

**HUBUNGAN *SELF-AWARENESS* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK MAHASISWA AKHIR**

SKRIPSI



Oleh

AISYAH NUR CITA ZAKIYYAH

(J91218074)

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Self-Awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka

Surabaya, 12 Agustus 2022



Aisyah Nur Cita Zakiyyah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan *Self-Awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir

Oleh:

Aisyah Nur Cita Zakiyyah

NIM. J91218074

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, Agustus 2022

Dosen Pembimbing



Drs. Hamim Rosyidi, M.Si
Nip.196208241987031002

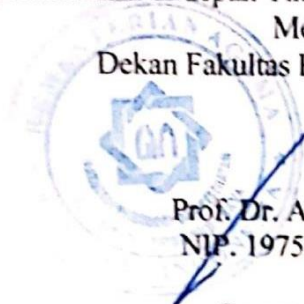
HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

HUBUNGAN SELF-AWARENESS DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK MAHASISWA AKHIR

Disusun oleh:
Aisyah Nur Cita Zakiyyah
J91218074

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada Tanggal 11 Agustus 2022
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Drs. Hamim Rosyidi, M.Si
NIP. 196208241987031002

Penguji II

Lucky Abrorry, M.Psi
NIP. 197910012006041005

Penguji III

Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si
NIP. 97602272009122001

Penguji IV

Linda Prasetyaning Widayanti, M.Kes
NIP. 198704172014032003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Aisyah Nur Cita Zakiyyah
NIM : J91218074
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : aisyahncita24@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan antara *Self-awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 Agustus 2022

Penulis


(Aisyah Nur Cita Zakiyyah)
nama terang dan tanda tangan

INTISARI

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan *Self-awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa akhir (semester 8 s/d 14), mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya, dan sedang mengampu mata kuliah Skripsi. Populasi dalam penelitian ini yaitu 5.282 dan subjek dalam penelitian ini berjumlah 251 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan kriteria yang telah ditentukan. Didapatkan hasil penelitian yakni sebesar -0.481, dengan signifikansi sebesar 0,000. karena signifikansi <0.05 , maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada hubungan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir.

Kata Kunci : *Self-Awareness*, Prokrastinasi Akademik, Prokrastinator

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRAK

This research was conducted to determine the relationship between self-awareness and academic procrastination of final students at UIN Sunan Ampel Surabaya. This research is a quantitative research with the type of correlation research. The criteria for the subjects in this study were final students (semesters 8 to 14), active students at UIN Sunan Ampel Surabaya, and currently teaching Thesis courses. The population in this study is 5,282 and the subjects in this study amounted to 250 respondents. The sampling technique in this research is purposive sampling with predetermined criteria. The results obtained are -0.481, with a significance of 0.000. because the significance <0.05 , then H_0 is rejected and H_a is accepted. This means that there is a negative relationship between self-awareness and academic procrastination of final students.

Keywords: Self Awareness, Academic Procrastination, Procrastinator



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
INTISARI	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I Pendahuluan	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Keaslian Penelitian.....	7
D. Tujuan Penelitian.....	14
E. Manfaat Penelitian.....	14
F. Sistematika Pembahasan.....	15
BAB II Kajian Pustaka	17
A. Variabel Prokrastinasi Akademik.....	17
1. Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	18
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	20
3. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik.....	20
4. Karakteristik Prokrastinasi Akademik.....	22
B. Variabel <i>Self-Awareness</i>	22
1. Pengertian <i>Self-awareness</i>	22
2. Bentuk-Bentuk <i>Self-Awareness</i>	24
3. Aspek-Aspek <i>Self-Awareness</i>	25

4. Karakteristik Pembentuk <i>Self-awareness</i>	25
C. Hubungan antara <i>Self-Awareness</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	27
D. Kerangka Teoritik.....	28
31	
E. Hipotesis.....	31
BAB IV Metode Penelitian.....	32
A. Rancangan Penelitian	32
B. Identifikasi Variabel.....	32
C. Definisi Operasional.....	32
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel	33
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Analisis Data	39
A. Hasil Penelitian	46
B. Pengujian Hipotesis.....	54
C. Pembahasan.....	56
BAB V Penutup.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN	66

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Table 1. Jumlah Total Mahasiswa Akhir (Aktif)	34
Table 2. Blueprint Prokrastinasi Akademik	37
Table 3. Blueprint Self-awareness	38
Table 4. Hasil Uji Validitas Skala Self-Awareness	40
Table 5. Blueprint Self-awareness Valid	41
Table 6. Reliabilitas Self-Awareness	42
Table 7. Reliabilitas Self-Awareness Valid	42
Table 8. Reliabilitas Prokrastinasi Valid.....	43
Table 9. Hasil Uji Normalitas	44
Table 10. Hasil Uji Linieritas.....	45
Table 11. Deskripsi Berdasarkan Usia Responden	48
Table 12. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden.....	48
Table 13. Data Deskripsi berdasarkan Semester Responden	49
Table 14. Data Deskripsi Fakultas Responden	49
Table 15. Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Prokrastinasi Akademik.....	50
Table 16. Tabulasi Silang Usia dengan Prokrastinasi Akademik	51
Table 17. Tabulasi Silang Tingkat Semester dengan Prokrastinasi Akademik	51
Table 18. Tabulasi Silang Fakultas dengan Prokrastinasi Akademik	51
Table 19. Pedoman Hasil Pengukuran	53
Table 20. Kategori Prokrastinasi Akademik	53
Table 21. Kategori Self-Awareness	53
Table 22. Korelasi Pearson Product Moment	54
Table 23. Pedoman Tingkat Keeratan Korelasi	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Self-Awareness dan Prokrastinasi Akademik	67
Lampiran 2. Hasil Data <i>Self-Awareness</i>	72
Lampiran 3. Hasil Data Prokrastinasi Akademik.....	74
Lampiran 4. Validitas Self Awareness (Try Out)	76
Lampiran 5. Hasil Validitas Prokrastinasi (Try Out)	79
Lampiran 6. Validitas Self-Awareness (Valid).....	81
Lampiran 7. Realibility Self-Awareness (Try Out).....	82
Lampiran 8. Realibilitu Prokrastinasi Akademik.....	82
Lampiran 9. Hasil Kuesioner Self-Awareness	83
Lampiran 10. Hasil Kuesioner Prokrastinasi Akademik.....	87
Lampiran 11. Uji Prasyarat	92
Lampiran 12. Surat Penelitian.....	93



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

Pendahuluan

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku menunda yang berulang menjadikan suatu kebiasaan yang akan sulit dihilangkan. Menunda-nunda pekerjaan dan individu sadar akan perilakunya dapat berdampak negatif, maka inilah dalam istilah psikologi disebut dengan prokrastinasi. Penelitian telah mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik sangat umum terjadi di kalangan mahasiswa (Wirajaya et al., 2020). Seseorang yang memiliki *self-awareness* yang kurang hal ini menjadi pemicu munculnya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa. Menurut Duval & Silvia (2002) kesadaran diri (*self-awareness*) dapat mempengaruhi perilaku penundaan di bidang akademik. Mahasiswa yang memiliki perilaku *self awareness* tersebut akan lebih memikirkan dampak baik atau buruk ketika menunda pekerjaan. Hal ini perlunya *Self-awareness* yang tinggi untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa (Duval & Silvia, 2002).

Mahasiswa dalam segi akademik dituntut untuk dapat menyelesaikan kewajibannya yakni menyelesaikan tugasnya. Naiknya tingkatan dan semakin akhir semesternya maka tugas dan kewajiban untuk diselesaikan akan semakin banyak. Mahasiswa harus bisa mengelolah waktu sehingga dapat menyelesaikan sesuai dengan tenggat waktu yang ditetapkan (Susanti & Nurwidawati, 2014).

Mengacu pada aturan akademik diharapkan mahasiswa dapat menempuh studinya selama empat tahun yakni delapan semester. Aturan ini diatur oleh Menteri Pendidikan Nasional No. 232/U/2000 yang menyatakan bahwa pendidikan S-1 menempuh studi selama delapan semester (Nasional, 2000 dalam Syukur et al., 2020).

Mahasiswa akhir akan mengampu mata kuliah skripsi. Skripsi adalah karya tulis ilmiah yang mana menjelaskan hasil sebuah penelitian yang dilakukan oleh sarjana S1 yang menjelaskan mengenai sebuah permasalahan atau fenomena pada sebuah ilmu pengetahuan tertentu sesuai kaidah yang ditetapkan (Abdulrahman et al., 2021). Pada umumnya semua mahasiswa mendapat kesempatan untuk mampu menyelesaikan skripsi dalam satu semester. Namun fenomenanya masih terdapat mahasiswa yang memerlukan perpanjangan waktu lebih dari yang ditetapkan (Aini & Mahardayani, 2011).

Fenomena ini terjadi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Dimana didapatkan data akademik universitas dan menunjukkan sebanyak 1922 mahasiswa yang masa studinya melebihi delapan semester, yang mana masih

banyak mahasiswa yang membutuhkan perpanjangan waktu untuk dapat menyelesaikan skripsinya (Data Akademik Rektorat Uinsa (2019) dalam Hamidah, 2020). Penelitian yang sama juga diteliti oleh Fitriya Maulida (2021) bahwa hasil dari penelitiannya menunjukkan prokrastinasi akademik mahasiswa dengan kategori rendah dengan jumlah 11 mahasiswa, kategori sedang berjumlah 54 mahasiswa, dan kategori tinggi berjumlah 10 mahasiswa (Maulida, 2021).

