</math>)</b>	<b>-0.268</b>	<b>-2.974</b>	<b>1.987</b>	<b>0.004</b>
<b>Komitmen normatif (<math>X_2</math>)</b>	<b>0.253</b>	<b>2.057</b>	<b>1.987</b>	<b>0.043</b>
Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ )	0.183	1.660	1.987	0.101
<b>Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (<math>X_4</math>)</b>	<b>-0.725</b>	<b>-3.499</b>	<b>1.987</b>	<b>0.001</b>
<b>Regulasi emosi (<math>X_5</math>)</b>	<b>0.553</b>	<b>2.908</b>	<b>1.987</b>	<b>0.005</b>
Instruksi diri ( $X_6$ )	-0.229	-1.246	1.987	0.216
Pengawasan diri ( $X_7$ )	0.039	0.205	1.987	0.838
Evaluasi diri ( $X_8$ )	-0.090	-0.498	1.987	0.620
Kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ )	-0.190	-1.103	1.987	0.273

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 145

Pada tabel 32 di atas, dapat dilihat bahwa aspek komitmen afektif ( $X_1$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.268$ , dengan t hitung -2.974 lebih besar dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.004$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh yang negatif signifikan. Aspek komitmen normatif ( $X_2$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.253$ , dengan t hitung 2.057 lebih besar dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.043$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh positif signifikan. Aspek komitmen berkelanjutan ( $X_3$ )

terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.183$ , dengan  $t$  hitung 1.660 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.101$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.725$ , dengan  $t$  hitung -3.499 lebih besar dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh yang negatif signifikan.

Kemudian pada aspek regulasi emosi ( $X_5$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.553$ , dengan  $t$  hitung 2.908 lebih besar dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.005$  ( $p < 0.05$ ) yang bermakna memiliki pengaruh yang positif signifikan. Aspek instruksi diri ( $X_6$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.229$ , dengan  $t$  hitung -1.246 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.216$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek pengawasan diri ( $X_7$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.039$ , dengan  $t$  hitung 0.205 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.838$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek evaluasi diri ( $X_8$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.090$ , dengan  $t$  hitung -0.498 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.620$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ ) terhadap *perceived time* ( $Y_1$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.190$ , dengan  $t$  hitung --1.103 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.273$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Signifikansi aspek Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ), Regulasi emosi ( $X_5$ ), Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ),

Komitmen afektif ( $X_1$ ), dan Komitmen normatif ( $X_2$ ) disajikan pada tabel analisis regresi model akhir di bawah ini:

**Tabel 33. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: Perceived Time ( $Y_1$ )**

Aspek	F Hitung	F Tabel	R <sup>2</sup>	P
Regresi X ( $X_4, X_5, X_3, X_1$ dan $X_2$ )	9.096	3.10	0.349	0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.147

Berdasarkan tabel 33, diketahui bahwa aspek Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ), Regulasi emosi ( $X_5$ ), Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ), Komitmen afektif ( $X_1$ ), dan Komitmen normatif ( $X_2$ ) memiliki hubungan yang sangat signifikan terhadap aspek *Perceived Time* ( $Y_1$ ) mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, dibuktikan dengan nilai  $R^2 = 0.349$  (34.9 persen), F hitung 9.096 lebih besar dari F tabel 3.10 (F hitung > F tabel), dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ).

Selanjutnya, hasil analisis regresi parsial aspek *intention-action gap* ( $Y_2$ ) akan disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 34. Hasil Analisis Regresi Parsial: *intention-action gap* ( $Y_2$ )**

Aspek	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Komitmen afektif ( $X_1$ )	0.003	0.034	1.987	0.973
Komitmen normatif ( $X_2$ )	-0.118	-0.989	1.987	0.326
<b>Komitmen berkelanjutan (<math>X_3</math>)</b>	<b>0.215</b>	<b>2.017</b>	<b>1.987</b>	<b>0.047</b>
Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ )	-0.331	-1.653	1.987	0.102
Regulasi emosi ( $X_5$ )	0.219	1.191	1.987	0.237
Instruksi diri ( $X_6$ )	-0.111	-0.623	1.987	0.535
Pengawasan diri ( $X_7$ )	-0.080	-0.438	1.987	0.662
Evaluasi diri ( $X_8$ )	-0.033	-0.188	1.987	0.851
Kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ )	0.147	0.884	1.987	0.380

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 145

Pada tabel 34 di atas, dapat dilihat bahwa aspek komitmen afektif ( $X_1$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.003$ , dengan  $t$  hitung 0.034 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.973$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek komitmen normatif ( $X_2$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.118$ , dengan  $t$  hitung -0.989 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.326$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.215$  dengan  $t$  hitung 2.017 lebih besar dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.047$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh positif signifikan. Aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.331$ , dengan  $t$  hitung -1.653 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.102$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan.

Kemudian pada aspek regulasi emosi ( $X_5$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.219$ , dengan  $t$  hitung 1.191 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.237$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek instruksi diri ( $X_6$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.111$ , dengan  $t$  hitung -0.623 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.535$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek pengawasan diri ( $X_7$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.080$ , dengan  $t$  hitung -0.438 lebih kecil dari  $t$  tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.662$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh

yang signifikan. Aspek evaluasi diri ( $X_8$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.033$ , dengan t hitung  $-0.188$  lebih kecil dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.851$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ ) terhadap *intention-action gap* ( $Y_2$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.147$ , dengan t hitung  $0.884$  lebih kecil dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.380$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Signifikansi aspek Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) dan Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) disajikan pada tabel analisis regresi model akhir di bawah ini:

**Tabel 35. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: *intention-action gap* ( $Y_2$ )**

Aspek	F Hitung	F Tabel	R <sup>2</sup>	P
Regresi X ( $X_4$ dan $X_3$ )	6.719	3.10	0.132	0.002

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.148

Berdasarkan tabel 35, diketahui bahwa aspek Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) dan Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) memiliki hubungan yang sangat signifikan terhadap aspek *intention-action gap* ( $Y_2$ ) mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, dibuktikan dengan nilai  $R^2 = 0.132$  (13.2 persen), F hitung  $6.719$  lebih besar dari F tabel  $3.10$  (F hitung  $>$  F tabel), dan nilai  $p = 0.002$  ( $p < 0.05$ ).

Selanjutnya, hasil analisis regresi parsial aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ) akan disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 36. Hasil Analisis Regresi Parsial: *Emotional-distress* (Y<sub>3</sub>)**

Aspek	Beta	T Hitung	T Tabel	P
<b>Komitmen afektif (X<sub>1</sub>)</b>	<b>-0.217</b>	<b>-2.629</b>	<b>1.987</b>	<b>0.010</b>
Komitmen normatif (X <sub>2</sub> )	-0.085	-0.751	1.987	0.455
<b>Komitmen berkelanjutan (X<sub>3</sub>)</b>	<b>0.383</b>	<b>3.798</b>	<b>1.987</b>	<b>0.000</b>
Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (X <sub>4</sub> )	0.033	0.173	1.987	0.863
<b>Regulasi emosi (X<sub>5</sub>)</b>	<b>0.422</b>	<b>2.423</b>	<b>1.987</b>	<b>0.018</b>
Instruksi diri (X <sub>6</sub> )	-0.160	-0.947	1.987	0.347
Pengawasan diri (X <sub>7</sub> )	0.305	1.770	1.987	0.081
Evaluasi diri (X <sub>8</sub> )	-0.037	-0.225	1.987	0.822
Kontingensi yang ditetapkan sendiri (X <sub>9</sub> )	-0.040	-0.254	1.987	0.800

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 146

Pada tabel 36 di atas, dapat dilihat bahwa aspek komitmen afektif (X<sub>1</sub>) terhadap *emotional-distress* (Y<sub>3</sub>) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.217$ , dengan t hitung -2.629 lebih besar dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.010$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh negatif signifikan. Aspek komitmen normatif (X<sub>2</sub>) terhadap *emotional-distress* (Y<sub>3</sub>) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.085$ , dengan t hitung -0.751 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.455$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek komitmen berkelanjutan (X<sub>3</sub>) terhadap *emotional-distress* (Y<sub>3</sub>) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.383$ , dengan t hitung 3.798 lebih besar dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh positif signifikan. Aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (X<sub>4</sub>) terhadap *emotional-distress* (Y<sub>3</sub>) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.033$ , dengan t hitung 0.173 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.863$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan.

Kemudian pada aspek regulasi emosi ( $X_5$ ) terhadap *emotional-distress* ( $Y_3$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.422$ , dengan t hitung 2.423 lebih besar dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.018$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh positif signifikan. Aspek instruksi diri ( $X_6$ ) terhadap *emotional-distress* ( $Y_3$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.160$ , dengan t hitung -0.947 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.347$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek pengawasan diri ( $X_7$ ) terhadap *emotional-distress* ( $Y_3$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.305$ , dengan t hitung 1.770 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.081$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek evaluasi diri ( $X_8$ ) terhadap *emotional-distress* ( $Y_3$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.037$ , dengan t hitung -0.225 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.822$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ ) terhadap *emotional-distress* ( $Y_3$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.040$ , dengan t hitung --0.254 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p = 0.800$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Signifikansi aspek Regulasi emosi ( $X_5$ ), Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ), Komitmen afektif ( $X_1$ ), dan Pengawasan diri ( $X_7$ ) disajikan pada tabel analisis regresi model akhir di bawah ini:

**Tabel 37. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: *emotional-distress* ( $Y_3$ )**

Aspek	F Hitung	F Tabel	R <sup>2</sup>	P
Regresi X ( $X_5$ , $X_3$ , $X_1$ , dan $X_7$ )	10.340	3.10	0.325	0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal.148

Berdasarkan tabel 37, diketahui bahwa aspek Komitmen afektif ( $X_1$ ), Regulasi emosi ( $X_5$ ), Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ), Komitmen afektif ( $X_1$ ), dan

Pengawasan diri ( $X_7$ ) memiliki hubungan yang sangat signifikan terhadap aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ) mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, dibuktikan dengan nilai  $R^2= 0.325$  (32.5 persen), F hitung 10.340 lebih besar dari F tabel 3.10 (F hitung > F tabel), dan nilai  $p= 0.000$  ( $p<0.05$ ).

Selanjutnya, hasil analisis regresi parsial aspek *perceived Ability* ( $Y_4$ ) akan disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 38. Hasil Analisis Regresi Parsial: *perceived Ability* ( $Y_4$ )**

Aspek	Beta	T Hitung	T Tabel	P
Komitmen afektif ( $X_1$ )	-0.218	-1.647	1.987	0.104
Komitmen normatif ( $X_2$ )	0.109	1.025	1.987	0.308
Komitmen berkelanjutan ( $X_3$ )	0.106	1.110	1.987	0.270
<b>Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (<math>X_4</math>)</b>	<b>-0.696</b>	<b>-3.885</b>	<b>1.987</b>	<b>0.000</b>
<b>Regulasi emosi (<math>X_5</math>)</b>	<b>0.404</b>	<b>2.457</b>	<b>1.987</b>	<b>0.016</b>
Instruksi diri ( $X_6$ )	-0.141	-0.888	1.987	0.377
Pengawasan diri ( $X_7$ )	0.220	1.352	1.987	0.180
Evaluasi diri ( $X_8$ )	-0.008	-0.053	1.987	0.958
Kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ )	0.059	0.398	1.987	0.691

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 146

Pada tabel 38 di atas, dapat dilihat bahwa aspek komitmen afektif ( $X_1$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta= -0.218$ , dengan t hitung -1.647 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p= 0.104$  ( $p> 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek komitmen normatif ( $X_2$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta= 0.109$ , dengan t hitung 1.025 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p= 0.308$  ( $p> 0.05$ ) yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta= 0.106$ , dengan t hitung 1.110 lebih kecil dari t tabel 1.987 dan nilai  $p= 0.270$  ( $p> 0.05$ )

yang berarti tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.696$ , dengan t hitung  $-3.885$  lebih besar dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh yang negatif signifikan.

Kemudian pada aspek regulasi emosi ( $X_5$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.404$ , dengan t hitung  $2.457$  lebih besar dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.016$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki pengaruh yang positif signifikan. Aspek instruksi diri ( $X_6$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.141$ , dengan t hitung  $-0.888$  lebih kecil dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.377$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek pengawasan diri ( $X_7$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.220$ , dengan t hitung  $1.352$  lebih kecil dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.180$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek evaluasi diri ( $X_8$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = -0.008$ , dengan t hitung  $-0.053$  lebih kecil dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.958$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Aspek kontingensi yang ditetapkan sendiri ( $X_9$ ) terhadap *perceived Ability* ( $Y_4$ ) menghasilkan nilai koefisien  $\beta = 0.059$ , dengan t hitung  $0.398$  lebih kecil dari t tabel  $1.987$  dan nilai  $p = 0.691$  ( $p > 0.05$ ) yang bermakna tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Signifikansi aspek Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ), Regulasi emosi ( $X_5$ ), dan Pengawasan diri ( $X_7$ ) disajikan pada tabel analisis regresi model akhir di bawah ini:

**Tabel 39. Hasil Analisis Regresi Model Akhir: *perceived Ability* (Y4)**

Aspek	F Hitung	F Tabel	R <sup>2</sup>	P
Regresi X (X <sub>4</sub> , X <sub>5</sub> , dan X <sub>7</sub> )	12.392	3.10	0.299	0.000

Sumber: lampiran data hasil olah SPSS hal. 149

Berdasarkan tabel 39, diketahui bahwa aspek Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri (X<sub>4</sub>) dan Regulasi emosi (X<sub>5</sub>) memiliki hubungan yang sangat signifikan terhadap aspek *perceived Ability* (Y<sub>4</sub>) mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, dibuktikan dengan nilai R<sup>2</sup>= 0.299 (29.9 persen), F hitung 12.392 lebih besar dari F tabel 3.10 (F hitung > F tabel), dan nilai p= 0.000 (p<0.05).

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman. Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman dengan rentang usia 18 tahun sampai dengan 26 tahun. Hasil analisis regresi model penuh penelitian ini menunjukkan hasil ternyata tidak terdapat pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman. Kontribusi pengaruh (R<sup>2</sup>) yang dihasilkan dari analisis regresi model penuh hanya sebesar 0.3 persen sementara 99.7 persen dipengaruhi variabel lain, dengan kata lain H<sub>1</sub> hipotesis mayor penelitian ini ditolak.

Faktor-faktor yang menjadi penyebab lain dalam prokrastinasi akademik mahasiswa sebagaimana pendapat Fauziah (2015) yaitu faktor internal berupa

kelelahan fisik, tidak memahami tugas yang diberikan, tidak menguasai materi perkuliahan, munculnya rasa malas dalam diri mahasiswa akibat kurang motivasi, tidak dapat mengatur waktu dengan baik, mahasiswa tidak tertarik dengan mata kuliah tertentu, dan suasana hati. Kemudian faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa yaitu tingkat kesulitan tugas yang diterima, sulit menemukan referensi untuk tugas yang diterima, tenggat waktu pengumpulan tugas yang masih lama, tidak memiliki fasilitas yang menunjang kebutuhan mahasiswa, serta aktivitas lain diluar kampus seperti; kegiatan organisasi, acara keluarga, dan bekerja.

Pernyataan di atas memiliki kesesuaian dengan hasil wawancara tambahan yang dilakukan peneliti terhadap subjek WG yaitu, salah satu penyebab kelulusannya tertunda ialah tingkat kesulitan tugas akhir yang sedang ia kerjakan dan kesulitan mencari referensi untuk penelitiannya. Subjek WG lebih dari tiga kali mengganti judul penelitiannya atas saran dosen pembimbingnya yang juga merupakan ketua tim dari riset yang sedang dilakukan, selain itu subjek WG juga sangat sulit menemukan referensi berbahasa Indonesia karena penelitian tersebut belum pernah dilakukan di Indonesia.

Selanjutnya, hasil uji hipotesis analisis regresi model sederhana menunjukkan variabel bebas pertama ( $X_1$ ) yaitu komitmen organisasi tidak memiliki pengaruh terhadap variabel terikat prokrastinasi akademik ( $Y$ ), hal ini dikarenakan hasil yang didapatkan melalui analisis regresi model sederhana pengaruh variabel komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik tidak memenuhi kaidah yang digunakan dalam uji hipotesis ini sehingga  $H_1$  hipotesis

minor ditolak. Penelitian ini menunjukkan hasil yang berbeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa mahasiswa yang memiliki komitmen organisasi tinggi memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik (Atiyaf, 2019). Namun ada pula penelitian yang menyatakan bahwa komitmen organisasi tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik, seperti pada penelitian Khadafy (2018) dimana komitmen organisasi hanya memiliki kontribusi pengaruh sebesar 8.4 persen terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Berdasarkan hasil uji deskriptif diketahui bahwa variabel komitmen organisasi memiliki status tinggi, yang artinya secara garis besar mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman memiliki komitmen organisasi yang tinggi. Intensitas keterlibatan mahasiswa dalam mengikuti agenda organisasi dapat menumbuhkan komitmen organisasi yang tinggi sebagaimana pendapat Allen dan Meyer (dalam Atiyaf, 2019). Komitmen organisasi yang tinggi tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman karena menurut Greenberg dan Baron (dalam Khadafy, 2018) orang-orang dengan komitmen organisasi yang tinggi adalah orang-orang yang lebih stabil dan produktif.

Pada penelitian ini, selain mengukur variabel komitmen organisasi juga mengukur variabel regulasi diri. Hasil uji hipotesis analisis regresi model sederhana menunjukkan variabel bebas kedua ( $X_2$ ) yaitu regulasi diri tidak memiliki pengaruh terhadap variabel terikat prokrastinasi akademik ( $Y$ ), hal ini dikarenakan hasil yang didapatkan melalui analisis regresi model sederhana

pengaruh variabel regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik tidak memenuhi kaidah yang digunakan dalam uji hipotesis ini sehingga  $H_1$  hipotesis minor ditolak.

Hasil analisis regresi sederhana variabel regulasi diri juga menunjukkan hasil yang berbeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian terdahulu terkait pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik membuktikan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut, artinya semakin rendah regulasi diri maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik (Hendrianur 2014, Ardina 2016, dan Azzahra 2019). Sayangnya, peneliti belum menemukan penelitian terdahulu yang mendukung hasil penelitian ini karena mayoritas menunjukkan hasil dengan hubungan yang tinggi antara variabel regulasi diri dan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil uji deskriptif, diketahui bahwa variabel regulasi diri memiliki status tinggi, yang artinya secara garis besar mahasiswa aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman memiliki regulasi diri yang tinggi. Mahasiswa dapat dikatakan memiliki regulasi diri yang baik jika tindakan dan pikirannya berada dalam kendalinya sendiri, tidak terpengaruh lingkungan maupun orang lain. Zimmerman dan Schunk (dalam Schunk, 2012) mendefinisikan regulasi diri sebagai proses dimana individu secara sistematis mengarahkan pikiran, perasaan, dan tindakan terhadap pencapaian tujuan.

Aspek variabel terikat yang pertama adalah *perceived time* ( $Y_1$ ), berkaitan dengan kesadaran mahasiswa akan jangka waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan. Surijah dan Tjundjing (dalam Hasanah, 2016) berpendapat, mahasiswa yang mengalami prokrastinasi cenderung tidak

tepat dalam memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, sehingga tugas yang dikerjakan selesai tidak tepat waktu.

Berdasarkan hasil analisis model akhir, terdapat lima aspek variabel bebas yang memiliki pengaruh terhadap aspek *perceived time* ( $Y_1$ ) yaitu aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ), regulasi emosi ( $X_5$ ), komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ), komitmen afektif ( $X_1$ ), dan komitmen normatif ( $X_2$ ) dengan kontribusi pengaruh sebesar 0.349, artinya aspek *perceived time* ( $Y_1$ ) hanya dipengaruhi aspek-aspek tersebut sebesar 34.9 persen. Sementara 65.1 persen dipengaruhi oleh aspek-aspek lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil analisis regresi parsial aspek *perceived time* ( $Y_1$ ) terdapat empat aspek variabel bebas yang mempengaruhi aspek variabel terikat ini. Aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) yang mana merupakan aspek pada variabel regulasi diri memiliki pengaruh tertinggi terhadap aspek *perceived time* ( $Y_1$ ), yang berarti untuk menurunkan kecenderungan mahasiswa lupa dalam memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas maka perlu untuk meningkatkan standar dan tujuan yang ditetapkan oleh mahasiswa itu sendiri agar dapat menyelesaikan tugas tepat waktu. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Thoria (2019) bahwa terdapat hubungan antara penetapan tujuan dengan prokrastinasi akademik, apabila penetapan tujuan individu maka semakin tinggi kecenderungan prokrastinasi akademiknya.

Agar mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan tenggat waktu yang diberikan, mahasiswa perlu memiliki standar dan tujuan pribadi sebagai pendorong untuk mengarahkan dirinya sendiri mengingat pada tingkat perguruan

tinggi mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan belajar mandiri. Strategi belajar mandiri sering diasosiasikan dengan *self-regulated learning*, yang menurut Zimmerman (dalam Chotimah, 2020) merupakan suatu cara untuk mengatur proses belajar individu secara mandiri yang melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku mahasiswa. Rohmaniyah (2018) dalam penelitiannya menemukan hubungan yang cukup kuat antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik. Kemudian, Santika (2016) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa variabel *self-regulated learning* memberikan pengaruh sebesar 67% dalam menekan prokrastinasi akademik. Dalam proses *self-regulated learning*, mahasiswa akan menyusun rencana belajar berdasarkan skala prioritas serta menentukan sendiri tenggat waktu untuk menyelesaikan dan kemudian mengevaluasi tugas yang ia terima. Mahasiswa diharapkan dapat menemukan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan tugas karena dengan *self-regulated learning* mahasiswa dapat memilih, mengatur, serta menciptakan lingkungan yang dapat mengoptimalkan proses belajarnya.

Aspek-aspek variabel bebas lain yang mempengaruhi aspek *perceived time* ( $Y_1$ ) berdasarkan analisis regresi parsial yaitu aspek komitmen afektif ( $X_1$ ) dengan pengaruh negatif signifikan, aspek komitmen normatif ( $X_2$ ) dengan pengaruh positif signifikan, dan aspek regulasi emosi ( $X_5$ ) dengan pengaruh positif signifikan.

Aspek variabel terikat yang kedua adalah *intention-action gap* ( $Y_2$ ) yang berkaitan dengan kesenjangan antara keinginan dan kinerja aktual mahasiswa dalam menyelesaikan suatu tugas. Adanya kesenjangan ini mengakibatkan

keterlambatan bahkan kegagalan mahasiswa menyelesaikan tugas meskipun mahasiswa sangat ingin menuntaskannya (Surijah, dalam Hasanah 2016). Mahasiswa yang mengalami prokrastinasi mungkin sudah merencanakan untuk mengerjakan tugas, namun ketika waktu yang ditentukan telah sampai mahasiswa menunda pengerjaan tugas tersebut karena ketidaknyamanan yang ditimbulkan ketika mengerjakan tugas.

Berdasarkan hasil analisis model akhir, terdapat dua aspek variabel bebas yang memiliki pengaruh terhadap aspek *intention-action gap* ( $Y_2$ ) yaitu aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) dan komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) dengan kontribusi pengaruh sebesar 0.132, artinya aspek *intention-action gap* ( $Y_2$ ) hanya dipengaruhi aspek-aspek tersebut sebesar 13.2 persen. Sementara 86.8 persen dipengaruhi oleh aspek-aspek lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini hasil analisis regresi parsial aspek *intention-action gap* ( $Y_2$ ), aspek komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) yang merupakan aspek pada variabel komitmen organisasi memiliki pengaruh tertinggi, yang artinya untuk menurunkan kesenjangan antara keinginan dan kinerja aktual mahasiswa dalam menyelesaikan suatu tugas maka mahasiswa yang dalam penelitian ini merupakan anggota organisasi diharapkan untuk dapat menurunkan komitmen berkelanjutannya terhadap organisasi. Didukung oleh pendapat Masitoh (dalam Naibaho, 2017) yang menjelaskan bahwa mahasiswa yang aktif dalam organisasi cenderung mengalami konflik peran, dan jika mahasiswa tidak mampu mengatasi konflik peran maka akan muncul kecenderungan untuk kurang mampu

menjalankan dan menyelesaikan aktivitas akademisnya dan di organisasinya dengan baik.

Kendala dalam membagi waktu antara kuliah dan organisasi sering ditemui oleh mahasiswa aktivis. Peran ganda yang harus dijalani mahasiswa aktivis sering kali menyebabkan timbulnya kebingungan dalam menentukan prioritas antara tanggung jawabnya di organisasi atau tanggung jawab akademisnya sehingga memunculkan konflik peran dalam diri mahasiswa. Konflik peran terjadi karena adanya perbedaan kepentingan atau pertentangan akibat dua peran atau lebih (Robbins, dalam Naibaho 2017). Jika dibiarkan terus-menerus, konflik peran akan menimbulkan stress pada diri mahasiswa, ketidakpuasan dalam organisasi, serta mempengaruhi kinerja serta hubungan dengan anggota organisasi lainnya (Schermerhorn, dalam Naibaho 2017). Mahasiswa yang memiliki komitmen berkelanjutan yang tinggi, cenderung merasa tertekan dengan tanggung jawabnya dan menunjukkan performa tidak maksimal dalam berorganisasi. Penyebabnya tak lain karena komitmen berkelanjutan merupakan komitmen organisasi yang didasarkan oleh keterpaksaan untuk bertahan dalam organisasi karena menimbang kerugian yang mungkin akan diterima jika meninggalkan organisasi.

Konflik peran ditambah tekanan yang hadir karena terpaksa bertahan dalam organisasi dapat memunculkan ketidaknyamanan bagi mahasiswa yang tidak hanya berpotensi mempengaruhi kinerjanya dalam organisasi tapi juga peran akademisnya. Jika mahasiswa memiliki toleransi yang rendah terhadap ketidaknyamanan maka dapat memunculkan perilaku prokrastinasi, sebagaimana pendapat Bernard (dalam Aziz & Rahardjo, 2013) bahwa rendahnya toleransi

terhadap ketidaknyamanan merupakan salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik.