Fenomena lain ada pada fakultas psikologi Universitas Diponegoro Semarang dimana rata-rata lama studinya adalah enam tahun, dua tahun dan lima tahun. Adanya sebuah fenomena ini sehingga mahasiswa di fakultas tersebut dikatakan menjadi pelaku prokrastinasi atau disebut dengan procrastinator akademik (Tondok, 2008 dalam Tatan, n.d.).

Pada universitas UIN Walisongo Semarang sebanyak 2273 mahasiswa per tahun akademik Januari 2020 mengalami penundaan dalam mengerjakan skripsi yakni pada angkatan 2013-2015 (Habu, 2020).

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh Sanggrila (2018), bahwa ada sebuah fenomena prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa yang bekerja hal ini memberikan dampak buruk untuk akademiknya, seperti sering terlambat, sering pasif ketika di situasi tugas kelompok, mengerjakan tugas tidak sungguh-sungguh dan diselesaikan dalam waktu singkat. Hasil dari wawancara pada mahasiswa dan mahasiswi di Universitas 17 Agustus Surabaya yang kuliah dengan bekerja bahwa dampak dari perilaku

prokrastinasi yang dilakukan antara lain, individu tidak lulus tepat waktu dan mengulang kembali mata kuliah yang lain di semester depan, tugas akhir atau skripsi tertunda (Sanggrila, 2018).

Fatimaullah, Jahada, dan Silondae (2019) mendefinisikan tentang di Prokrastinasi akademik sebagai perilaku dimana tugas dan pekerjaan akan ditunda untuk diselesaikan dengan sengaja dan dilakukan secara berulang dan tidak ada tujuan spesifik untuk melakukan sebuah pekerjaan lain selain penyelesaian tugasnya sehingga menyebabkan kegagalan dan keterlambatan penyelesaian tugas tepat waktu dan optimal (Fatimaullah et al., 2019).

Hasil survey yang dilakukan Tim Gamastatistika.com ada beberapa penyebab mahasiswa terlambat atau lama dalam mengerjakan tugas akhirnya, yaitu : 1) Konflik kuliah dan pekerjaan yaitu tidak selaras atau tidak dapat mengelolah waktu antara kuliah dan bekerja, 2) Kepentingan organisasi, 3) Kurangnya tanggung jawab bentuk kesadaran diri individu, 4) Permasalahan dengan pembimbing (Konsultan Analisis Data, 2019). Alasan utama melakukan penundaan di bidang akademik ini menurut penelitian yang dilakukan Wirajaya et al., (2020) di Universitas Pendidikan Ganesha adalah kurangnya manajemen waktu, ketegasan tugas, kurangnya kesungguhan dalam diri, dan inisiatif pribadinya sangat buruk (Wirajaya et al., 2020).

Hasil survey lain mengenai fenomena prokrastinasi akademik mahasiswa akhir yang di Universitas Negeri Malang, yakni sebanyak 177 mahasiswa yang memiliki hambatan dalam penyelesaian skripsi sehingga tidak dapat

menyelesaikan pada tenggat waktu yang ditetapkan. Hambatan yang dialami adalah tidak bisa mengelolah waktu dengan baik, kesulitan mencari acuan sumber literatur dan permasalahan pada dosen pembimbing. Mutadin dalam Zakaria (2017) dalam Syarafina et al., (2019) bahwa terdapat permasalahan yang sering terjadi pada mahasiswa yakni perasaan malas (Syarafina et al., 2019, p. 297).

Hasil *tracking riset* dimana prokrastinasi akademik memiliki faktor yang mempengaruhi yakni *self-evaluation, self efficacy, locus of control, self regulation, self-awareness*, dan *anxiety* (Ferrari dalam Chow, 2011). Ferrari (1992) melakukan sebuah penelitian yang berjudul “*Procrastinators and perfect behavior : an exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self handicapping components*”. Hasil dari salah satu penelitiannya yaitu terdapat hubungan negatif antara kesadaran diri dengan prokrastinasi (Larasati & Sugiasih, 2019, p. 661). Menurut Ramdhani (2016) hasil penelitian yang dilakukan ahli terdahulu dimana prokrastinasi menjadi sebuah prediksi variabel yang mempengaruhinya yaitu motivasi yang rendah, kontrol diri yang rendah, manajemen waktu rendah, defisiensi regulasi diri, kesadaran diri yang rendah, harga diri yang rendah (*self-esteem*), Efikasi diri hingga kecemasan sosial yang di rasakan oleh individu (Ramdhani, 2016).

Rendahnya *self-awareness* atau kesadaran diri menjadi sebuah pemicu yang mempengaruhi dalam melakukan sebuah penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa. Duval & Silvia (2002) mengatakan bahwa kesadaran diri menjadi faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Seseorang yang kesadaran

dirinya baik maka seseorang tersebut dapat memahami emosi yang dirasakan, dapat berfikir secara kritis dan sadar akan apapun yang dilakukan. Hal ini menjadikan bahwa seseorang harus memiliki *self-awareness* sehingga dapat lebih sadar akan apapun yang ada disekitarnya, seperti kewajibannya. Ketika mahasiswa lebih mengutamakan tugas dan pekerjaannya maka hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki *awareness* yang baik. Mahasiswa akan lebih menyadari dampak apabila ia akan melakukan penundaan pada pekerjaannya (Larasati & Sugiasih, 2019).

Berdasarkan teori Goleman, Boyatzki, & McKee (2002) tentang kesadaran diri yakni seseorang akan dapat peka dan dapat memiliki kemampuan mengetahui apa yang sedang dirasakan dan lakukan sehingga dapat melakukan pengambilan keputusan. Kesadaran diri perlu dilakukan untuk mengetahui bahwa pendidikan sangatlah penting. Apabila suatu keputusan yang diambil dapat merugikan dirinya, hal yang harus dilakukan adalah memiliki kesadaran diri untuk dapat berfikir lebih jauh lagi mengenai dampak yang akan didapatkan ketika akan melakukan sebuah penundaan akademik maupun pekerjaan. Penelitian Duval dan Silvia (2002) diperoleh hasil bahwa seseorang yang berhasil atau gagal didapatkan dari bentuk kesadaran dirinya dan kemampuan dirinya yang baik. Jadi dapat disimpulkan bahwa kesadaran diri bisa menentukan dan mempengaruhi tinggi atau rendah prokrastinasi akademik mahasiswa (Duval & Silvia, 2002).

Dari penjelasan diatas dan pemaparan data-data diatas alasan mengapa dipilihnya faktor *self-awareness* untuk menjadi variabel independent karena

masih belum banyak yang meneliti mengenai faktor ini terutama pada subjek mahasiswa akhir dan dari latar belakang diatas bahwa banyaknya prokrastinasi akademik mahasiswa menjadi urgensi riset ini sehingga penulis ingin melakukan riset tentang fenomena ini lebih lanjut tentang hubungan antara *Self-awareness* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Akhir di Universitas Islam Negeri Surabaya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam riset ini adalah apakah terdapat hubungan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya?

C. Keaslian Penelitian

Riset yang membahas tentang prokrastinasi akademik sudah pernah diteliti oleh beberapa peneliti terdahulu, yakni oleh Larasati dan Sugiasih tahun 2019. Penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Kesadaran Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2016 Universitas Islam Sultan Agung Semarang”. Dengan subjek mahasiswa aktif Unisula sebanyak 204 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan 7 subjek masuk dalam kategori prokrastinasi akademik sangat tinggi, kategori tinggi berjumlah 62 subjek, kategori sedang berjumlah 190 subjek, kategori rendah berjumlah 62 subjek dan kategori sangat rendah berjumlah 7 subjek. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Simpulannya yakni memiliki korelasi negatif kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik (Larasati & Sugiasih,

2019). Perbedaan penelitian ada pada variabel X yakni pada jurnal ini memiliki dua variabel X yaitu kesadaran diri dan efikasi diri, perbedaan kedua ada pada subjeknya yaitu pada jurnal ini menggunakan subjek mahasiswa angkatan 2016 Universitas Islam Sultan Agung Semarang dimana di penelitian ini hanya ditujukan kepada angkatan 2016 saja, sedangkan penelitian yang penulis lakukan lebih dikembangkan lagi ke seluruh mahasiswa akhir (angkatan 2018,2017,2016,2015).

Penelitian Nadya Rizkiyanti Rahmanillah dan Nurul Qomariyah (2018) yang berjudul “*Self-Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bekerja”. Subjek dalam riset ini berjumlah 121 responden mahasiswa di daerah Depok, Jawa Barat. Metode pendekatan yang dipakai adalah penelitian kuantitatif. Hasil penelitian menunjukan besa 34,9% adanya pengaruh antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik, dan sebsar 65,1% merupakan faktor lain di luar riset. Simpulan penelitiannya bahwa *self-regulated learning* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja (Rahmanillah & Qomariyah, 2018). Perbedaan penelitian terletak pada variabel X yakni pada jurnal ini menggunakan variabel *self-regulated*, dan terdapat perbedaan pada subjek penelitian yaitu menggunakan subjek mahasiswa yang bekerja.

Penelitian selanjutnya yakni Aprilina Ramadhani (2016) yang berjudul “Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja”. Subjek riset yang dilakukan adalah mahasiswa pascasaarjana sebanyak 294 di fakultas Ilmu

Sosial dan Ilmu Politik yang sedang tidak bekerja. Pendekatan yang dipakai adalah pendekatan kuantitatif. Hasil penelitiannya adalah tidak memiliki korelasi antara konformitas dengan prokrastinasi (Ramdhani, 2016). Perbedaan jurnal ini terletak pada variabel X yaitu konformitas, dan perbedaan selanjutnya ada pada subjeknya yakni menggunakan mahasiswa pascasarjana di Universitas Mulawarman Samarinda.

Panni Ance Lumbantobing (2016) melakukan riset yang membahas tentang “Hubungan *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa yang Bekerja di PTS STMIK-STIE Mikroskil Medan”. Metode penelitiannya adalah riset kuantitatif. Responden dalam riset ini mahasiswa yang bekerja di STMIK-STIE. Instrumen riset yang dilakukan adalah skala prokrastinasi akademik, skala dukungan sosial dan *adversity quotient*. Hasil dari penelitian ini adalah prokrastinasi akademik tergolong sedang dengan nilai rata-rata 61,60, *adversity quotient* memiliki hasil tergolong tinggi dengan nilai 67,52, dan variabel dukungan sosial memiliki hasil kategori sedang dengan rata-rata 62,51. Simpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi *adversity quotient* akan makin rendah prokrastinasi akademik dan semakin tinggi dukungan sosial akan semakin rendah prokrastinasi akademik (Lumbantobing, 2016). Perbedaan penelitian terletak pada variabel x yaitu *adversity quotient* dan dukungan sosial, perbedaan selanjutnya ada pada subjek yaitu dilakukan pada mahasiswa yang bekerja di STMIK-STIE.

Penelitian yang diteliti oleh Putri Saraswati (2017) yang berjudul “Strategi Self Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Akademik”. Riset ini menggunakan dengan pendekatan kuantitatif. Sebanyak 222 orang yaitu mahasiswa dari fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang menjadi responden dalam riset ini. Instrumen tersebut yakni skala prokrastinasi akademik dan skala *self regulated learning*. Hasil penelitian menunjukan adanya korelasi negatif antara prokrastinasi akademik terhadap prestasi akademik. Strategi SLR tidak berhubungan dengan prestasi akademik namun berhubungan dengan prokrastinasi akademik dan jenis kelamin memiliki hubungan dan sumbangan terhadap prestasi akademik (Saraswati, 2017). Perbedaan ada pada variabel x yaitu *self regulated* dan pada jurnal ini menggunakan subjek mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang.

Hasil penelitian lain dilakukan juga oleh Mayrika Nitami, Daharnis, dan Yusri (2015) yang berjudul “Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa”. Pelaksanaan riset ini menggunakan pendekatan deskriptif jenis korelasional. Subjek yang ikut serta berjumlah 208 siswa di SMPN 25 Padang. Hasil dalam riset ini bahwa siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik sedang dengan presentase rata-rata 52%, kategori tinggi dengan rata-rata 69% yakni motivasi belajar dengan bekerja mandiri, Presentase 78% kategori tinggi yakni motivasi belajar berkaitan dengan minat, motivasi belajar pada siswa yang berkaitan dengan aspek ulet saat menghadapi kesulitan memiliki kategori tinggi dengan presentase 71%, motivasi belajar siswa

dengan aspek tekun saat mengerjakan tugas memiliki kategori tinggi dengan presentase rata-rata 76%. Simpulannya adalah penelitian ini menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan pada motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik (Nitami et al., 2015). Unsur pembeda penelitian terletak pada variabel independen yang digunakan yaitu motivasi belajar serta pada subjek penelitian berupa siswa kelas VII dan VIII.

Annisa Rosni Z. dan Sari Zakiah A. (2016) yang membahas tentang “*Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang sedang Menyelesaikan Skripsi*”. Riset yang mereka lakukan adalah pendekatan kualitatif dengan model asosiatif. Subjeknya yakni mahasiswa yang mengampu skripsi di Jakarta dengan jumlah 210 subjek. Alat ukur dalam riset yang dilakukanyakni instrument *Academic Self-efficacy* (ASE) dan *Academic Procrastination* (APS). Setelah dilakukan pencarian data, ditemukan hasil bahwa tidak adanya korelasi pada efikasi diri akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal tersebut dapat terjadi karena responden riset ini memiliki efikasi diri akademik dengan taraf tinggi (59,5%) dan prokrastinasi akademik dengan taraf sedang (57,14%) (Zusya & Akmal, 2016). Perbedaan ada pada variabel X yaitu pada jurnal ini menggunakan *self-efficacy* dengan subjek mahasiswa menyelesaikan skripsi di Jakarta.

Penelitian Catriyona Endrianto (2014) dengan judul “Hubungan antara Self Control dan Prokrastinasi Akademik berdasarkan TMT”. Responden penelitian ini sebanyak 166 mahasiswa angkatan 2016 di fakultas Psikologi UBAYA. Pelaksanaan penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan alat

ukur *Brief Self control* (BSCS) dan skala *Steel Procrastination Scale* (SPS). Hasilnya ditemukan adanya hubungan negative pada kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, hasil penelitian tersebut juga dijelaskan terjadi karena bukan didasari oleh aspek *expectancy*, *value*, dan *implulsivity*. Melainkan karena mahasiswa yang memiliki *control* tinggi akan dapat mengerjakan tugasnya sesuai waktu yang ditetapkan (Endrianto, 2014). Perbedaan pada penelitian ini terletak pada variabel X yaitu jurnal ini menggunakan *self-control* dan subjek menggunakan mahasiswa fakultas psikologi UBAYA angkatan 2012.

Penelitian yang dilakukan oleh Galih, Rin Widya dan Pratista (2018) berjudul “Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam menyelesaikan Skripsi” . Pendekatan yang diterapkan dalam riset tersebut adalah eksperimental berdesain *pretest-posttest control group design*, subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Sebelas Maret dari prodi kedokteran dan psikologi bertotal 16 orang. Hasilnya tidak ditemukan pengaruh dari diberikannya pelatihan manajemen diri pada mahasiswa FK UNS terhadap prokrastinasi akademik penyelesaian skripsi. Namun hasil lain penelitian ini menunjukkan bahwa para subjek mengalami penurunan taraf perilaku prokrastinasi akademik (Palupi et al., 2018). Perbedaan penelitian terletak pada variabel x yakni jurnal ini menggunakan Manajemen Diri, perbedaan kedua adalah subjeknya yakni mahasiswa kedokteran Universitas

Sebelas Maret dan memiliki perbedaan metode penelitian yakni pada jurnal ini dengan pendekatan eksperimen.

Penelitian Vinda Chairunnisa & Dika Sahputra (2019) yang berjudul “Hubungan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”. Penelitian ini berjenis kuantitatif *correlational* deskriptif dan bersubjek 45 mahasiswa semester lima dari Prodi Bimbingan Konseling di UMN Al Washliyah Medan. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa kontrol diri serta prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa dalam kategori sedang. Kesimpulan dan hasil dari penelitian ditemukannya korelasi pada kontrol diri dengan prokrastikasi akademik pada mahasiswa bimbingan konseling semester lima di UMN Alwashliyah Medan (Chairunnisa, 2019). Perbedaan penelitian terletak pada variabel X yaitu Self Control dan perbedaan pada subjek yakni mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling semester lima di UMN Al washliyah Medan.

Seluruh kajian riset terdahulu tersebut memiliki perbedaan pada variabel X dan perbedaan pada subjeknya. Penelitian yang penulis lakukan menggunakan variabel *self-awareness* dimana minimnya penelitian yang meneliti *self-awareness* sebagai variabel yang dapat mempengaruhi variabel prokrastinasi dan penulis juga menggunakan subjek mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya, dimana memang belum ada yang membahas sebelumnya penelitian yang mengangkat topik korelasi antara *self-awareness* dan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir. Itulah mengapa menjadi alasan mengapa penelitian ini penting diteliti lebih lanjut untuk mengetahui korelasi kedua variabel.

D. Tujuan Penelitian

Riset ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui hubungan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

E. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat dalam riset yang dilakukan, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan riset ini memberikan sumbangsi ilmu pengetahuan dalam prodi psikologi, terlebih dalam kajian psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Kepada Mahasiswa

Diharapkan pembahasan dari riset yang dilakukan memberikan informasi mengenai korelasi *self-awareness* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil riset yang dilakukan sebagai pemahaman dan pemikiran untuk kedepannya, sehingga mahasiswa akhir diharapkan dapat memiliki kesadaran diri (*self-awareness*) yang baik dan dapat mencegah perilaku prokrastinasi akademik.

b. Kepada Universitas

Adanya riset yang dilakukan menjadi penjelasan mengenai perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa akhir dan

hubungannya dengan faktor kesadaran diri (*self-awareness*) dalam diri mahasiswa. Dengan adanya riset ini maka dapat membantu pihak universitas dalam merancang dan mengimplementasikan program untuk mengurangi perilaku menunda-nunda tugas akhir dan mengembangkan upaya pencegahan terkait permasalahan tersebut.

c. Kepada Peneliti Selanjutnya.