Aspek variabel terikat yang ketiga adalah *emotional-distress* ( $Y_3$ ), berkaitan dengan perasaan cemas dan tertekan yang dialami mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik (Suriyah, dalam Hasanah 2016). Berdasarkan hasil analisis model akhir, terdapat empat aspek variabel bebas yang memiliki pengaruh terhadap aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ) yaitu aspek regulasi emosi ( $X_5$ ), komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ), komitmen afektif ( $X_1$ ), dan pengawasan diri ( $X_7$ ) dengan kontribusi pengaruh sebesar 0.325, artinya aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ) hanya dipengaruhi aspek-aspek tersebut sebesar 32.5 persen. Sementara 67.5 persen dipengaruhi oleh aspek-aspek lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil analisis regresi parsial aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ) menunjukkan terdapat tiga aspek variabel bebas yang mempengaruhi aspek variabel terikat ini. Aspek komitmen berkelanjutan ( $X_3$ ) yang merupakan aspek pada variabel komitmen organisasi memiliki pengaruh tertinggi terhadap aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ), yang berarti tingginya komitmen berkelanjutan mahasiswa terhadap organisasinya berkontribusi pada tekanan emosional yang dirasakan mahasiswa yang mengalami prokrastinasi akademik. Pernyataan tersebut memiliki kesesuaian dengan pendapat Musabiq & Karimah (2018) bahwa salah satu stressor yang dialami mahasiswa ialah tanggung jawab di organisasi kampus dengan kontribusi pengaruh sebesar 20 persen.

Mahasiswa aktivis pecinta alam yang terpaksa bertahan menunjukkan performa yang tidak maksimal dalam berorganisasi untuk menghindari kerugian,

sehingga muncul tekanan emosional yang dirasakan mahasiswa. Tekanan emosional atau stress merupakan salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik. Burka dan Yuen (dalam Handayani, 2020) berpendapat bahwa stress dapat meningkatkan penundaan, dan penundaan dapat meningkatkan stress. Siklus ini sulit untuk dipisahkan dan dapat membahayakan tubuh serta kemampuan untuk melakukan performa secara efektif. Membuat kemajuan dalam mengerjakan tugas dapat membantu mahasiswa memutus siklus tersebut serta perasaan gugup dan tertekan yang dirasakan mahasiswa dapat berkurang. Begitu pula sebaliknya, belajar untuk mengelola stress lebih efektif dapat membantu mahasiswa membuat kemajuan. Selanjutnya, aspek-aspek variabel bebas lain yang mempengaruhi aspek *emotional-distress* ( $Y_3$ ) berdasarkan analisis regresi parsial yaitu aspek komitmen afektif ( $X_1$ ) dengan pengaruh negatif signifikan dan aspek regulasi emosi ( $X_5$ ) dengan pengaruh positif signifikan.

Aspek variabel terikat yang keempat adalah *perceived ability* ( $Y_4$ ), yaitu keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri. Keraguan mahasiswa akan kemampuan dirinya sendiri dapat menyebabkan prokrastinasi, hal ini dapat dikarenakan adanya perasaan takut akan kegagalan. Untuk menghindari munculnya perasaan negatif tersebut, sering kali mahasiswa juga menghindari pengerjaan tugas bahkan menggantinya dengan aktivitas yang lebih menyenangkan sehingga pada akhirnya tugas yang harus dikerjakan tidak selesai tepat waktu (Suriyah, dalam Hasanah 2016).

Berdasarkan hasil analisis model akhir, terdapat tiga aspek variabel bebas yang memiliki pengaruh terhadap aspek *perceived ability* ( $Y_4$ ) yaitu Standar dan

tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ), Regulasi emosi ( $X_5$ ), dan Pengawasan diri ( $X_7$ ) dengan kontribusi pengaruh sebesar 0.299, artinya aspek *perceived ability* ( $Y_4$ ) hanya dipengaruhi aspek-aspek tersebut sebesar 29.9 persen. Sementara 70.1 persen dipengaruhi oleh aspek-aspek lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari hasil analisis regresi parsial aspek *perceived ability* ( $Y_4$ ) diketahui terdapat dua aspek variabel bebas yang mempengaruhi aspek variabel terikat ini. Aspek standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri ( $X_4$ ) yang merupakan aspek pada variabel regulasi diri memiliki pengaruh tertinggi terhadap aspek *perceived ability* ( $Y_4$ ), maknanya standar dan tujuan pribadi yang tinggi cenderung berkontribusi pada rendahnya keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri. Standar dan tujuan pribadi yang tinggi erat kaitannya dengan perfeksionisme neurotik, yang menurut Adler dan Hamacheck (dalam Apriani, 2020) cenderung menetapkan standar pencapaian yang lebih tinggi daripada yang biasanya mampu dicapai. Sejalan dengan pernyataan ini, Steel (dalam Lubis, 2018) menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu kegagalan regulasi diri individu, efikasi diri yang rendah, kurangnya kontrol diri, ketakutan yang berlebihan akan kegagalan, serta terlalu perfeksionis.

Seorang perfeksionis neurotik sulit merasa puas karena mereka jarang merasa berhasil melakukan sesuatu sebaik standar yang mereka tetapkan sendiri, sehingga memunculkan perasaan tidak berharga karena gagal mencapai standar yang telah mereka tetapkan. Aditomo (dalam Apriani, 2020) berpendapat bahwa perfeksionisme merupakan aspek perkembangan yang normal dan hanya akan

menjadi masalah ketika individu menetapkan standar-standar superioritas yang tidak realistis dalam mencapai tujuan. Maka dari itu sebagai usaha untuk meningkatkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri, mahasiswa diharapkan mampu untuk membuat standar-standar yang realistis untuk mencapai tujuannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, artinya hipotesis  $H^1$  ditolak dan  $H^0$  diterima. Kemudian, tidak terdapat pengaruh yang signifikan komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, artinya hipotesis  $H^1$  ditolak dan  $H^0$  diterima. Terakhir, tidak terdapat pengaruh yang signifikan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman, artinya hipotesis  $H^1$  ditolak dan  $H^0$  diterima. Komitmen organisasi dan regulasi diri memperjelas ketidakterlibatannya terhadap prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa/i aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.

Peneliti menyadari bahwa terdapat banyak keterbatasan dalam penelitian ini seperti pada skala regulasi diri yang tidak memenuhi syarat penyusunan alat ukur psikologi karena aitem-aitem pernyataan yang disajikan menggunakan narasi yang normatif, multitafsir, serta aitem pernyataan yang tidak konsisten berstatus sebagai pernyataan *favorable* atau *unfavorable*. Kontribusi pengaruh variabel komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap variabel prokrastinasi akademik

juga sangat kecil, yaitu hanya sebesar 0.3 persen. Selain itu, terdapat gejala autokorelasi dalam penelitian ini, diduga jumlah sampel penelitian yang sedikit berkontribusi pada munculnya gejala autokorelasi, sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan jumlah sampel untuk menghindari gejala autokorelasi dalam penelitian.

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tidak terdapat pengaruh signifikan antara komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman
2. Tidak terdapat pengaruh signifikan antara komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman
3. Tidak terdapat pengaruh signifikan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa/I aktivis pecinta alam Universitas Mulawarman.

### **B. Saran**

1. Saran untuk mahasiswa
  - a. Mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan kemampuan *self-regulated learning* agar dapat menyesuaikan diri dengan pola belajar mandiri pada tingkat perguruan tinggi. Dalam proses *self-regulated learning*, mahasiswa akan menyusun rencana belajar berdasarkan skala prioritas serta menentukan sendiri tenggat waktu untuk menyelesaikan dan kemudian mengevaluasi tugas yang ia terima. Mahasiswa diharapkan dapat menemukan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan tugas karena dengan *self-regulated learning* mahasiswa dapat memilih,

mengatur, serta menciptakan lingkungan yang dapat mengoptimalkan proses belajarnya.

- b. Mahasiswa diharapkan mampu untuk mengatasi konflik peran yang muncul akibat peran ganda sebagai mahasiswa dan anggota organisasi, karena jika mahasiswa tidak mampu mengatasi konflik peran maka akan muncul kecenderungan kurang mampu menjalankan dan menyelesaikan aktivitas akademisnya dan di organisasinya dengan baik. Untuk mengatasi konflik peran, mahasiswa dapat meningkatkan regulasi diri dengan menyusun skala prioritas dalam berkegiatan, sehingga tidak muncul konflik peran dan mahasiswa mampu menjalani kedua tanggung jawab tersebut dengan optimal.
- c. Untuk menghindari tekanan emosional, mahasiswa dapat membuat kemajuan dalam mengerjakan tugas menghindari perasaan gugup dan tertekan yang dirasakan ketika belum menyelesaikan tugas. Begitu pula sebaliknya, belajar untuk mengelola stress dengan lebih efektif dapat membantu mahasiswa membuat kemajuan dalam mengerjakan tugas. Tekanan emosional juga dapat diatasi dengan berbagai teknik relaksasi, seperti teknik pernapasan 4-4-4, mendengarkan musik relaksasi, dan sebagainya.
- d. Sebagai usaha untuk meningkatkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri, mahasiswa diharapkan agar membuat standar-standar yang realistis untuk mencapai tujuannya. Langkah awal yang bisa dilakukan adalah dengan terlebih dahulu mengenali kelebihan

dan kekurangan diri, kemudian buatlah standar-standar dan tujuan yang mampu mahasiswa penuhi sesuai dengan kapasitas diri masing-masing.

2. Saran untuk Peneliti Selanjutnya
  - a. Penelitian terkait pengaruh komitmen organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dapat dikembangkan dengan meninjau ulang alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terutama skala regulasi diri karena alat ukur tersebut menggunakan narasi yang normatif, multitafsir, dan tidak konsisten sehingga tidak memenuhi syarat penyusunan alat ukur psikologi
  - b. Peneliti juga bisa menambahkan aspek-aspek variabel serta aitem-aitem pernyataan pada alat ukur agar data yang terkumpul lebih akurat.
  - c. Menambahkan jumlah sampel penelitian, karena jumlah sampel penelitian yang terlalu sedikit dapat memunculkan gejala autokorelasi pada hasil uji asumsi.
  - d. Peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan penelitian dengan menargetkan subjek penelitian dengan masa studi yang lebih lama seperti masa studi di atas tiga tahun agar dapat melihat kecenderungan prokrastinasi akademik yang lebih jelas pada mahasiswa/I.
  - e. Sangat disarankan untuk menggali lebih dalam melalui proses wawancara agar menemukan variabel yang lebih berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, I. R. (2019). *Hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi dengan manajemen waktu pada calon konselor sekolah*. (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Anggunani, A. R., & Purwanto, B. (2018). Hubungan antara problematic internet use dengan prokrastinasi akademik. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 4(1), 1-10.
- Apriani, I. D. (2020). Pengaruh Perfeksionisme Siswa dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 48-56.
- Alfiana, A. D. (2013). Regulasi diri mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 245-259.
- Alwi, S. (2011). *Manajemen sumber daya manusia*. Edisi kedua. Yogyakarta: BPFE Yogyakarta.
- Alwisol. (2019). *Psikologi kepribadian* (edisi revisi). Malang: UMM Press.
- Aprilia, N. S., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh regulasi emosi dan persepsi dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 19-30.
- Ardina, P. R. A. & Wulan, D. K. (2016). Pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA. *PERSPEKTIF Ilmu Pendidikan*, 30(2), 67-76.
- Ardini, D. (2017). Hubungan manajemen diri dan orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(4), 510-520.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. edisi revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Atiyaf, D. (2019). *Hubungan antara komitmen organisasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang aktif di organisasi*. (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang.
- Aziz, A. & Rahardjo, P. (2013). Faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto tahun akademik 2011/2012. *PSYCHO IDEA*, 11(1), 61-68.
- Azwar, S. (2015). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: PT. Pusaka Pelajar
- Azzahra, A. (2019). Hubungan antara konformitas dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. *Psikoborneo*, 7(1), 93-99.
- Fauziah, H. H. (2015). Fakor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.
- Ghufro, M. N. (2014). Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi diri dalam Belajar. *Journal of Empirical Research in Islamic Educational*, 2(1), 136-149.

- Ghufroon, M. N., & Risnawati, R. S. (2016). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Griffin, R. W. (2012). *Management*. Massachusetts: Cengage Learning Company.
- Gunawan, I. (2013). *Metode penelitian kualitatif: teori dan praktik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Hasanah, M., & Muslimin, Z. I. (2016). Hubungan Antara Prokastinasi Akademik dengan Perilaku Mencontek pada Siswa SMK “X” Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 4(2), 128-137.
- Hardiyanti, A. (2016). *Hubungan antara manajemen diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa anggota MUEC UMS*. (Unpublished doctoral dissertation). Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Hendrianur. (2014). Hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. *Psikoborneo*. 2(4), 224-252.
- Hidayat, M. (2010). Analisis komitmen (affective, continuance, dan normative) terhadap kualitas pelayanan pengesahan STNK kendaraan bermotor (studi empiris pada kantor bersama samsat di Provinsi Kalimantan Timur). *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 12(1), 11-23..
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi perkembangan. suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Irawan, B. (2018). Organisasi formal dan informal: tinjauan konsep, perbandingan, dan studi kasus. *Jurnal Administrative Reform*, 6(4), 195-220.
- Irhamny, M. (2022). *Pengaruh regulasi emosi terhadap stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di universitas andalas*. (Unpublished doctoral dissertation). Universitas Andalas, Padang.
- Istriyanti, Ni Luh A & Simarmata, N. (2014). Hubungan antara regulasi diri dan perencanaan karir pada remaja putri bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2). 301-310.
- Iswahyudi, A., & Mahmudi, I. (2016). Pengaruh mengikuti organisasi dan regulasi diri terhadap prokrastinasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi di fakultas ilmu pendidikan IKIP PGRI madiun. *Jurnal Ilmiah Counsellia*, 6(2), 41-55.
- Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi. (2019). *Statistik pendidikan tinggi tahun 2019*. Jakarta Pusat, DKI: Pusat Data dan Informasi Iptek Dikti. Di akses dari <https://pddikti.kemdikbud.go.id/asset/data/publikasi/Statistik%20Pendidikan%20Tinggi%20Indonesia%202019.pdf>.
- Khadafy, M. (2018). *Pengaruh komitmen organisasi terhadap prokrastinasi akademik dalam proses penyusunan skripsi*. (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Negeri Jakarta, Jakarta.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90-98.
- Luthans, F. (2015). *Organizational behavior: an evidence based-approach*. Boston: McGraw Hill.
- Mulyani, S. T. (2019). *Hubungan antara komitmen berorganisasi dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa anggota ukm (unit kegiatan mahasiswa) di universitas muhammadiyah*



Zusya, A. R & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan self efficacy akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191-200.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. *Blueprint* Penelitian

#### A. Prokrastinasi Akademik

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			Favorable	Unfavorable	
1	<i>Perceived time</i>	Skala prioritas	1 Ketika dihadapkan pada beberapa tanggung jawab dalam satu waktu, saya bingung harus mendahulukan yang mana.  16 Jika tenggat waktu pengumpulan tugas masih lama, saya menunda mengerjakan tugas	17 Sebelum melakukan beberapa hal, saya akan mendahulukan berdasarkan kepentingan  32 Saya menyicil mengerjakan tugas agar memiliki lebih banyak waktu untuk mengerjakannya	4
		Membuat jadwal	31 Saya mengerjakan tugas secara spontan jika merasa sedang ingin mengerjakannya  18 Saya mengulur waktu mengerjakan tugas walaupun sudah saya jadwalkan sebelumnya	15 Saya terlebih dahulu membuat perencanaan sebelum melakukan suatu kegiatan  2 Saya menyusun jadwal kegiatan saya sendiri agar lebih terarah dalam berkegiatan	4

2	<i>Intention-action</i>	Intensi	<p>3 Saya sengaja menumpuk tugas agar dapat mengerjakannya sekaligus dalam satu waktu</p> <p>14 Saya mempersiapkan diri untuk ujian sehari sebelum pelaksanaan ujian</p>	<p>19 Saya sepenuhnya sadar jika tugas yang diberikan harus segera saya selesaikan</p> <p>30 Saya mengulas kembali materi yang telah saya terima untuk berjaga-jaga jika ada ujian mendadak</p>	4
		Kinerja aktual	<p>29 Walaupun sudah saya jadwalkan, kinerja saya tidak sesuai dengan target waktu yang saya buat sebelumnya</p> <p>20 Jika merasa bosan saat mengerjakan tugas, saya mengerjakan hal lain walaupun tugas saya belum selesai</p>	<p>13 Kinerja yang saya capai sesuai dengan target waktu yang saya jadwalkan sebelumnya</p> <p>4 Saya menyelesaikan tugas saya terlebih dahulu, kemudian mengerjakan hal lain</p>	4
3	<i>Emotional distress</i>	Tuntutan peran	<p>5 Kesulitan menyeimbangkan peran sebagai mahasiswa dan peran lain membuat saya tertekan</p> <p>12 Saya mendahulukan peran lain yang menyenangkan di atas peran saya sebagai</p>	<p>21 Meskipun memiliki peran lain selain mahasiswa, saya mampu untuk menyeimbangkannya</p> <p>28 Saya mendahulukan satu peran di atas peran lain tergantung urgensinya</p>	4

			mahasiswa		
		Tuntutan tugas	27 Saya merasa cemas jika belum menyelesaikan tugas yang tenggat waktu pengumpulannya sudah dekat  22 Ketika diberi tugas yang sulit, saya ragu dapat menyelesaikannya dengan baik	11 Tugas yang sulit tetap harus dikerjakan walaupun progresnya sedikit demi sedikit  6 Saya merasa tenang meskipun tenggat waktu pengumpulan tugas sudah dekat karena tugas tersebut telah saya selesaikan	4
4	<i>Perceived ability</i>	Kemampuan adaptasi	7 Saya merasa gugup ketika ujian mendadak karena merasa tidak cukup memahami materi perkuliahan  10 Saya khawatir tidak mampu menyelesaikan dengan baik tugas yang baru pertama kali saya temui	23 Saya dapat beradaptasi dengan baik pada situasi yang benar-benar baru untuk saya  26 Tugas berbeda dimaksudkan untuk memperluas pengetahuan saya	4
		Kemampuan bekerja di bawah tekanan	25 Saya mudah berkonsentrasi jika belajar semalam sebelum ujian.  24 Saya memilih tidak mengerjakan tugas jika saya merasa tidak dapat menyelesaikannya dengan baik	9 Saya memilih untuk belajar jauh-jauh hari sebelum ujian karena saya sulit berkonsentrasi jika belajar dalam waktu singkat  8 Bagaimanapun hasil akhirnya nanti, yang terpenting saya sudah melakukan usaha terbaik yang bisa saya lakukan	4
<b>Total</b>			<b>16</b>	<b>16</b>	<b>2</b>

**B. Komitmen Organisasi**

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			Favorable	Unvaforable	
1	Komitmen afektif	Ikatan emosional dengan organisasi	1 Organisasi ini seperti keluarga bagi saya.	12 Saya merasa terasingkan dalam organisasi ini.	4
			13 Tetap menjadi anggota organisasi adalah keinginan saya.	24 Saya bertahan dalam organisasi ini karena diminta oleh anggota lainnya, bukan karena saya ingin bertahan	
1	Komitmen afektif	Keterlibatan anggota dalam agenda organisasi	23 Mengikuti agenda organisasi membuat saya senang.	14 Saya bosan jika menghabiskan waktu bersama anggota organisasi ini.	4
			11 Bertemu sesama anggota organisasi membuat saya semangat.	2 Tidak masalah jika tidak mengikuti agenda organisasi.	
2	Komitmen normatif	Tanggung jawab moral	3 Saya merasa berat hati jika meninggalkan organisasi, karena organisasi ini membutuhkan saya.	10 Saya tidak merasa terbebani jika harus meninggalkan organisasi.	4
			15 Jika saya meninggalkan organisasi, teman-teman sesama anggota akan terbebani.	22 Tidak masalah jika saya meninggalkan organisasi, karena akan ada anggota lain yang menggantikan saya	
2	Komitmen normatif	Sikap terhadap peraturan organisasi	21 Setiap anggota organisasi harus loyal terhadap organisasinya	16 Saya rasa tidak masalah jika melanggar peraturan organisasi jika tidak ketahuan	4
			9 Saya merasa bersalah jika melanggar peraturan	4 Organisasi saya memiliki cukup SDM untuk tetap berjalan,	

			organisasi	meskipun saya tidak aktif terlibat dalam kegiatan	
3	Komitmen berkelanjutan	Kerugian non-materil	<p>5 Saya merasa rugi jika meninggalkan organisasi, karena organisasi ini menjadi wadah saya menyalurkan hobi</p> <p>17 Jika saya meninggalkan organisasi, saya akan kehilangan banyak koneksi yang mungkin akan saya butuhkan di masa mendatang</p>	<p>8 Tidak masalah jika meninggalkan organisasi ini, karena masih ada organisasi lain yang bisa saya ikuti</p> <p>20 Selain dari organisasi ini, saya juga memiliki koneksi lain sehingga saya tidak merasa rugi jika meninggalkan organisasi ini</p>	4
		Kerugian finansial	<p>19 Jika saya meninggalkan organisasi, saya merasa rugi karena sudah menghabiskan banyak uang untuk menjadi anggota</p> <p>7 Saya bertahan dalam organisasi ini karena akan lebih mudah untuk saya mendapatkan pekerjaan</p>	<p>18 Saya tidak merasa rugi secara finansial walaupun sudah menghabiskan banyak uang selama menjadi anggota organisasi ini</p> <p>6 Walaupun tidak bergabung dalam organisasi, saya yakin kesempatan karier masih luas untuk saya</p>	4
<b>Total</b>			<b>12</b>	<b>12</b>	<b>24</b>

### C. Regulasi Diri

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			Favorable	Unfavorable	
1	Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri	Standar umum perilaku	1 Tugas yang diberikan sebaiknya segera dikerjakan	12 Tugas yang sudah diberikan akan saya kerjakan jika saya ingin mengerjakannya	2
		Menetapkan tujuan	13 Target dibuat sebagai gambaran jelas sejauh mana kemajuan yang akan saya raih	24 Walaupun tidak membuat target, saya mampu menyelesaikan tugas saya dengan baik	2
2	Regulasi emosi	<i>Problem focused coping stress</i>	23 Saat merasa stress karena tugas, saya akan segera mengerjakannya karena semakin cepat saya menyelesaikan tugas semakin cepat pula stress saya mereda	14 Saat merasa stress karena tugas, saya melakukan aktivitas yang menyenangkan untuk meredakan stress	2
		<i>Emotion focused coping stress</i>	11 Jika saya merasa tertekan, terlebih dahulu saya menenangkan diri kemudian mulai mengerjakan tugas	2 Saya tetap mengerjakan tugas walaupun saya merasa tertekan	2
3	Instruksi diri	Verbalisasi diri	3 Melalui ucapan, saya menginstruksikan diri saya sendiri agar mengerjakan tugas	10 Saya mengerjakan sesuatu secara spontan	2

		Membuat pengingat	15 Saya membuat alarm untuk mengingatkan saya mengerjakan tugas	22 Saya mampu mengingat tugas yang harus saya kerjakan walaupun tidak membuat alarm	2
4	Pengawasan diri	Pengamatan diri secara sadar	21 Saya mengulas kembali apa yang sebelumnya sudah dikerjakan sebelum melanjutkan pekerjaan tersebut	16 Mengulas kembali tugas yang sudah saya kerjakan hanya membuang-buang waktu	2
		Perekaman diri	9 Saya mencatat setiap kemajuan yang saya capai saat mengerjakan tugas	4 Walaupun mengalami kemajuan dalam mengerjakan tugas, saya tidak mencatat pencapaian saya	2
5	Evaluasi diri	Membandingkan kinerja yang telah ditetapkan dengan kinerja aktual	5 Saya membuat checklist yang nantinya saya gunakan untuk membandingkan target yang sebelumnya sudah saya buat dengan kinerja aktual saya	8 Saya rasa tidak perlu membandingkan target yang saya buat dengan kinerja aktual saya	2
		Analisa hambatan yang dihadapi	17 Jika kinerja aktual saya tidak sesuai dengan target yang saya buat, saya akan mencermati hambatan apa yang terjadi selama pengerjaan tugas kemudian memperbaikinya di masa mendatang	20 Hambatan yang saya alami sekarang belum tentu akan terjadi lagi, sehingga tidak perlu mencermati hambatan tersebut	2

6	Kontingen si yang ditetapka n sendiri	<i>Reward</i>	19 Saya menghadiahi diri saya setelah mengerjakan tugas dengan melakukan hal-hal yang saya sukai	18 Tidak perlu menghadiahi diri sendiri setelah mengerjakan tugas, karena itu sudah menjadi kewajiban saya	2
		<i>Punishme nt</i>	7 Jika saya tidak menyelesaikan tugas saya, saya tidak boleh melakukan hal-hal yang saya sukai	6 Saya bersenang- senang untuk melepas stress akibat tidak menyelesaikan tugas	2
<b>Total</b>			<b>12</b>	<b>12</b>	<b>24</b>

## Lampiran 2. Instrumen Penelitian

### IDENTITAS RESPONDEN

Nama (Boleh Inisial) :  
Jenis Kelamin :  
Usia :  
Angkatan :  
Fakultas :  
No Telp/WA :

### PETUNJUK Pengerjaan

Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan Anda dengan cara mengklik pada salah satu kolom pilihan jawaban yang tersedia.