Dari dilakukannya penelitian ini memungkinkan untuk menjadi tambahan *insight* atau informasi sebagai acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang penundaan akademik mahasiswa akhir. Sehingga dapat diperbarui dan dapat melengkapi.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika dalam riset ini terdiri dari lima bab yang membahas “Hubungan *Self-Awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir”. Adapun penjelasan rinci dari masing-masing bab akan penulis rinci dalam penjelasan berikut:

Bab 1 menjelaskan mengenai latar belakang prokrastinasi akademik dan *self-awareness* mahasiswa akhir. Di bab 1 juga dilampirkan bagaimana rumusan masalah penelitian ini, disebutkan juga keaslian penelitian dengan penjelasannya, apa tujuan dan manfaatnya bagi orang lain.

Pada bab selanjutnya yakni bab kedua menjelaskan mengenai teori dari berbagai sumber yakni sebagai kajian pustaka. Teori didalam bab ini antara

lain teori tentang prokrastinasi akademik dan *self-awareness*, macam-macam, dan faktor-faktor yang mempengaruhi.

Bab 3 membahas tentang metode penelitian, yakni terdapat variabel yang akan diteliti, bagaimana penjelasan definisi operasionalnya, bagaimana penjelasan sebuah rancangan penelitiannya, seberapa banyak jumlah populasi sampelnya, dan terakhir penjelasan mengenai teknik sampling yang akan dipakai.

Bab 4 menjelaskan mengenai hasil dari uji hipotesis dan pembahasan yang berisi tentang penjelasan saat persiapan, saat pelaksanaan proses penelitiannya, bagaimana penjelesana deskripsi kategori variabel dan juga deskripsi tabulasinya, bagaimana hasil uji hipotesisnya dan yang terakhir adalah pembahasan yang dikaji sesuai dengan teori-teorinya.

Bab selanjutnya yakni bab lima adalah menjabarkan kesimpulan dan saran yang akan diberikan kepada peneliti-peneliti selanjutnya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

Kajian Pustaka

A. Variabel Prokrastinasi Akademik

Menurut bahasa, prokrastinasi terdiri dari dua kata bahasa Latin yakni *procrastinare* memiliki arti kedepan atau bergerak maju dan *crastinus* yang berarti hari esok. Sehingga istilah prokrastinasi bila didefinisikan bermakna sebagai sebuah perilaku menunda hingga di ke esokkan harinya dan lebih memilih mengerjakan di esok harinya (Ramdhani, 2016). Menurut Akinsola, dkk (2007) dalam Nafeesa (2018) prokrastinasi adalah perilaku dimana individu menunda sesuatu yang ia lakukan demi kepentingan lain (Nafeesa, 2018, p. 58). Perilaku yang cenderung suka menunda saat akan memulai dan menyelesaikan tugas, menunda mengerjakan tugas, dan tidak dapat selesai tepat waktunya ini juga disebut dengan prokrastinasi (Ferrari , 2010 dalam Ramadhani, 2016).

Prokrastinasi juga sering disebut perilaku tidak mampu dalam mengelola waktu dan mengatur diri sendiri (Vahedi, Mostatafi & Mortazanajad, 2019 dalam Rahmanillah & Qomariyah, 2018). Prokrastinasi dalam beberapa penelitian memberikan hasil bahwa perilaku tersebut memiliki dampak negatif bagi dirinya, orang lain, dan lingkungannya khususnya di bidang akademik. Karena perilaku tersebut hanya membuang waktu dan menjadikannya sia-sia (Tuckman, 2002).

Ghurfron & Risnawita (2010) menjelaskan tentang prokrastinasi sebagai sebuah *habbit* dimana menunda sesuatu dengan tidak ada tujuan dan sebagai sesuatu bentuk penghindaran akan sebuah ketakutan akan kegagalan saat akan melakukan suatu hal (Ghurfron & Risnawita, 2010). Sedangkan menurut Aprilna Ramdhani (2016) menjelaskan bahwa prokrastinasi pada tugas akhir adalah perilaku menunda-nunda untuk memulai, mengerjakan dan menyelesaikan tugas akhir yang dilakukan dengan sengaja dan cenderung menimbulkan dampak negatif bagi mahasiswa yang melakukannya karena ketidakmampuannya untuk mengatur diri (Ramdhani, 2016). Hal ini menunjukkan ketika mahasiswa melakukan penundaan berarti ada kesadaran diri (*self-awareness*) mereka yang kurang.

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu bentuk perilaku kesengajaan untuk memunculkan keterlambatan dalam aspek akademik yang dipengaruhi oleh faktor internal dan lingkungan yang membuat individu tidak segera menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan dengan tepat waktu dan optimal.

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Pada dasarnya faktor-faktor prokrastinasi akademik dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal (dari dalam) dan faktor eksternal (dari luar). Adapun penjelasannya penulis coba jabarkan dibawah :

a. Faktor Internal

Faktor internal ada pada dalam diri dan berpengaruh perilaku penundaan, biasanya factor dari dalam ini timbul bersamaan dengan pertumbuhan dan perkembangan yang dialain oleh individu tersebut. Adapun faktor internal meliputi sebagai berikut :

1. Kondisi Fisik individu

Faktor ini dapat menjadi pengaruh pada perilaku prokrastinasi akademik. Kesehatan fisik dan kesehatan psikis sangat perlu diperhatikan agar terhindar dari munculnya prokrastinasi akademik. Apabila individu memiliki *fatigue* maka kecenderungan melakukan prokrastinasi akan sangat tinggi dari pada seseorang yang belum mengalami hal tersebut.

2. Kondisi Psikologis individu.

Faktor-faktor berikut dapat mempengaruhi perilaku penundaan akademik mahasiswa antara lain evaluasi diri, efikasi diri, regulasi diri, kesadaran diri, kecemasan dan *locus of control* (Ferrari dalam Chow, 2011).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah sesuatu atau hal yang mempengaruhi individu dari luar diri sehingga membentuk suatu pemahaman hingga perilaku penundaan akademik. Faktor eksternal meliputi : Pola asuh orang tua, usia, jenis kelamin,

lingkungan di sekolah, model tugas, *peer group* dan dukungan sosial (Lastary & Rahayu, 2018).

2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari (2010) dalam Ramdhani (2016) menyebutkan bahwa aspek prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi terdiri dari beberapa aspek, yakni:

- a. Melakukan bentuk perilaku dengan tujuan menunda untuk memulai hingga menyelesaikan skripsi.
- b. Timbulnya sebuah kesenjangan terhadap waktu yang telah direncanakan dan kinerja nyatanya.
- c. Menyengaja melakukan keterlambatan dalam penyelesaian tugas
- d. Melakukan kegiatan mendatangkan hiburan dan meyenangkan daripada mengerjakan tugasnya (Ramdhani, 2016).

3. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Ciri-ciri yang telah dimanifestasikan ke dalam indikator sebuah penelitian tentang prokrastinasi menurut Ferrari, dkk (2003) dalam Muslimin (2018) sebagai berikut :

- a. Sikap menunda ketika memulai hingga menyelesaikan pekerjaan. Individu yang melakukan penundaan sebenarnya mereka tahu bahwa tugas arus

segera diselesaikan namun berbeda jika individu tersebut tetap menunda-nunda memulai pekerjaan dan menyelesaikan hingga tuntas.

- b. Keterlambatan saat menyelesaikan tugas atau pekerjaan. Pelaku prokrastinasi membutuhkan waktu lebih untuk dapat menyelesaikan kewajibannya. Bisa jadi terlalu mempersiapkan diri secara berlebihan, melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan tanpa mempertimbangkan batas waktu yang dimiliki.
- c. Adanya kesenjangan waktu pada penyusunan rencana dan kinerja nyata. Individu yang melakukan prokrastinasi mempunyai kesulitan dalam melakukan sesuatu sesuai batas waktu. Keterikatan antara waktu dan pekerjaan menjadi alasan dalam melakukan prokrastinasi.
Seorang individu pasti memiliki sebuah *planning* dalam menyelesaikan sebuah tugas ataupun pekerjaan dalam kurun waktu secepatnya, namun untuk memenuhi rencana yang telah ditentukan itu pastinya timbul sebuah halangan dan kendala yang dapat memicu munculnya prokrastinasi akademik. Sebab itu keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas dapat terjadi pada seorang individu.
- d. Terkadang seorang individu memilih melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada tugasnya. Seseorang mahasiswa yang memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas akhirnya namun memilih untuk melakukan jalan-jalan, menonton bioskop, bermain game, dll (Muslimin, 2018).

Pembahasan tersebut disimpulkan bahwa indikator prokrastinasi akademik berupa keterlambatan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam melaksanakan tugas (*delays in complete task*), keterlambatan karena kesenjangan antara rencana dan kinerja nyata, dan yang terakhir ada keterlambatan karena mereka lebih memilih kegiatan yang lebih menyenangkan daripada bekerja dan menyelesaikan tugas.

4. Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Karakteristik menurut Young & Fritzche (2002) dalam Muslimin (2018), karakteristik seseorang yang melakukan penundaan akademik adalah :

- a. Tidak bisa mengelolah waktu.
- b. Tidak bisa terlalu sibuk terutama sibuk dalam menyelesaikan tugas.
- c. Kepercayaan diri yang rendah.
- d. Melakukan perilaku penundaan untuk mengatasi stress.
- e. Keras kepala, karena yang dapat mengatur dirinya adalah dirinya sendiri.
- f. Merasa dirinya kurang mampu untuk dapat mengerjakan tugas seperti orang lain (Muslimin, 2018).

B. Variabel *Self-Awareness*

1. Pengertian *Self-awareness*

Self awareness yakni sebuah pemahaman tentang diri sendiri baik pemikiran, perilaku dan perkembangan. Patton menjelaskan kesadaran diri terdapat pada *Emotional Intellegency* dan inilah pengembangan (EQ) dimulai, menuju pada kesadaran diri seperti rasa tanggung jawab dan keberanian

(Maharani & Mustika, 2016, p. 60). *Self-awareness* adalah kecerdasan saat seseorang dapat menempatkan diri sesuai dengan keadaan dan sikap sadar tentang apa yang harus ia lakukan (Akbar et al., 2018, p. 267). Pada awalnya konsep *self-awareness* memiliki dua dimensi menurut Duval & Wicklund (1972) dalam Carden et al. (2022) yakni pertama, kesadaran diri subjektif yaitu keadaan kesadaran di mana perhatian difokuskan pada peristiwa di luar diri individu dan kedua, kesadaran diri objektif yang mana difokuskan pada diri individu sendiri. Kedua dimensi ini menjelaskan bahwa kesadaran diri didapatkan melalui pemusatan perhatian pada diri sendiri sesuai dengan standart yang dikembangkan sendiri (Carden et al., 2022). Goleman (2007) membagi kesadaran diri menjadi tiga dimensi yakni *emotional self-awareness* (kesadaran emosional diri) adalah kesadaran dimana individu dapat memahami perasaan sendiri, menyadari kelemahan dan kekuatan diri kita (Goleman, 2007 dalam Syarafina et al., 2019). Kedua, penilaian diri yang akurat (*Accurate self-awareness*), yaitu individu dapat mengenali kelebihan dan kekurangan. Ketiga, kepercayaan diri (*Self-confidence*) adalah dimana seseorang yakin akan kemampuan dalam dirinya, khususnya mampu dalam menyelesaikan tugas (Goleman, 2007 dalam Syarafina et al., 2019, p. 298).

Apabila seseorang memiliki kesadaran diri maka seseorang akan dapat mengdenalikan diri terhadap tujuan hidupnya, memahami bagaimana mengatur emosinya dan pengaruh emosinya dengan kognitifnya. Emosi juga dapat dikelola ketika memiliki kesadaran diri yang baik. Steven dan Howard (2003) juga menjelaskan bahwa *self-awareness* adalah kemampuan dalam

memahami perasaan, alasan melakukan suatu hal tersebut, dan sadar akan pengaruh perilakunya kepada orang lain (Sihaloho, 2019). Kesadaran diri (*self-awareness*) adalah bentuk pemahaman tentang diri sendiri dan bentuk kecerdasan dimana individu dapat menempatkan dirinya pada sebuah keadaan, dan kesadaran akan yang akan ia lakukan. (Akbar et al., 2018). Jadi kesimpulannya adalah kesadaran diri (*self-awareness*) merupakan bentuk pemahaman mengenai dirinya sendiri sehingga dapat mengenali, mengontrol perasaan, pikiran, dan perbuatan kepada orang lain.

2. Bentuk-Bentuk *Self-Awareness*

Baron dan Byrn (2005) dalam Akbar et al., (2018) bahwa *self awareness* memiliki beberapa bentuk diantaranya adalah :

- a. *Self awareness objektif* adalah kesadaran yang dimana pikiran dapat mengetahui bahwa individu tersebut tahu dan mengingat bahwa individu tersebut benar-benar ingat. Dimana individu sadar akan tugas dan tanggung jawabnya.
- b. *Self awareness subjektif* adalah suatu kelebihan dimana individu dapat membedakan dirinya dari lingkungan fisik dan sosialnya, seperti bagaimana individu dapat menilai dirinya berbeda dengan yang lainnya.
- c. *Self awareness objektif* adalah kesadaran yang dimana pikiran dapat mengetahui bahwa individu tersebut tahu dan mengingat bahwa individu tersebut benar-benar ingat. Dimana individu sadar akan tugas dan tanggung jawabnya.

- d. *Self awareness simbolik* adalah kemampuan individu dalam membentuk konsep dapat membentuk konsep dalam diri melalui kemampuan bahasa yakni dalam berkomunikasi, menjalin hubungan, menentukan tujuan sehingga mampu mengevaluasi sehingga dapat lebih memahami diri sendiri (Akbar et al., 2018, p. 268).

3. Aspek-Aspek *Self-Awareness*

Aspek *self-awareness* menurut Goleman dalam Khairunnisa (2017), yaitu

- a. *Accurate self assessment*, yaitu individu mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Individu mengevaluasi diri untuk dapat memikirkan kembali tentang apa yang telah dan akan mereka lakukan dari sudut pandang orang lain untuk lebih mengenal dirinya.
- b. *Emotional self awareness*, yaitu kesadaran untuk dapat memahami emosi dirinya dan bagaimana dampak atau pengaruh emosi pada dirinya. Kesadaran tentang segala hal yang dirasakan dan mengetahui tentang penyebab atau faktor yang membuat munculnya perasaan yang dirasakan.
- c. *Self confidence*, rasa percaya dan sebuah keyakinan dalam diri sehingga seseorang bisa memaksimalkan kelebihan dalam diri yang mana akhirnya dapat memahami kelebihan dan kekurangannya.

4. Karakteristik Pembentuk *Self-awareness*

Menurut Charles *self awareness* memiliki lima elemen primer, yakni :

- a. *Attention* (Atensi Perhatian) adalah kesadaran dipusatkan pada hal-hal eksternal atau internal. Individu dapat mengarahkan perhatian pada peristiwa internal maupun eksternal.
- b. *Wakefulness* (Kesiagaan/kesadaran) adalah sebuah rangkaian dari mulai tidur sampai bangun.
- c. *Architecture* (Arsitektur) adalah proses fisiologis yang berhubungan dengan struktur kesadaran. Karena kesadaran berada di pusat otak dan memiliki korelasi nural kesadaran.
- d. *Recall of knowledge* (Mengingat pengetahuan) adalah proses informasi diambil mengenai pribadi atau sesuatu yang berhubungan dengan lingkungan sekitarnya.
- e. *Self knowledge* (pengetahuan diri) adalah sebuah pemahaman mengenai informasi pribadi seseorang (Maharani & Mustika, 2016).

Mahasiswa yang mempunyai kesadaran diri yang rendah menjadi faktor yang berkaitan dengan perilaku penundaan akademik. Menurut Duval & Silvia (2002) faktor yang mempengaruhi perilaku penundaan akademik yakni *self-awareness* (kesadaran diri) sehingga individu dapat memahami emosi yang dirasakan, mampu berfikir secara kritis dan sadar terhadap apa yang sedang ia lakukan atau perbuat. *Self-awareness* dibutuhkan sebagai usaha mahasiswa untuk lebih peka terhadap apa yang sedang di kerjakan, lebih sadar akan kewajibannya dan sadar akan dampak baik dan buruk segala hal yang sedang ia lakukan (Larasati & Sugiasih, 2019). Maka penulis ingin meriset lanjut

mengenai hubungan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir.

C. Hubungan antara *Self-Awareness* dengan Prokrastinasi Akademik

Menurut Akinsola, dkk (2007) dalam Nafeesa (2018) mendefinisikan prokrastinasi adalah perilaku menunda yang dilakukan untuk tujuan tertentu (Nafeesa, 2018, p. 58). Melakukan penundaan pada hal yang harusnya ia lakukan namun ia tunda untuk sebuah tujuan atau kepentingan-kepentingan tertentu. Prokrastinasi menjadi sebuah masalah apabila seseorang terus-menerus melakukan hal tersebut tanpa adanya perbaikan atau perubahan kearah yang lebih baik.

Steven dan Howard (2003) juga menjelaskan bahwa *self-awareness* adalah kesadaran untuk dapat mengenali perasaan, suatu alasan melakukan suatu hal tersebut, dan sadar akan pengaruh perilakunya kepada orang lain (Sihaloho, 2019). Kesadaran diri (*self-awareness*) adalah bentuk pemahaman tentang diri sendiri dan bentuk kecerdasan dimana individu dapat berfikir sebelum bertindak. Memikirkan baik buruknya dampak yang akan di terima sehingga ia dapat menempatkan diri sesuai dengan kondisi yang ada.

Jadi jika *self-awareness* dikaitkan dengan prokrastinasi akademik yakni bahwa apabila seseorang memiliki kesadaran diri yang baik ia akan cenderung memikirkan dampak ketika ia akan menunda kewajiban di bidang akademik. Hal ini sesuai dengan teori Duval & Silvia (2002) dimana faktor yang mempengaruhi perilaku penundaan adalah kesadaran diri. Kesadaran diri

akan emosi yang dirasakan, sadar akan apa yang sedang dilakukan, berfikir kritis, dan memikirkan sebelum melakukan sesuatu. Mahasiswa ketika dapat membagi waktu, mendahulukan kewajibannya, memikirkan dampak yang akan diterima ketika ia akan melakukan suatu hal maka dapat dikatakan bahwa mahasiswa memiliki kesadaran diri yang baik (Larasati & Sugiasih, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, riset mengenai hubungan *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir menarik untuk dilakukan penelitian lebih lanjut.