#### **Keterangan Penilaian :**

**SS** = Jika Anda merasa **Sangat Sesuai**

**S** = Jika Anda merasa **Sesuai**

**R** = Jika Anda merasa **Ragu**

**TS** = Jika Anda merasa **Tidak Sesuai**

**STS** = Jika Anda merasa **Sangat Tidak Sesuai**

Dalam hal ini tidak ada jawaban yang salah, apapun jawaban Anda adalah benar dan tidak akan dinilai salah. Yang terpenting adalah Anda memberikan jawaban yang jujur, sesuai dengan keadaan Anda.









	dengan kinerja aktual saya				
6	Saya bersenang-senang untuk melepas stress akibat tidak menyelesaikan tugas				
7	Jika saya tidak menyelesaikan tugas saya, saya tidak boleh melakukan hal-hal yang saya sukai				
8	Saya rasa tidak perlu membandingkan target yang saya buat dengan kinerja aktual saya				
9	Saya mencatat setiap kemajuan yang saya capai saat mengerjakan tugas				
10	Saya mengerjakan sesuatu secara spontan				
11	Jika saya merasa tertekan, terlebih dahulu saya menenangkan diri kemudian mulai mengerjakan tugas				
12	Tugas yang sudah diberikan akan saya kerjakan jika saya ingin mengerjakannya				
13	Target dibuat sebagai gambaran jelas sejauh mana kemajuan yang akan saya raih				
14	Saat merasa stress karena tugas, saya melakukan aktivitas yang menyenangkan untuk meredakan stress				
15	Saya membuat alarm untuk mengingatkan saya mengerjakan tugas				
16	Mengulas kembali tugas yang sudah saya kerjakan hanya membuang-buang waktu				
17	Jika kinerja aktual saya tidak sesuai dengan target yang saya buat, saya akan mencermati hambatan apa yang terjadi selama pengerjaan tugas kemudian memperbaikinya di masa mendatang				
18	Tidak perlu menghadahi diri sendiri setelah mengerjakan tugas, karena itu sudah menjadi kewajiban saya				
19	Saya menghadahi diri saya setelah mengerjakan tugas dengan melakukan hal-hal yang saya sukai				
20	Hambatan yang saya alami sekarang belum tentu akan terjadi lagi, sehingga tidak perlu mencermati hambatan tersebut				
21	Saya mengulas kembali apa yang sebelumnya sudah dikerjakan sebelum				

	melanjutkan pekerjaan tersebut					
22	Saya mampu mengingat tugas yang harus saya kerjakan walaupun tidak membuat alarm					
23	Saat merasa stress karena tugas, saya akan segera mengerjakannya karena semakin cepat saya menyelesaikan tugas semakin cepat pula stress saya mereda					
24	Walaupun tidak membuat target, saya mampu menyelesaikan tugas saya dengan baik					























**D. Sebaran Data Skala Regulasi Diri**

subjek	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10
1	4	4	4	2	2	2	3	2	2	1
2	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3
3	4	2	4	2	2	2	2	3	2	3
4	4	2	4	4	2	1	2	2	2	2
5	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2
6	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2
7	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2
8	4	2	4	2	4	2	5	2	4	3
9	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2
10	5	1	4	2	2	1	2	2	3	2
11	5	1	5	5	4	1	5	1	4	1
12	5	2	4	4	4	4	2	2	4	2
13	5	1	4	1	4	2	3	3	3	3
14	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3
15	4	4	2	3	4	3	3	4	4	3
16	4	3	4	2	3	2	3	3	3	2
17	4	2	4	2	4	2	3	4	2	3
18	5	2	3	2	2	1	1	3	2	2
19	5	1	4	2	3	3	3	2	2	4
20	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3
21	5	1	5	3	2	3	3	4	3	4
22	4	2	4	2	2	4	4	3	2	2
23	5	1	3	1	3	5	2	3	2	1
24	4	3	5	2	3	4	3	3	3	2
25	5	2	4	4	2	2	4	4	3	2
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3
28	4	2	4	2	3	2	2	2	4	2
29	4	5	1	5	4	5	1	5	4	5
30	5	1	5	2	4	2	3	2	4	2
31	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4
32	5	2	4	4	5	1	5	1	5	1
33	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2
34	4	2	4	2	3	4	2	2	2	2
35	4	2	4	2	4	2	4	2	3	2
36	5	2	5	3	4	4	2	2	3	1
37	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2
38	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3
39	5	2	4	3	4	5	1	2	3	3
40	5	2	2	2	3	2	4	2	4	3
41	5	3	4	3	5	3	3	2	5	3
42	5	2	2	3	2	4	1	2	2	4
43	4	4	4	2	4	2	2	3	4	2

44	4	3	4	2	2	4	2	3	2	3
45	4	2	4	3	4	1	3	2	3	2
46	4	3	3	3	3	2	2	2	4	2
47	5	1	4	3	4	5	4	4	4	2
48	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3
49	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3
50	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3
51	4	4	2	2	4	2	2	2	3	2
52	4	4	3	2	3	2	2	2	3	2
53	4	3	4	3	4	2	2	3	4	3
54	4	3	2	3	4	2	2	4	4	3
55	4	3	2	4	5	3	3	4	4	3
56	4	3	2	4	5	2	3	4	4	3
57	4	2	2	3	4	2	4	4	4	4
58	4	4	1	3	4	2	2	2	3	2
59	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3
60	3	4	2	3	4	2	2	4	3	2
61	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4
62	4	4	2	3	4	3	2	4	3	2
63	5	1	4	2	2	2	4	2	2	2
64	5	1	4	2	2	2	2	2	2	1
65	4	3	4	4	4	3	3	2	5	2
66	4	2	5	4	5	2	3	2	5	2
67	4	3	5	4	5	2	3	2	5	1
68	4	3	5	4	5	2	3	2	5	2
69	4	4	2	3	4	3	2	4	3	3
70	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3
71	4	4	2	3	4	2	2	3	3	2
72	4	3	5	5	5	3	4	2	5	2
73	4	3	5	5	5	2	4	2	5	1
74	4	2	2	3	4	3	2	4	3	3
75	4	4	2	3	4	2	2	4	3	3
76	5	2	5	5	5	3	4	4	5	1
77	5	3	5	4	5	2	3	1	5	1
78	4	3	2	3	5	4	3	4	3	4
79	4	4	2	3	4	3	2	4	3	2
80	4	4	2	3	4	2	2	3	3	2
81	5	3	4	4	5	2	3	3	5	1
82	5	3	5	5	4	2	3	2	5	1
83	5	4	5	5	5	2	2	2	5	1
84	4	4	2	4	5	3	3	4	4	4
85	5	4	5	4	5	2	3	3	5	1
86	5	4	5	5	5	2	4	2	5	1
87	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2
88	4	3	4	2	3	2	4	2	5	3
89	4	2	4	4	4	2	2	3	4	2
90	5	4	5	2	3	1	1	2	2	2
91	4	3	2	4	5	3	3	4	4	3

item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20	item 21
4	2	4	2	4	3	4	2	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3
4	3	2	1	2	4	3	4	4	4	3
4	2	2	1	2	4	2	4	2	4	2
4	2	2	2	4	4	3	3	4	3	4
5	2	2	1	1	3	4	4	4	4	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
5	2	4	2	4	4	4	3	4	2	4
2	2	4	2	2	4	2	4	4	2	2
4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4
5	1	4	1	5	5	5	5	5	5	4
4	3	5	1	4	3	3	1	5	1	4
4	2	4	1	4	3	5	1	2	3	4
4	2	4	2	2	4	3	2	2	4	2
5	2	4	2	5	3	4	2	3	4	4
3	4	3	2	2	3	4	2	4	2	4
4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	3
4	2	2	1	2	4	4	2	3	4	4
4	2	4	1	3	3	4	3	4	2	4
4	3	3	2	3	3	4	2	4	3	4
3	4	4	1	4	5	5	5	5	5	4
4	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4
5	3	3	1	1	3	3	2	5	1	2
5	4	3	3	5	4	3	3	3	4	4
4	2	4	2	2	4	2	4	4	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	4	2	3	4	4	3	3	3	4
4	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4
1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1
4	1	4	1	5	1	4	2	4	2	4
4	4	4	2	4	3	4	2	4	4	4
5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5
4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4
4	2	4	2	3	4	4	2	2	3	3
4	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4
3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3
4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4
4	2	4	1	4	3	4	2	4	3	5
4	3	5	2	3	3	4	3	4	3	4
4	2	4	2	4	4	4	2	2	2	4
5	4	4	3	5	3	4	3	5	3	5
1	1	5	1	1	3	5	5	5	5	5
5	2	4	2	2	3	4	3	4	3	3

4	2	3	2	3	4	3	2	2	3	4
4	2	4	2	2	3	3	3	4	3	3
4	2	4	2	2	3	3	4	4	3	3
4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4
2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4
3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4
3	3	3	2	3	2	4	4	2	3	4
5	2	4	2	4	4	3	2	3	2	4
4	2	4	2	2	2	3	2	4	2	4
4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4
3	2	4	2	5	4	5	3	4	4	4
4	2	4	2	5	4	4	4	4	4	4
4	2	4	2	5	3	4	4	4	3	4
3	4	5	2	4	4	5	2	2	4	5
4	2	4	2	4	3	4	2	3	4	4
4	2	4	2	5	3	4	4	4	3	4
4	2	4	2	4	3	4	2	2	3	4
3	4	5	2	4	3	4	2	3	4	5
4	2	4	2	4	3	4	2	3	3	4
4	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4
5	1	2	1	2	4	4	2	4	2	4
4	2	4	2	4	1	4	4	5	4	4
5	2	5	1	4	4	4	4	5	4	4
5	2	4	1	4	4	4	4	5	3	4
4	1	4	2	4	2	4	4	5	4	4
4	2	4	2	4	4	4	2	3	4	4
4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4
4	2	4	2	4	4	4	4	4	3	4
5	2	5	1	4	4	4	4	5	4	4
5	2	4	1	4	4	4	5	5	4	4
3	3	5	2	4	4	4	2	3	4	4
4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4
5	1	4	1	4	5	5	5	5	5	5
4	1	5	1	3	4	4	4	5	1	5
4	3	5	2	4	4	5	2	2	3	4
4	2	4	2	2	4	4	2	3	4	4
4	2	4	2	4	2	3	4	4	2	4
5	1	5	2	3	4	4	4	5	4	5
5	1	5	2	2	4	4	5	5	1	4
4	2	5	2	2	4	4	5	5	2	4
3	4	4	2	5	4	5	2	3	4	4
5	1	5	2	3	5	4	5	5	4	4
4	2	4	1	2	5	4	5	5	2	4
4	2	4	2	4	2	4	4	4	3	3
5	2	4	2	3	4	3	4	4	3	4
4	2	4	2	4	5	4	5	5	3	4
4	2	4	1	2	3	4	4	4	3	4
4	4	5	2	4	4	5	2	2	4	4

item 22	item 23	item 24	TOTAL ALL	ASPEK1	ASPEK2	ASPEK3	ASPEK4	ASPEK5	ASPEK6	TOTAL VALID
4	3	2	70	12	13	9	11	11	8	64
4	3	3	74	13	11	10	12	13	9	68
2	3	2	67	11	10	7	11	12	10	61
2	2	2	60	10	9	6	12	10	8	55
2	4	4	68	12	12	8	12	10	9	63
2	4	1	64	7	12	5	11	13	10	58
2	4	2	75	11	14	7	13	13	10	68
3	4	2	79	12	13	10	14	12	12	73
2	4	2	72	12	10	6	12	12	12	64
2	3	2	71	14	11	7	13	11	10	66
1	1	1	80	11	8	7	18	15	15	74
2	4	2	75	15	11	8	15	10	8	67
3	4	3	72	14	10	10	11	15	6	66
2	4	2	62	12	12	7	10	11	6	58
4	3	2	81	12	14	12	14	16	8	76
2	4	2	70	13	12	6	12	12	9	64
2	4	2	77	13	12	9	11	16	10	71
2	3	2	62	11	10	6	12	13	6	58
2	3	2	70	13	9	9	11	11	10	63
2	3	3	73	13	11	8	12	13	9	66
2	5	2	87	15	10	10	15	16	13	79
2	4	2	76	13	12	8	12	11	12	68
4	4	3	66	14	11	6	8	10	9	58
2	5	2	82	13	16	9	13	13	9	73
2	3	4	76	15	11	6	14	12	12	70
3	3	3	72	12	12	9	12	12	9	66
3	4	3	74	13	11	9	14	11	9	67
3	3	2	69	12	11	9	12	11	8	63
5	1	5	81	15	12	11	15	15	7	75
2	4	2	70	12	10	9	11	12	9	63
4	2	3	85	15	11	12	15	16	8	77
1	5	1	75	12	13	7	15	12	11	70
2	4	2	72	12	12	8	12	12	10	66
2	2	2	66	12	10	7	11	12	6	58
2	4	2	70	12	12	7	11	12	10	64
1	5	1	77	13	14	6	13	14	8	68
2	4	2	82	12	14	8	16	14	10	74
2	3	2	76	12	11	9	15	13	9	69
1	2	3	76	16	10	7	13	13	8	67
3	3	2	71	13	11	10	14	11	8	67
2	4	3	89	16	15	10	16	14	11	82
1	5	1	71	12	9	6	13	14	11	65
3	2	3	74	13	13	7	12	14	9	68