D. Kerangka Teoritik

Perilaku prokrastinasi akademik pada dasarnya sebuah perilaku penundaan kewajiban di bidang akademik atau mengabaikan tanggung jawab akademik selama masih mengikuti program studi. Penundaan tersebut dilakukan saat memulai mengerjakan tugas, saat menyelesaikan atau menyerahkan tugas-tugas, penundaan hingga melewati batas waktu tugas yang telah direncanakan dan penundaan dikarenakan sedang melakukan hal-hal menarik lainnya dari pada menyelesaikan tugasnya. Perilaku ini sangat umum terjadi di kalangan mahasiswa selama periode akademik mereka (Amin, 2019). Penelitian telah mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik sangat umum terjadi di kalangan mahasiswa (Wirajaya et al., 2020).

Perguruan tinggi telah mengatur masa studi anak didiknya, mahasiswa sendiri juga harus menyelesaikan studi tersebut selama periode waktu tersebut. Dengan masa akademik tersebut, mahasiswa memiliki banyak kewajiban yang

harus dipenuhi. Bagi sebagian mahasiswa, kewajiban ini menjadi tantangan tersendiri dan disisi lain masih banyak siswa yang menjadikan kewajiban tersebut sebagai hambatan yang harus dihindari (Uzun & Unal, 2014 dalam Amin, 2019). Kewajiban mahasiswa akhir untuk dapat segera menyelesaikan skripsinya sesuai dengan waktu yang ditetapkan. Apabila menyelesaikan melebihi waktu yang ditetapkan maka artinya mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi akademik. Menurut Aprilna Ramdhani (2016) bahwa penundaan ketika mengerjakan tugas akhir adalah bentuk perilaku yang secara sengaja dilakukan dan cenderung tidak segera menyelesaikan tugas akhirnya (Ramdhani, 2016). Aspek –aspek prokrastinasi itu sendiri adalah 1) Tidak langsung memulai dan menyelesaikan tugasnya, 2) Rencana dan kenyataannya memiliki kesenjangan, 3) Lambat dalam menyelesaikan pekerjaannya, 4) Melakukan hal yang mendatangkan hiburan dan menyenangkan (Muslimin, 2018).

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik dibagi menjadi dua, yakni: 1) Faktor dalam diri : keadaan fisik dan kesehatan fisik dan mental seperti : *anxiety*, *self-awareness*, *self efficacy*, *self-evaluatio*, *locus of control*, dan regulasi diri (Ferrari dalam Chow, 2011) 2) Faktor luar diri : gaya pengasuhan orangtua, tipe tugas, usia, jenis kelamin, lingkungan sekolah, dan *peer group*, dukungan sosial (Lastary & Rahayu, 2018). Menurut Ramdhani (2016) hasil penelitian terdahulu prokrastinasi memiliki faktor yang mengikutinya yaitu motivasi yang rendah, kontrol diri yang rendah, manajemen waktu rendah, defisiensi regulasi diri, kesadaran diri yang rendah,

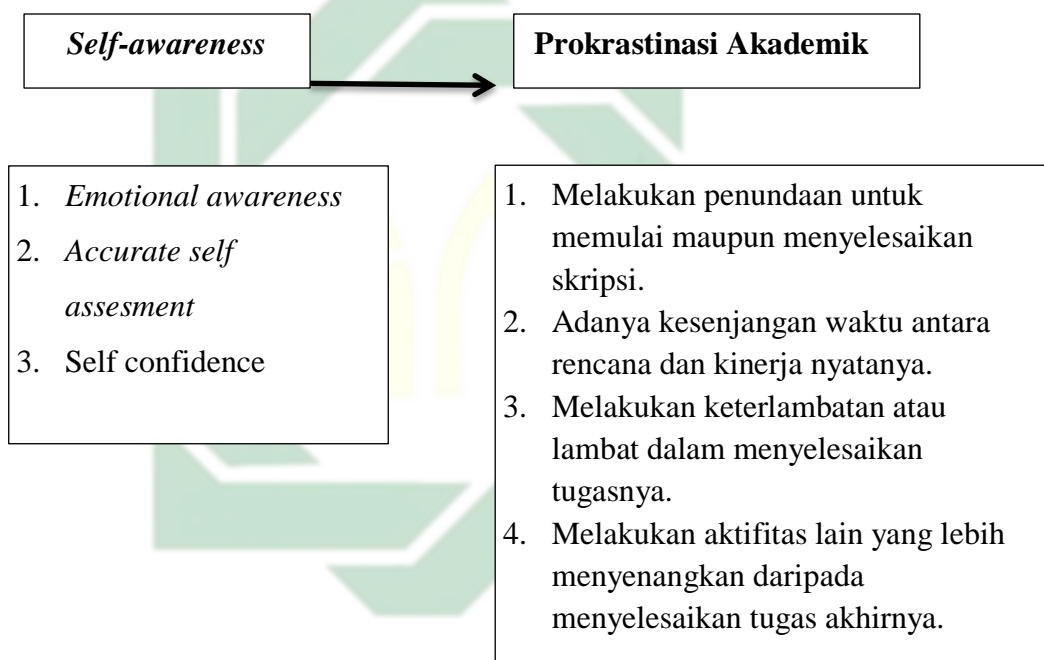
harga diri yang rendah (*self-esteem*), Efikasi diri hingga kecemasan sosial yang di rasakan oleh individu (Ramdhani, 2016).

Salah satu dari faktor tersebut ada *self-awareness*. Kesadaran diri dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memikirkan dampak baik dan buruk ketika menunda pekerjaan memiliki kesadaran diri yang baik. Duval dan Silvia (2002) melakukan riset *self-awareness* dimana hasilnya adalah gagal dan berhasil seseorang terbentuk dari kesadaran diri dan memiliki kompetensi yang baik. Kesadaran diri (*self-awareness*) adalah bentuk pemahaman tentang diri sendiri dan bentuk kecerdasan dimana individu dapat menempatkan dirinya sesuai dengan kondisi yang ada, dan kesadaran akan apa yang akan ia lakukan. (Akbar et al., 2018). Aspek-aspek dalam *self-awareness* adalah *emotional awareness, accurate self assessment, self confidence* (Khairunnisa, 2017).

Apabila seseorang memiliki kesadaran diri maka seseorang akan dapat mengedalikan diri terhadap tujuan hidupnya, memahami bagaimana mengatur emosinya dan pengaruh emosinya dengan kognitifnya (Solso, 2008 dalam Sihalohe 2019). Individu mengenal dirinya sendiri, mampu mengontrol dirinya sendiri, memikirkan sebelum bertindak sesuatu, hal ini lah yang dapat meminimalisir perilaku penundaan akademik tersebut. Terutama penting bagi mahasiswa akhir yang melakukan prokrastinasi dalam menunda menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.

Dari penjelasan tersebut maka perlunya *Self-awareness* yang tinggi untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Semakin tinggi *self-awareness* maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya dan begitu pula sebaliknya.

Sehingga dari penjelasan diatas, dapat digambarkan kerangka teori sebagai berikut:



E. Hipotesis

Berdasarkan uraian kerangka pemikiran di atas maka ditentukan hipotesis dalam penelitian ini yakni “Ada hubungan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya”.

BAB III

Metode Penelitian

A. Rancangan Penelitian

Metode riset ini adalah kuantitatif korelasional. Riset korelasional menurut Azwar (2014) dilakukan guna menganalisis variabel berkaitan dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2014).

B. Identifikasi Variabel

Riset ini berjumlah 2 variabel. Variabel menurut Sugiono (2019) adalah sesuatu yang menjadi objek penelitian dan menjadi peran penting sebuah fenomena atau peristiwa yang diteliti (Sugiyono, 2019). Variabel dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi dua, yaitu:

- a. Variabel Terikat (*Dependent*). Riset ini yang menjadi variabel terikat adalah Prokrastinasi akademik.
- b. Variabel Bebas (*independent*). Penelitian ini variabel bebasnya adalah *Self-awareness*.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel pada penelitian ini yaitu:

- a. Prokrastinasi Akademik, yakni bentuk perilaku menunda yang secara sengaja dilakukan akibat adanya faktor-faktor dalam diri dan lingkungan yang menyebabkan individu ketika menyelesaikan tugas atau pekerjaan

tersebut dengan tidak tepat waktu dan optimal. Indikatornya yaitu berupa penundaan ketika akan mengerjakan dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, adanya kesenjangan waktu, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugasnya.

- b. *Self-awareness*, adalah bentuk pemahaman mengenai dirinya sendiri sehingga dapat mengenali, mengontrol perasaan, pikiran, dan perbuatan kepada orang lain. Aspek *self-awareness* adalah *emotional awareness*, *accurate self assessment*, *self confidence*.

D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

1. Populasi

Populasi yakni jumlah total dari suatu objek penelitian yang nantinya akan dipelajari dan diambil sebuah kesimpulan. Dalam riset ini populasinya adalah mahasiswa akhir (Mahasiswa aktif yang mengambil tugas akhir/skripsi) di UIN Sunan Ampel Surabaya yang berjumlah 5.282 yakni merupakan mahasiswa semester 8 keatas (semester 8,10,12, dan 14) (Data Akademik Rektorat, 2022).