2	3	2	68	11	12	8	12	11	6	60
2	3	2	68	12	11	6	12	12	10	63
3	2	2	69	12	11	7	13	11	10	64
2	4	2	82	15	11	8	15	16	8	73
2	4	2	78	14	12	9	12	14	10	71
3	4	3	74	11	13	10	13	12	10	69
2	4	2	71	11	11	8	13	14	9	66
2	3	2	69	12	14	8	13	11	7	65
2	3	2	65	12	13	6	11	10	8	60
3	3	2	80	12	12	10	15	15	10	74
4	4	2	81	12	12	12	15	17	9	77
3	4	2	85	12	13	11	16	17	11	80
3	4	2	82	12	13	11	15	16	11	78
3	4	3	83	16	11	11	16	17	8	79
4	3	3	73	13	13	10	13	14	7	70
3	2	2	81	12	12	11	15	14	11	75
4	3	2	72	11	13	10	13	15	6	68
2	4	2	82	15	12	10	16	16	8	77
4	3	3	76	13	13	10	13	15	7	71
4	4	2	73	11	10	10	12	12	12	67
2	4	2	62	10	11	5	12	10	8	56
2	4	3	81	13	13	8	14	14	12	74
3	5	2	86	13	13	9	17	15	12	79
3	5	2	84	12	14	8	17	14	12	77
4	5	2	84	11	14	10	15	15	12	77
2	3	2	76	12	13	9	14	16	7	71
2	3	2	80	13	12	9	15	16	10	75
3	4	3	78	13	14	9	14	14	10	74
3	5	2	90	13	14	9	18	15	13	82
2	4	2	86	12	13	7	18	15	14	79
2	4	3	77	15	11	9	14	16	7	72
3	3	4	81	14	13	10	14	16	10	77
1	4	2	91	12	12	6	20	19	14	83
3	5	2	81	13	13	7	18	11	12	74
3	4	3	83	15	13	11	14	17	7	77
2	3	3	74	13	13	6	14	16	7	69
4	3	3	74	13	13	10	12	12	10	70
2	4	2	85	13	14	6	18	16	12	79
2	5	2	82	13	15	5	18	11	13	75
2	4	2	83	14	14	5	18	13	12	76
3	4	3	87	15	13	12	16	18	8	82
2	5	2	89	13	16	6	18	16	13	82
2	5	2	85	13	14	5	19	13	14	78
2	3	2	75	12	13	8	11	13	12	69
2	2	2	76	12	12	8	15	11	12	70
2	1	2	78	12	9	8	17	14	12	72
2	2	2	68	13	11	6	11	12	9	62
2	4	3	84	16	13	9	16	18	7	79

### Lampiran 4. *Output* Hasil Screening

aitem1					aitem2						
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	YA	30	90.9	90.9	90.9	Valid	YA	15	45.5	45.5	45.5
	TIDAK	3	9.1	9.1	100.0		TIDAK	18	54.5	54.5	100.0
	Total	33	100.0	100.0			Total	33	100.0	100.0	

aitem3					aitem4						
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	YA	29	87.9	87.9	87.9	Valid	YA	23	69.7	69.7	69.7
	TIDAK	4	12.1	12.1	100.0		TIDAK	10	30.3	30.3	100.0
	Total	33	100.0	100.0			Total	33	100.0	100.0	

aitem5					aitem6						
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	YA	31	93.9	93.9	93.9	Valid	YA	21	63.6	63.6	63.6
	TIDAK	2	6.1	6.1	100.0		TIDAK	12	36.4	36.4	100.0
	Total	33	100.0	100.0			Total	33	100.0	100.0	

aitem7					aitem8						
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	YA	30	90.9	90.9	90.9	Valid	YA	21	63.6	63.6	63.6
	TIDAK	3	9.1	9.1	100.0		TIDAK	12	36.4	36.4	100.0
	Total	33	100.0	100.0			Total	33	100.0	100.0	

aitem9					aitem10						
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	YA	33	100.0	100.0	100.0	Valid	YA	18	54.5	54.5	54.5
	TIDAK						TIDAK	15	45.5	45.5	100.0
	Total						Total	33	100.0	100.0	

aitem11					aitem12						
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	YA	32	97.0	97.0	97.0	Valid	YA	8	24.2	24.2	24.2
	TIDAK	1	3.0	3.0	100.0		TIDAK	25	75.8	75.8	100.0
	Total	33	100.0	100.0			Total	33	100.0	100.0	

## Lampiran 5. Output Hasil Uji Validitas

### A. Prokrastinasi Akademik

#### 1. Aspek *Perceived Time*

		Correlations								
		aitem1	aitem2	aitem15	aitem16	aitem17	aitem18	aitem31	aitem32	Aspek_1
aitem1	Pearson Correlation	1	.259*	.190	.337**	-.101	.298**	.345**	-.087	.620**
	Sig. (2-tailed)		.013	.071	.001	.343	.004	.001	.412	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem2	Pearson Correlation	.259*	1	.401**	.301**	.156	.226*	.237*	-.050	.612**
	Sig. (2-tailed)	.013		.000	.004	.140	.031	.024	.637	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem15	Pearson Correlation	.190	.401**	1	.255*	.023	.045	.175	-.220*	.439**
	Sig. (2-tailed)	.071	.000		.015	.831	.670	.097	.036	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem16	Pearson Correlation	.337**	.301**	.255*	1	-.158	.575**	.306**	.102	.765**
	Sig. (2-tailed)	.001	.004	.015		.136	.000	.003	.336	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem17	Pearson Correlation	-.101	.156	.023	-.158	1	-.191	-.340**	.427**	.112
	Sig. (2-tailed)	.343	.140	.831	.136		.070	.001	.000	.291
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem18	Pearson Correlation	.298**	.226*	.045	.575**	-.191	1	.260*	-.101	.619**
	Sig. (2-tailed)	.004	.031	.670	.000	.070		.013	.340	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem31	Pearson Correlation	.345**	.237*	.175	.306**	-.340**	.260*	1	-.240*	.494**
	Sig. (2-tailed)	.001	.024	.097	.003	.001	.013		.022	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem32	Pearson Correlation	-.087	-.050	-.220*	.102	.427**	-.101	-.240*	1	.156
	Sig. (2-tailed)	.412	.637	.036	.336	.000	.340	.022		.141
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_1	Pearson Correlation	.620**	.612**	.439**	.765**	.112	.619**	.494**	.156	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.291	.000	.000	.141	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

#### 2. Aspek *intention-action gap*

		Correlations								
		aitem3	aitem4	aitem13	aitem14	aitem19	aitem20	aitem29	aitem30	Aspek_2
aitem3	Pearson Correlation	1	.065	-.024	.264*	-.036	.126	.426**	-.193	.629**
	Sig. (2-tailed)		.541	.822	.012	.738	.232	.000	.067	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem4	Pearson Correlation	.065	1	.270**	-.110	.032	-.089	.080	.137	.411**
	Sig. (2-tailed)	.541		.010	.300	.763	.402	.453	.194	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem13	Pearson Correlation	-.024	.270**	1	-.268*	.107	.010	.092	.249*	.372**
	Sig. (2-tailed)	.822	.010		.010	.314	.921	.387	.017	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem14	Pearson Correlation	.264*	-.110	-.268*	1	-.082	-.113	.173	-.112	.359**
	Sig. (2-tailed)	.012	.300	.010		.438	.288	.101	.289	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem19	Pearson Correlation	-.036	.032	.107	-.082	1	-.177	-.356**	.078	.040
	Sig. (2-tailed)	.738	.763	.314	.438		.093	.001	.464	.704
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem20	Pearson Correlation	.126	-.089	.010	.113	-.177	1	.221*	.188	.448**
	Sig. (2-tailed)	.232	.402	.921	.288	.093		.035	.075	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem29	Pearson Correlation	.426**	.080	.092	.173	-.356**	.221*	1	-.156	.559**
	Sig. (2-tailed)	.000	.453	.387	.101	.001	.035		.141	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem30	Pearson Correlation	-.193	.137	.249*	-.112	.078	.188	-.156	1	.293**
	Sig. (2-tailed)	.067	.194	.017	.289	.464	.075	.141		.005
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_2	Pearson Correlation	.629**	.411**	.372**	.359**	.040	.448**	.559**	.293**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.704	.000	.000	.005	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

### 3. Aspek *Emotional-distress*

		Correlations								
		aitem5	aitem6	aitem11	aitem12	aitem21	aitem22	aitem27	aitem28	Aspek_3
aitem5	Pearson Correlation	1	-.021	-.160	.432**	.445**	.365**	.288**	-.172	.752**
	Sig. (2-tailed)		.846	.129	.000	.000	.000	.006	.102	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem6	Pearson Correlation	-.021	1	.213*	.153	-.038	.060	-.385**	.104	.315**
	Sig. (2-tailed)	.846		.042	.147	.721	.572	.000	.329	.002
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem11	Pearson Correlation	-.160	.213*	1	.022	.019	-.404**	-.272**	.610**	.169
	Sig. (2-tailed)	.129	.042		.834	.858	.000	.009	.000	.110
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem12	Pearson Correlation	.432**	.153	.022	1	.373**	.319**	-.208**	-.231*	.613**
	Sig. (2-tailed)	.000	.147	.834		.000	.002	.048	.027	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem21	Pearson Correlation	.445**	-.038	.019	.373**	1	.074	.078	.166	.582**
	Sig. (2-tailed)	.000	.721	.858	.000		.487	.463	.115	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem22	Pearson Correlation	.365**	.060	-.404**	.319**	.074	1	.138	-.403**	.464**
	Sig. (2-tailed)	.000	.572	.000	.002	.487		.191	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem27	Pearson Correlation	.288**	-.385**	-.272**	-.208**	.078	.138	1	-.153	.215*
	Sig. (2-tailed)	.006	.000	.009	.048	.463	.191		.148	.041
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem28	Pearson Correlation	-.172	.104	.610**	-.231*	.166	-.403**	-.153	1	.114
	Sig. (2-tailed)	.102	.329	.000	.027	.115	.000	.148		.283
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_3	Pearson Correlation	.752**	.315**	.169	.613**	.582**	.464**	.215*	.114	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	.110	.000	.000	.000	.041	.283	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

### 4. Aspek *Perceived Time*

		Correlations								
		aitem7	aitem8	aitem9	aitem10	aitem23	aitem24	aitem25	aitem26	Aspek_4
aitem7	Pearson Correlation	1	-.369**	-.066	.456**	-.152	.195	.270**	-.098	.523**
	Sig. (2-tailed)		.000	.532	.000	.149	.064	.010	.355	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem8	Pearson Correlation	-.369**	1	.006	-.267**	.176	-.103	-.266**	.129	.036
	Sig. (2-tailed)	.000		.956	.010	.095	.333	.011	.224	.732
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem9	Pearson Correlation	-.066	.006	1	-.098	.199	-.183	.089	.076	.387**
	Sig. (2-tailed)	.532	.956		.357	.059	.083	.400	.476	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem10	Pearson Correlation	.456**	-.267**	-.098	1	-.287**	.060	.418**	-.327**	.448**
	Sig. (2-tailed)	.000	.010	.357		.006	.572	.000	.002	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem23	Pearson Correlation	-.152	.176	.199	-.287**	1	-.207*	-.318**	.312**	.158
	Sig. (2-tailed)	.149	.095	.059	.006		.049	.002	.003	.134
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem24	Pearson Correlation	.195	-.103	-.183	.060	-.207*	1	.152	-.088	.404**
	Sig. (2-tailed)	.064	.333	.083	.572	.049		.150	.405	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem25	Pearson Correlation	.270**	-.266**	.089	.418**	-.318**	.152	1	-.198	.506**
	Sig. (2-tailed)	.010	.011	.400	.000	.002	.150		.061	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem26	Pearson Correlation	-.098	.129	.076	-.327**	.312**	-.088	-.198	1	.135
	Sig. (2-tailed)	.355	.224	.476	.002	.003	.405	.061		.201
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_4	Pearson Correlation	.523**	.036	.387**	.448**	.158	.404**	.506**	.135	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.732	.000	.000	.134	.000	.000	.201	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

**B. Komitmen Organisasi**  
**1. Aspek Komitmen Afektif**

**Correlations**

		aitem1	aitem2	aitem11	aitem12	aitem13	aitem14	aitem23	aitem24	Aspek_1
aitem1	Pearson Correlation	1	.297**	.263*	.344**	.535**	.398**	.565**	.294**	.591**
	Sig. (2-tailed)		.004	.012	.001	.000	.000	.000	.005	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem2	Pearson Correlation	.297**	1	.209*	.646**	.486**	.594**	.395**	.619**	.768**
	Sig. (2-tailed)	.004		.047	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem11	Pearson Correlation	.263*	.209*	1	.193	.337**	.329**	.468**	.186	.456**
	Sig. (2-tailed)	.012	.047		.067	.001	.001	.000	.078	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem12	Pearson Correlation	.344**	.646**	.193	1	.549**	.666**	.420**	.729**	.826**
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.067		.000	.000	.000	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem13	Pearson Correlation	.535**	.486**	.337**	.549**	1	.557**	.645**	.638**	.802**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.000		.000	.000	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem14	Pearson Correlation	.398**	.594**	.329**	.666**	.557**	1	.486**	.577**	.811**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.000	.000		.000	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem23	Pearson Correlation	.565**	.395**	.468**	.420**	.645**	.486**	1	.422**	.709**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem24	Pearson Correlation	.294**	.619**	.186	.729**	.638**	.577**	.422**	1	.808**
	Sig. (2-tailed)	.005	.000	.078	.000	.000	.000	.000		.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_1	Pearson Correlation	.591**	.768**	.456**	.826**	.802**	.811**	.709**	.808**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

**2. Aspek Komitmen Normatif**

**Correlations**

		aitem3	aitem4	aitem9	aitem10	aitem15	aitem16	aitem21	aitem22	Aspek_2
aitem3	Pearson Correlation	1	.074	.418**	.429**	.435**	.004	.233*	-.021	.566**
	Sig. (2-tailed)		.485	.000	.000	.000	.969	.026	.844	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem4	Pearson Correlation	.074	1	.004	.234*	-.007	.317**	.071	.344**	.514**
	Sig. (2-tailed)	.485		.972	.025	.948	.002	.501	.001	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem9	Pearson Correlation	.418**	.004	1	.434**	.328**	.273**	.181	.224*	.600**
	Sig. (2-tailed)	.000	.972		.000	.002	.009	.087	.033	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem10	Pearson Correlation	.429**	.234*	.434**	1	.186	.215*	.287**	.300**	.712**
	Sig. (2-tailed)	.000	.025	.000		.078	.040	.006	.004	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem15	Pearson Correlation	.435**	-.007	.328**	.186	1	-.198	-.050	-.161	.278**
	Sig. (2-tailed)	.000	.948	.002	.078		.060	.639	.126	.008
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem16	Pearson Correlation	.004	.317**	.273**	.215*	-.198	1	.246**	.510**	.583**
	Sig. (2-tailed)	.969	.002	.009	.040	.060		.019	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem21	Pearson Correlation	.233*	.071	.181	.287**	-.050	.246**	1	.156	.493**
	Sig. (2-tailed)	.026	.501	.087	.006	.639	.019		.139	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem22	Pearson Correlation	-.021	.344**	.224*	.300**	-.161	.510**	.156	1	.583**
	Sig. (2-tailed)	.844	.001	.033	.004	.126	.000	.139		.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_2	Pearson Correlation	.566**	.514**	.600**	.712**	.278**	.583**	.493**	.583**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.008	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

### 3. Aspek Komitmen Berkelanjutan

		Correlations								
		aitem5	aitem6	aitem7	aitem8	aitem17	aitem18	aitem19	aitem20	Aspek_3
aitem5	Pearson Correlation	1	.240 <sup>*</sup>	.114	-.122	.531 <sup>**</sup>	-.500 <sup>**</sup>	.052	-.019	.444 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)		.022	.283	.251	.000	.000	.624	.862	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem6	Pearson Correlation	.240 <sup>*</sup>	1	.218 <sup>*</sup>	.440 <sup>**</sup>	.193	-.190	.112	.306 <sup>**</sup>	.697 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.022		.038	.000	.066	.071	.291	.003	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem7	Pearson Correlation	.114	.218 <sup>*</sup>	1	.062	.278 <sup>**</sup>	-.172	.371 <sup>**</sup>	-.182	.550 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.283	.038		.560	.008	.103	.000	.085	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem8	Pearson Correlation	.122	.440 <sup>**</sup>	.062	1	.128	-.264 <sup>*</sup>	-.071	.470 <sup>**</sup>	.581 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.251	.000	.560		.225	.012	.501	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem17	Pearson Correlation	.531 <sup>**</sup>	.193	.278 <sup>**</sup>	.128	1	-.501 <sup>**</sup>	-.151	-.142	.482 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.000	.066	.008	.225		.000	.153	.179	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem18	Pearson Correlation	-.500 <sup>**</sup>	-.190	-.172	-.264 <sup>*</sup>	-.501 <sup>**</sup>	1	.045	-.070	-.209 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)	.000	.071	.103	.012	.000		.670	.508	.047
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem19	Pearson Correlation	.052	.112	.371 <sup>**</sup>	-.071	.151	.045	1	-.364 <sup>**</sup>	.448 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.624	.291	.000	.501	.153	.670		.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
aitem20	Pearson Correlation	-.019	.306 <sup>**</sup>	-.182	.470 <sup>**</sup>	-.142	-.070	-.364 <sup>**</sup>	1	.270 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.862	.003	.085	.000	.179	.508	.000		.010
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Aspek_3	Pearson Correlation	.444 <sup>**</sup>	.697 <sup>**</sup>	.550 <sup>**</sup>	.581 <sup>**</sup>	.482 <sup>**</sup>	-.209 <sup>*</sup>	.448 <sup>**</sup>	.270 <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.047	.000	.010	
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91

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

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

## C. Regulasi Diri

### 1. Aspek Standar dan Tujuan yang Ditetapkan Sendiri

		Correlations				
		aitem1	aitem12	aitem13	aitem24	Aspek_1
aitem1	Pearson Correlation	1	-.196	.270 <sup>**</sup>	-.117	.399 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)		.063	.010	.267	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem12	Pearson Correlation	-.196	1	-.210 <sup>*</sup>	.341 <sup>**</sup>	.557 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.063		.045	.001	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem13	Pearson Correlation	.270 <sup>**</sup>	-.210 <sup>*</sup>	1	-.164	.473 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.010	.045		.121	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem24	Pearson Correlation	-.117	.341 <sup>**</sup>	-.164	1	.515 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.267	.001	.121		.000
	N	91	91	91	91	91
Aspek_1	Pearson Correlation	.399 <sup>**</sup>	.557 <sup>**</sup>	.473 <sup>**</sup>	.515 <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91

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

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

## 2. Aspek Regulasi Diri

Correlations

		aitem2	aitem11	aitem14	aitem23	Aspek_2
aitem2	Pearson Correlation	1	-.054	.333**	-.152	.650**
	Sig. (2-tailed)		.613	.001	.151	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem11	Pearson Correlation	-.054	1	-.368**	.038	.339**
	Sig. (2-tailed)	.613		.000	.724	.001
	N	91	91	91	91	91
aitem14	Pearson Correlation	.333**	-.368**	1	-.190	.337**
	Sig. (2-tailed)	.001	.000		.070	.001
	N	91	91	91	91	91
aitem23	Pearson Correlation	-.152	.038	-.190	1	.452**
	Sig. (2-tailed)	.151	.724	.070		.000
	N	91	91	91	91	91
Aspek_2	Pearson Correlation	.650**	.339**	.337**	.452**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.001	.000	
	N	91	91	91	91	91

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

## 3. Aspek Instruksi Diri

Correlations

		aitem3	aitem10	aitem15	aitem22	Aspek_3
aitem3	Pearson Correlation	1	-.527**	-.066	-.388**	.159
	Sig. (2-tailed)		.000	.534	.000	.131
	N	91	91	91	91	91
aitem10	Pearson Correlation	-.527**	1	.110	.224*	.366**
	Sig. (2-tailed)	.000		.300	.033	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem15	Pearson Correlation	-.066	.110	1	.124	.721**
	Sig. (2-tailed)	.534	.300		.241	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem22	Pearson Correlation	-.388**	.224*	.124	1	.446**
	Sig. (2-tailed)	.000	.033	.241		.000
	N	91	91	91	91	91
Aspek_3	Pearson Correlation	.159	.366**	.721**	.446**	1
	Sig. (2-tailed)	.131	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91

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

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

#### 4. Aspek Pengawasan Diri

Correlations

		aitem4	aitem9	aitem16	aitem21	Aspek_4
aitem4	Pearson Correlation	1	.641**	.250*	.167	.841**
	Sig. (2-tailed)		.000	.017	.115	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem9	Pearson Correlation	.641**	1	.009	.312**	.789**
	Sig. (2-tailed)	.000		.936	.003	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem16	Pearson Correlation	.250*	.009	1	-.123	.460**
	Sig. (2-tailed)	.017	.936		.244	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem21	Pearson Correlation	.167	.312**	-.123	1	.448**
	Sig. (2-tailed)	.115	.003	.244		.000
	N	91	91	91	91	91
Aspek_4	Pearson Correlation	.841**	.789**	.460**	.448**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91

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

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

#### 5. Aspek Evaluasi Diri

Correlations

		aitem5	aitem8	aitem17	aitem20	Aspek_5
aitem5	Pearson Correlation	1	.125	.345**	-.063	.591**
	Sig. (2-tailed)		.238	.001	.552	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem8	Pearson Correlation	.125	1	-.034	.390**	.642**
	Sig. (2-tailed)	.238		.748	.000	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem17	Pearson Correlation	.345**	-.034	1	.120	.534**
	Sig. (2-tailed)	.001	.748		.259	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem20	Pearson Correlation	-.063	.390**	.120	1	.628**
	Sig. (2-tailed)	.552	.000	.259		.000
	N	91	91	91	91	91
Aspek_5	Pearson Correlation	.591**	.642**	.534**	.628**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91

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

## 6. Aspek Kontingensi yang Ditetapkan Sendiri

**Correlations**

		aitem6	aitem7	aitem18	aitem19	Aspek_6
aitem6	Pearson Correlation	1	-.095	-.180	-.213*	.210*
	Sig. (2-tailed)		.369	.088	.043	.046
	N	91	91	91	91	91
aitem7	Pearson Correlation	-.095	1	.046	.169	.499**
	Sig. (2-tailed)	.369		.667	.110	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem18	Pearson Correlation	-.180	.046	1	.460**	.687**
	Sig. (2-tailed)	.088	.667		.000	.000
	N	91	91	91	91	91
aitem19	Pearson Correlation	-.213*	.169	.460**	1	.689**
	Sig. (2-tailed)	.043	.110	.000		.000
	N	91	91	91	91	91
Aspek_6	Pearson Correlation	.210*	.499**	.687**	.689**	1
	Sig. (2-tailed)	.046	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91

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

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

## Lampiran 6. Output Hasil Uji Reliabilitas

### A. Prokrastinasi Akademik

#### 1. Aspek *Perceived Time*

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.704	6

#### 2. Aspek *intention-action gap*

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.408	6

#### 3. Aspek *Emotional-distress*

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.580	5

#### 4. Aspek *Perceived Ability*

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.400	5

## 5. Reliabilitas Total

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.797	22

## B. Komitmen Organisasi

### 1. Aspek Komitmen Afektif

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.872	8

### 2. Aspek Komitmen Normatif

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.676	7

### 3. Aspek Komitmen Berkelanjutan

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.577	6

### 4. Reliabilitas Total

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.874	21

## C. Regulasi Diri

### 1. Aspek Standar dan Tujuan yang Ditetapkan Sendiri

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha <sup>a</sup>	N of Items
-.075	4

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

## 2. Aspek Regulasi Emosi

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha <sup>a</sup>	N of Items
-.279	4

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

## 3. Aspek Instruksi Diri

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.339	3

## 4. Aspek Pengawasan Diri

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.541	4

## 5. Aspek Evaluasi Diri

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.403	4

## 6. Aspek Kontingensi yang Ditetapkan Sendiri

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.472	3

## 7. Reliabilitas Total

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.649	22

## Lampiran 7. Karakteristik Responden

### Jenis\_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	41	45.1	45.1	45.1
	Perempuan	50	54.9	54.9	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18 - 20 tahun	41	45.1	45.1	45.1
	21 - 23 tahun	30	33.0	33.0	78.0
	24 - 26 tahun	20	22.0	22.0	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

### Angkatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2015	7	7.7	7.7	7.7
	2016	13	14.3	14.3	22.0
	2017	14	15.4	15.4	37.4
	2018	8	8.8	8.8	46.2
	2019	9	9.9	9.9	56.0
	2020	27	29.7	29.7	85.7
	2021	13	14.3	14.3	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

### Fakultas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ekonomi dan Bisnis	6	6.6	6.6	6.6
	Farmasi	2	2.2	2.2	8.8
	Hukum	2	2.2	2.2	11.0
	Ilmu Budaya	6	6.6	6.6	17.6
	Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	8	8.8	8.8	26.4
	Kedokteran	1	1.1	1.1	27.5
	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	7	7.7	7.7	35.2
	Kehutanan	25	27.5	27.5	62.6
	Kesehatan Masyarakat	4	4.4	4.4	67.0
	Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	4	4.4	4.4	71.4
	Perikanan dan Ilmu Kelautan	12	13.2	13.2	84.6
	Pertanian	9	9.9	9.9	94.5
	Teknik	5	5.5	5.5	100.0
	Total	91	100.0	100.0	

### Lampiran 8. *Output* Hasil Uji Deskriptif

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Prokrastinasi_Akademik	91	41	85	66.78	8.628
Komitmen_Organisasi	91	52	102	75.35	10.134
Regulasi_Diri	91	55	83	70.08	6.863
Valid N (listwise)	91				

### Lampiran 9. *Output* Kategorisasi Skor

#### Prokrastinasi-Akademik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tinggi	4	4.4	4.4	4.4
Tinggi	27	29.7	29.7	34.1
Sedang	34	37.4	37.4	71.4
Rendah	20	22.0	22.0	93.4
Sangat Rendah	6	6.6	6.6	100.0
Total	91	100.0	100.0	

#### Komitmen-Organisasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tinggi	4	4.4	4.4	4.4
Tinggi	25	27.5	27.5	31.9
Sedang	37	40.7	40.7	72.5
Rendah	20	22.0	22.0	94.5
Sangat Rendah	5	5.5	5.5	100.0
Total	91	100.0	100.0	

#### Regulasi-Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tinggi	6	6.6	6.6	6.6
Tinggi	30	33.0	33.0	39.6
Sedang	26	28.6	28.6	68.1
Rendah	22	24.2	24.2	92.3
Sangat Rendah	7	7.7	7.7	100.0
Total	91	100.0	100.0	