Table 1. Jumlah Total Mahasiswa Akhir (Aktif)

Semester	Jumlah
8	3.362
10	1.233
12	512
14	175
Jumlah	5.282

Sumber : Data Akademik Rektorat (2022)

2. Teknik Sampling

Riset yang dilakukan yakni dengan pendekatan *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Metode ini dilakukan sebagai penentuan sampel dengan syarat atau kriteria tertentu atau adanya sebuah kriteria tertentu pada subjek penelitian (Sugiyono, 2019). Kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel, Mahasiswa semester akhir (8-14), Mahasiswa mengampu mata kuliah skripsi. Alasan penggunaan mahasiswa semester 8-14 adalah karena semester berikut masuk kategori mahasiswa akhir dan sedang mengampu mata kuliah skripsi.

a. Sampel

Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari total dan kriteria yang dimiliki populasi (Sugiyono, 2019). Sampel yang digunakan didapatkan dari rumus Isaac dan Michael, yakni :

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

Dimana,

s = jumlah sampel;

λ^2 = *Chi Kuadrat*, dengan $dk = 1$, tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10%;

N = jumlah populasi;

$d = 0,05$;

$P=Q = 0,5$

Rumus ini telah dilengkapi dengan tabel simulasi perhitungan jumlah sampel menggunakan data populasi hingga mencapai 1.000.000 orang. Sehingga rumus ini lebih memudahkan peneliti dalam menentukan jumlah sampel berdasarkan data populasi menggunakan rumus Isaac Michael. Jika diketahui jumlah populasi sebesar 5282, maka jumlah sampel yang dapat digunakan menurut perhitungan tabel Issac dan Michael adalah sebesar 251 sampel dengan (tingkat kesalahan 10%).

Jadi responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 251 responden, yang mana responden yang menjadi sampel sesuai dengan kriteria dan persetujuan untuk menjadi responden penelitian.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen menurut Arikunto (2013) merupakan yang dipakai oleh peneliti sebagai alat pengumpul data dengan sistematis (Arikunto, 2013). Riset ini menggunakan skala *likert*. Instrumen riset ini menggunakan skala *likerrt*

dimana menurut Sugiyono (2019) memiliki dua jenis item yaitu item *favorable* (mendukung variabel) dan item *unfavorable* (tidak mendukung variabel) (Sugiyono, 2019).

Instrument yang digunakan untuk mengukur *self-awareness* dan prokrastinasi akademik merupakan hasil adaptasi dari penelitian sebelumnya.. Alat ukur menggunakan skala *likert unfavorable* dan *favorable* terdiri dari empat pilihan yaitu : Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju.

Instrument prokrastinasi akademik ini terdiri dari 25 item yang telah dimodifikasi dari angket yang disusun oleh Ahmaini (2010) kemudian di adaptasi oleh Muslimin (2018) instrument ini terdiri dari beberapa indikator menurut Ferrari, Johnson, McCown (dalam Gufron, 2003 dalam Muslimin, 2018), yakni: 1) Melakukan penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan skripsi, 2) Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja nyatanya, 3) Melakukan keterlambatan atau lambat dalam menyelesaikan tugasnya, 4) Sedang melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dari pada menyelesaikan tugas akhirnya (Muslimin, 2018).

Berikut *blue print* dari skala Prokrastinasi Akademik yang digunakan dalam penelitian ini adalah

Table 2. Blueprint Prokrastinasi Akademik

No	Aspek	Indikator	No Aitem	F/U F	Total
1	Penundaan	Penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.	5	F	6 aitem
			11	F	
			22	F	
			1	UF	
			15	F	
			9	F	
2.	Keterlambatan	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.	25	UF	3 Aitem
			10	F	
			6	F	
3.	Kesenjangan	Kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja actual dalam mengerjakan tugas.	21	F	8 aitem
			24	F	
			2	UF	
			16	UF	
			23	F	
			7	F	
			17	F	
			12	F	
4.	Melakukan Aktivitas Lain	Kecenderungan melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan.	3	F	8 Aitem
			18	F	
			20	F	
			13	UF	
			4	F	
			8	F	
			19	F	
			14	F	
Jumlah			25		

Instrumen *self-awareness* modifikasi dari penelitian Ramadhainy (2021) Aspek-aspek dalam *self-awareness* adalah *emotional awareness*, *accurate self assessment*, *self confidence* (Khairunnisa, 2017 dalam Ramadhainy, 2021).

Berikut *blue print* dari skala *Self-awareness* yang digunakan dalam penelitian:

Table 3. Blueprint Self-awareness

No	Aspek	Indikator	No Aitem	F/U F	Total
1	Kesadaran Emosi	1. Mengetahui bagaimana perasaan mereka mempengaruhi kinerja	8	F	2
			19	UF	
		2. Mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman untuk nilai-nilai dan sasaran mereka.	20	F	4
			7	F	
			1	F	
			17	F	
		3. Menyadari keterkaitan antara perasaan dengan yang mereka pikirkan.	9	F	3
			5	UF	
			16	F	
		2	Penilaian diri secara akurat	1. Sadar tentang kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya.	18
6	F				
10	F				
11	F				
2. Menyempatkan diri untuk merenung dan belajar dari pengalaman	15			F	3
	12			F	
	2			F	
3	Percaya diri	1. Berani tampil dengan keyakinan diri dan berani mengutarakannya a Pendapatnya	23	F	4
			21	F	
			14	F	
			24	UF	
		2. Tegas serta mampu membuat keputusan yang baik	22	F	5
			13	F	
			3	F	
			25	F	
			4	F	
Total			25		

F. Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui Hubungan *Self-awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir menggunakan bantuan SPSS dengan teknik Uji korelasi *Pearson Product Moment*, karena data berskala interval/rasio dan digunakan untuk pengujian sederhana yaitu melihat hasil korelasi kedua variabel.

Beberapa hal yang harus dipenuhi sebelum melakukan teknik analisis tersebut adalah :

1. Uji Validitas

Riset ini memakai *product moment* dari Karl Pearson. Menurut Azwar (2012) hasil validitas dinyatakan bagus jika signifikannya $> 0,30$, sehingga hanya item-item yang memiliki total korelasi lebih $>0,30$ maka hasilnya valid (Azwar, 2012).

Instrumen yang gugur pada variabel X (*self-awareness*) ada pada nomor 5,6, dan 24. Dari skala yang terdiri 25 aitem menjadi 22 aitem. Pada variabel Y (Prokrastinasi Akademik) seluruh aitem valid jadi tidak ada perubahan pada jumlah aitem dan blueprintnya.

Table 4. Hasil Uji Validitas Skala Self-Awareness

Item	<i>Corrected Item-total Correlation</i>	Hasil Uji
1	.604	<i>Valid</i>
2	.402	<i>Valid</i>
3	.369	<i>Valid</i>
4	.399	<i>Valid</i>
5	-.231	<i>Tidak Valid</i>
6	.038	<i>Tidak Valid</i>
7	.398	<i>Valid</i>
8	.430	<i>Valid</i>
9	.497	<i>Valid</i>
10	.610	<i>Valid</i>
11	.342	<i>Valid</i>
12	.409	<i>Valid</i>
13	.570	<i>Valid</i>
14	.502	<i>Valid</i>
15	.436	<i>Valid</i>
16	.579	<i>Valid</i>
17	.590	<i>Valid</i>
18	.614	<i>Valid</i>
19	.329	<i>Valid</i>
20	.676	<i>Valid</i>
21	.645	<i>Valid</i>
22	.702	<i>Valid</i>
23	.532	<i>Valid</i>
24	.186	<i>Tidak Valid</i>
25	.498	<i>Valid</i>

Pada instrument *self-awareness* didapatkan nilai lebih tinggi dari nilai R tabel (0,291) berkisar antara (0.295-0.732). Sehingga dapat disimpulkan instrument ini memiliki kriteria valid. Pada instrument Prokrastinasi akademik di dapatkan sebanyak (0.427-0.754) jadi dapat dikatakan bahwa aitem pada instrumen ini adalah valid.

Berikut adalah blueprint *self-awareness* yang valid setelah dikurangi aitem yang gugur pada skala sebelumnya :

Table 5. Blueprint Self-awareness Valid

No	Aspek	Indikator	No Aitem	F/U F	Total		
1	Kesadaran Emosi	Mengetahui bagaimana perasaan mereka mempengaruhi kinerja	6	F	2		
			17	UF			
		Mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman untuk nilai-nilai dan sasaran mereka.	18	F	4		
			5	F			
			1	F			
			15	F			
			Menyadari keterkaitan antara perasaan dengan yang mereka pikirkan.	7		F	2
				14		F	
		2	Penilaian diri secara akurat	Sadar tentang kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya.	16	F	3
					8	F	
9	F						
Menyempatkan diri untuk merenung dan belajar dari pengalaman	13			F	3		
	10			F			
	2			F			
3	Percaya diri	Berani tampil dengan keyakinan diri dan berani mengutarakannya Pendapatnya	21	F	3		
			19	F			
			11	F			
			12	F			
			3	F			
			22	F			
			4	F			
			Total			22	

1. Reliabilitas

Azwar (2015) menjelaskan bahwa koefisien *Cronbach's Alpha* , 0,6 dapat dikatakan reliabilitasnya kurang baik. Sedangkan apabila koefisien *Cronbach's Alpha* $>0,8-0,8$ tingkat reliabilitasnya dapat diterima jika $>0,8$. Metode yang dilakukan adalah teknik koefisien *Cronbach's Alpha* dengan menggunakan SPSS (*Statistical Package for the Sciences*) (Azwar, 2015).