## Lampiran 10. Output Hasil Uji Asumsi

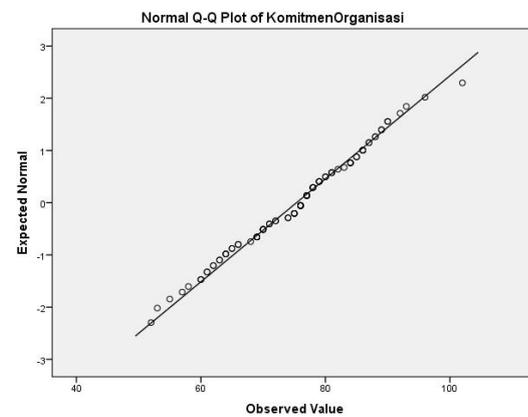
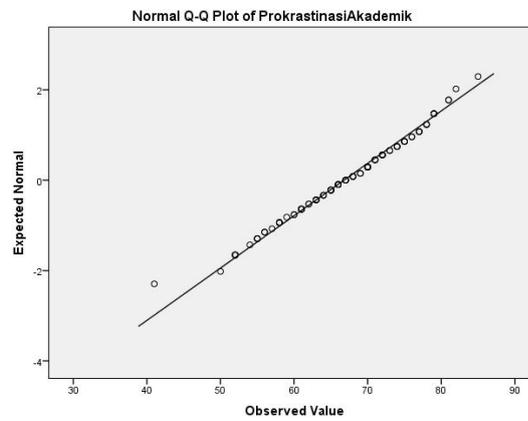
### A. Normalitas

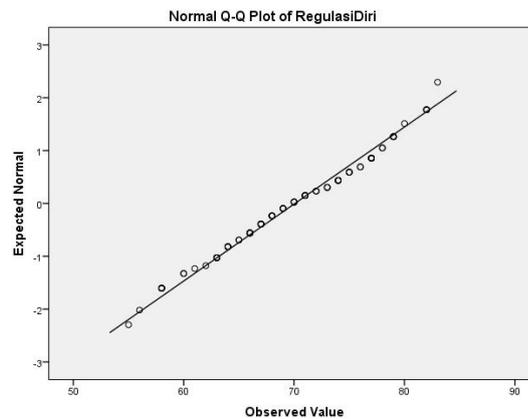
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ProkrastinasiAkademik	.074	91	.200 <sup>*</sup>	.987	91	.501
KomitmenOrganisasi	.091	91	.063	.990	91	.725
RegulasiDiri	.079	91	.200 <sup>*</sup>	.977	91	.116

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

a. Lilliefors Significance Correction





## B. Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ProkrastinasiAkademik * KomitmenOrganisasi	Between Groups	(Combined)	3954.081	37	106.867	2.063	.008
		Linearity	3.128	1	3.128	.060	.807
		Deviation from Linearity	3950.953	36	109.749	2.119	.006
	Within Groups		2745.524	53	51.802		
	Total		6699.604	90			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ProkrastinasiAkademik * RegulasiDiri	Between Groups	(Combined)	1647.009	25	65.880	.848	.669
		Linearity	11.055	1	11.055	.142	.707
		Deviation from Linearity	1635.954	24	68.165	.877	.629
	Within Groups		5052.595	65	77.732		
	Total		6699.604	90			

## C. Multikolinearitas

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	68.921	10.637		6.479	.000		
	KomitmenOrganisasi	.027	.093	.032	.292	.771	.954	1.048
	RegulasiDiri	-.060	.137	-.047	-.435	.664	.954	1.048

a. Dependent Variable: ProkrastinasiAkademik

## D. Heteroskedasitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-2.539	5.941		-.427	.670
KomitmenOrganisasi	.010	.052	.021	.192	.848
RegulasiDiri	.126	.077	.177	1.648	.103

a. Dependent Variable: abres1

## E. Autokorelasi

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.051 <sup>a</sup>	.003	-.020	8.714	1.548

a. Predictors: (Constant), RegulasiDiri, KomitmenOrganisasi

b. Dependent Variable: ProkrastinasiAkademik

## Lampiran 11. Output Hasil Uji Hipotesis Regresi Linear Berganda

### A. Uji Hipotesis Model Penuh

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.051 <sup>a</sup>	.003	-.020	8.714	1.548

a. Predictors: (Constant), RegulasiDiri, KomitmenOrganisasi

b. Dependent Variable: ProkrastinasiAkademik

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17.511	2	8.756	.115	.891 <sup>b</sup>
	Residual	6682.093	88	75.933		
	Total	6699.604	90			

a. Dependent Variable: ProkrastinasiAkademik

b. Predictors: (Constant), RegulasiDiri, KomitmenOrganisasi

## B. Uji Hipotesis Model Sederhana

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	68.921	10.637		6.479	.000
	KomitmenOrganisasi	.027	.093	.032	.292	.771
	RegulasiDiri	-.060	.137	-.047	-.435	.664

a. Dependent Variable: ProkrastinasiAkademik

## Lampiran 12. Output Hasil Uji Tambahan

### A. Analisis Regresi *Multivariate* Model Penuh

#### 1. Analisis Regresi *Multivariate* Model Penuh Y1

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.616 <sup>a</sup>	.380	.311	2.615

a. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	338.960	9	37.662	5.506	.000 <sup>b</sup>
	Residual	554.073	81	6.840		
	Total	893.033	90			

a. Dependent Variable: Y1

b. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

#### 2. Analisis Regresi *Multivariate* Model Penuh Y2

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.433 <sup>a</sup>	.187	.097	2.530

a. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	119.589	9	13.288	2.076	.041 <sup>b</sup>
	Residual	518.543	81	6.402		
	Total	638.132	90			

a. Dependent Variable: Y2

b. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

**3. Analisis Regresi *Multivariate* Model Penuh Y3****Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.584 <sup>a</sup>	.341	.267	2.396

a. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	240.129	9	26.681	4.649	.000 <sup>b</sup>
	Residual	464.860	81	5.739		
	Total	704.989	90			

a. Dependent Variable: Y3

b. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

**4. Analisis Regresi *Multivariate* Model Penuh Y4****Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.594 <sup>a</sup>	.353	.282	2.261

a. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	226.367	9	25.152	4.919	.000 <sup>b</sup>
	Residual	414.205	81	5.114		
	Total	640.571	90			

a. Dependent Variable: Y4

b. Predictors: (Constant), X9, X8, X5, X3, X4, X6, X1, X7, X2

## B. Analisis regresi parsial

### 1. Analisis regresi parsial Y1

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	23.438	4.013		5.841	.000
	X1	-.268	.090	-.415	-2.974	.004
	X2	.253	.123	.307	2.057	.043
	X3	.183	.110	.188	1.660	.101
	X4	-.725	.207	-.343	-3.499	.001
	X5	.553	.190	.279	2.908	.005
	X6	-.229	.184	-.135	-1.246	.216
	X7	.039	.188	.029	.205	.838
	X8	-.090	.180	-.062	-.498	.620
	X9	-.190	.172	-.130	-1.103	.273

a. Dependent Variable: Y1

### 2. Analisis regresi parsial Y2

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	19.506	3.882		5.024	.000
	X1	.003	.087	.005	.034	.973
	X2	-.118	.119	-.169	-.989	.326
	X3	.215	.106	.261	2.017	.047
	X4	-.331	.200	-.186	-1.653	.102
	X5	.219	.184	.131	1.191	.237
	X6	-.111	.178	-.077	-.623	.535
	X7	-.080	.182	-.071	-.438	.662
	X8	-.033	.174	-.027	-.188	.851
	X9	.147	.167	.119	.884	.380

a. Dependent Variable: Y2

### 3. Analisis regresi parsial Y3

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	7.713	3.676		2.098	.039
	X1	-.217	.082	-.378	-2.629	.010
	X2	-.085	.113	-.116	-.751	.455
	X3	.383	.101	.443	3.798	.000
	X4	.033	.190	.017	.173	.863
	X5	.422	.174	.240	2.423	.018
	X6	-.160	.169	-.106	-.947	.347
	X7	.305	.172	.257	1.770	.081
	X8	-.037	.165	-.029	-.225	.822
	X9	-.040	.158	-.031	-.254	.800

a. Dependent Variable: Y3

### 4. Analisis regresi parsial Y4

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	17.038	3.470		4.910	.000
	X1	-.128	.078	-.234	-1.647	.104
	X2	.109	.106	.156	1.025	.308
	X3	.106	.095	.128	1.110	.270
	X4	-.696	.179	-.389	-3.885	.000
	X5	.404	.164	.240	2.457	.016
	X6	-.141	.159	-.098	-.888	.377
	X7	.220	.163	.195	1.352	.180
	X8	-.008	.156	-.007	-.053	.958
	X9	.059	.149	.048	.398	.691

a. Dependent Variable: Y4

### C. Analisis Regresi Model Akhir

#### 1. Analisis Regresi Model Akhir Y1

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.391 <sup>a</sup>	.153	.144	2.915
2	.495 <sup>b</sup>	.245	.227	2.769
3	.528 <sup>c</sup>	.278	.254	2.721
4	.562 <sup>d</sup>	.316	.284	2.665
5	.590 <sup>e</sup>	.349	.310	2.616

a. Predictors: (Constant), X4

b. Predictors: (Constant), X4, X5

c. Predictors: (Constant), X4, X5, X3

d. Predictors: (Constant), X4, X5, X3, X1

e. Predictors: (Constant), X4, X5, X3, X1, X2

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	136.679	1	136.679	16.083	.000 <sup>b</sup>
	Residual	756.354	89	8.498		
	Total	893.033	90			
2	Regression	218.409	2	109.205	14.245	.000 <sup>c</sup>
	Residual	674.623	88	7.666		
	Total	893.033	90			
3	Regression	248.706	3	82.902	11.194	.000 <sup>d</sup>
	Residual	644.327	87	7.406		
	Total	893.033	90			
4	Regression	282.237	4	70.559	9.935	.000 <sup>e</sup>
	Residual	610.796	86	7.102		
	Total	893.033	90			
5	Regression	311.272	5	62.254	9.096	.000 <sup>f</sup>
	Residual	581.761	85	6.844		
	Total	893.033	90			

a. Dependent Variable: Y1

b. Predictors: (Constant), X4

c. Predictors: (Constant), X4, X5

d. Predictors: (Constant), X4, X5, X3

e. Predictors: (Constant), X4, X5, X3, X1

f. Predictors: (Constant), X4, X5, X3, X1, X2

## 2. Analisis Regresi Model Akhir Y2

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.288 <sup>a</sup>	.083	.072	2.565
2	.364 <sup>b</sup>	.132	.113	2.508

a. Predictors: (Constant), X4

b. Predictors: (Constant), X4, X3

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	52.747	1	52.747	8.020	.006 <sup>b</sup>
	Residual	585.385	89	6.577		
	Total	638.132	90			
2	Regression	84.538	2	42.269	6.719	.002 <sup>c</sup>
	Residual	553.593	88	6.291		
	Total	638.132	90			

a. Dependent Variable: Y2

b. Predictors: (Constant), X4

c. Predictors: (Constant), X4, X3

## 3. Analisis Regresi Model Akhir Y3

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.322 <sup>a</sup>	.104	.094	2.665
2	.425 <sup>b</sup>	.181	.162	2.562
3	.542 <sup>c</sup>	.293	.269	2.393
4	.570 <sup>d</sup>	.325	.293	2.353

a. Predictors: (Constant), X5

b. Predictors: (Constant), X5, X3

c. Predictors: (Constant), X5, X3, X1

d. Predictors: (Constant), X5, X3, X1, X7

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	73.113	1	73.113	10.298	.002 <sup>b</sup>
	Residual	631.876	89	7.100		
	Total	704.989	90			
2	Regression	127.358	2	63.679	9.701	.000 <sup>c</sup>
	Residual	577.631	88	6.564		
	Total	704.989	90			
3	Regression	206.896	3	68.965	12.046	.000 <sup>d</sup>
	Residual	498.093	87	5.725		
	Total	704.989	90			
4	Regression	228.948	4	57.237	10.340	.000 <sup>e</sup>
	Residual	476.041	86	5.535		
	Total	704.989	90			

a. Dependent Variable: Y3

b. Predictors: (Constant), X5

c. Predictors: (Constant), X5, X3

d. Predictors: (Constant), X5, X3, X1

e. Predictors: (Constant), X5, X3, X1, X7

#### 4. Analisis Regresi Model Akhir Y4

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.384 <sup>a</sup>	.147	.138	2.477
2	.509 <sup>b</sup>	.259	.242	2.322
3	.547 <sup>c</sup>	.299	.275	2.271

a. Predictors: (Constant), X4

b. Predictors: (Constant), X4, X5

c. Predictors: (Constant), X4, X5, X7

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	94.360	1	94.360	15.375	.000 <sup>b</sup>
	Residual	546.212	89	6.137		
	Total	640.571	90			
2	Regression	165.909	2	82.954	15.379	.000 <sup>c</sup>
	Residual	474.662	88	5.394		
	Total	640.571	90			
3	Regression	191.775	3	63.925	12.392	.000 <sup>d</sup>
	Residual	448.796	87	5.159		
	Total	640.571	90			

a. Dependent Variable: Y4

b. Predictors: (Constant), X4

c. Predictors: (Constant), X4, X5

d. Predictors: (Constant), X4, X5, X7