Riset ini mengacu dengan pernyataan Arikunto (2013) dimana menjelaskan jika instrument menunjukkan reliable apabila nilainya antara antara 0,6-1,00 (Arikunto, 2013).

Table 6. Reliabilitas Self-Awareness

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.801	25

Table 7. Reliabilitas Self-Awareness Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.858	22

Table 8. Reliabilitas Prokrastinasi Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.924	25

Instrumen *Self-awareness* dilihat dari nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,858 dimana reliabilitasnya dikatakan baik karena diatas $>0,8$. Instrumen Prokrastinasi diperoleh nilai Reliabilitas (*Cronbach's Alpha*) yakni 0,924 dimana dapat dikatakan jika reliabilitasnya baik.

2. Uji asumsi klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas Kolmogorov sminov menjadi syarat uji asumsi klasik yang dilakukan guna melihat residual berdistribusi normal atau tidaknya. Apabila signifikansi $>0,05$ yakni nilai residual berdistribusi normal. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka nilai residual tidak berdistribusi normal (Ghozali, 2011).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Table 9. Hasil Uji Normalitas

		Unstandardiz ed Residual	
N		251	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	8.37328679	
Most Extreme Differences	Absolute	.078	
	Positive	.078	
	Negative	-.059	
Test Statistic		.078	
Monte Carlo Sig. (2- tailed)	Sig.	.090 ^d	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.082
		Upper Bound	.097

Hasil tabel tersebut terdapat hasil dimana didapatkan signifikansi $0,090 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat. Apabila nilai Sig. *deviation from linierity* $< 0,05$, maka tidak memiliki korelasi yang linier antara kedua variabel tersebut (Garson, 2012).

Table 10. Hasil Uji Linieritas

ANOVA							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
* SA	Between	(Combined)	7683.988	28	274.428	4.030	.000
	Groups	Linearity	5272.854	1	5272.854	77.435	.000
		Deviation from Linearity	2411.135	27	89.301	1.311	.148
Within Groups			15116.848	222	68.094		
Total			22800.837	250			

Dilihat dari tabel tersebut didapatkan nilai signifikansi sebesar $0,148 > 0,05$ maka kesimpulannya terdapat korelasi yang linier antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

Hasil Penelitian dan Pembahasan

A. Hasil Penelitian

1. Merencanakan dan Melaksanakan Penelitian

Pada riset ini penulis membagi tahapan-tahapan sebelum memulai riset, harapannya diperoleh riset yang baik dan optimal. Tahapan yang akan dilakukan penulis sebagai berikut :

a. Tahap Awal

Pada tahap pertama peneliti merumuskan permasalahan yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik dan *self awareness*. Apakah ada hubungannya antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik. Setelah merumuskan masalah, melakukan studi literature untuk mengkaji sebuah teori dari riset terdahulu dimana sesuai rumusan riset ini. Mencari instrumen *self-awareness* dan prokrastinasi akademik. Setelah itu memilih populasi dan sampel yang nantinya menjadi responden penelitian.

b. Tahap kedua

Tahap ini proses penyusunan blue print dan penentuan skala adaptasi yang nantinya akan di *expert judgement*. Setelah dilakukan *expert judgement* pada dosen ahli dalam bidangnya kemudian melakukan *try out* pada 40 mahasiswa dengan kriteria yang sesuai melaluo *google form*.

Setelah itu dilakukan penilaian dan olah data hasil yang telah diisi para responden dan terakhir adalah menganalisis hasil penelitian.

c. Tahap ketiga

Setelah tahapan proses *try out*, melakukan analisis data validitas dan reliabilitas. Tahap ini proses penyusunan blueprint valid dan skala yang valid.

Setelah itu, dilakukan pelaksanaan penelitian dengan penyebaran angket kembali dengan menggunakan *google form*. Lokasi penelitian yaitu UIN Sunan Ampel Surabaya pada tanggal 10 Juli – 6 Agustus 2022. Penyebaran kuesioner dengan link *google form* yang disebar melalui media online. Selama 28 hari telah sesuai dengan target responden yakni 251 subjek sesuai dengan kriteria riset ini.

Ketika data telah didapatkan, peneliti melakukan olah data dengan SPSS 24 menggunakan macam-macam uji yang telah dijelaskan. Ketika hasil uji prasyarat dan uji hipotesis dilanjutkan dengan melakukan analisis data dan melakukan penyusunan laporan hasil riset.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek Penelitian

Responden yang digunakan yakni mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya semester 8 s/d 14 yang sesuai dengan kriteria responden berjumlah 251 responden.

- b. Deskripsi berdasarkan usia responden yang menjadi responden dalam penelitian ini, yaitu:

Table 11. Deskripsi Berdasarkan Usia Responden

Usia	Jumlah	Presentase
20	4	2%
21	25	10%
22	128	51%
23	69	27%
24	23	9%
25	2	1%
Total	251	100%

Dari gambar diatas dapat dilihat bahwa usia subjek sebanyak 251 subjek. Subjek dari usia 20 tahun dengan nilai presentase (2%), usia 21 tahun dengan presentase (10%), usia 22 tahun (51%), usia 23 tahun (27%), dan usia 24 tahun (9%), 25 tahun (1%) . Usia responden menempati jumlah terbanyak yaitu usia 22 tahun sebanyak 128 (51%).

- c. Deskripsi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Table 12. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki –Laki	92	37%
Perempuan	159	63%
Total	251	100%

Jumlah total dalam penelitian ini adalah 251 responden. Terdiri dari 92 (37%) responden laki-laki dan 159 (63%) responden perempuan.

d. Deskripsi Subjek berdasarkan Semester

Table 13. Data Deskripsi berdasarkan Semester Responden

Semester	Jumlah	Presentase
Semester 8	218	87%
Semester 10	24	10%
Semester 12	3	1%
Semester 14	6	2%
Total	251	100%

Semester responden dalam penelitian ini 218 (87%) adalah semester 8. Sebanyak 24 (10%) adalah responden semester 10. Sebanyak 3 (1%) adalah semester 11. Responden terakhir sebanyak 6 (2%) adalah subjek semester 12.

e. Deskripsi berdasarkan Fakultas Responden

Table 14. Data Deskripsi Fakultas Responden

Fakultas	Jumlah	Presentase
FPK	57	22%
SAINTEK	25	10%
FEBI	41	16%
FAHUM	10	4%
FSH	10	4%
FDK	17	7%
FISIP	17	7%
FTK	47	19%
FUF	27	11%
Total	251	100%

Fakultas responden dalam penelitian ini ada 9 fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya. Jumlah terbanyak sebesar 57 responden dari

fakultas FPK (Psikologi dan Kesehatan). Fakultas responden terbanyak kedua adalah fakultas FTK (Tarbiyah dan Keguruan) sebesar 47 responden, Fakultas FEBI (Ekonomi dan Bisnis) sebanyak 41, Fakultas FUF (Ushuluddin dan Filsafat) sebanyak 27, Fakultas SAINTEK (Sains dan Teknologi) sebanyak 25, Fakultas FDK (Dakwah dan Komunikasi) sebanyak 17, Fakultas FISIP (Ilmu Sosial dan Ilmu Politik) sebanyak 17, Fakultas FAHUM (Adab dan Humaniora) sebanyak 10, dan terakhir fakultas FSH (Syari'ah dan Hukum) sebanyak 10 responden.

f. Data Tabulasi Silang

Data tabulasi menjelaskan informasi dari data demografis dengan data variabel.

Table 15. Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Prokrastinasi Akademik

Jenis Kelamin * Prokrastinasi Akademik Crosstabulation		Prokrastinasi Akademik			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Jenis Kelamin	Laki-laki	6	78	8	92
	Perempuan	15	142	2	159
Total		21	220	10	251

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik pada Laki-Laki lebih tinggi dengan jumlah 8 orang dan perempuan 2 orang.

Table 16. Tabulasi Silang Usia dengan Prokrastinasi Akademik

Usia * Prokrastinasi Akademik Crosstabulation					
Count					
		Prokrastinasi Akademik			
		Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Usia	20	0	4	0	4
	21	2	23	0	25
	22	16	107	5	128
	23	3	63	3	69
	24	0	21	2	23
	25	0	2	0	2
Total		21	220	10	251

Tabel di atas dapat dilihat bahwa responden yang memiliki tingkat prokrastinasi paling tinggi adalah pada usia 22 tahun sebanyak 5 subjek.

Table 17. Tabulasi Silang Tingkat Semester dengan Prokrastinasi Akademik

Semester * Prokrastinasi Akademik Crosstabulation					
Count					
		Prokrastinasi Akademik			
		Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Semester	Semester 8	21	188	9	218
	Semester 10	0	24	0	24
	semester 12	0	2	1	3
	Semester 14	0	6	0	6
Total		21	220	10	251

Tabel tabulasi silang memiliki hasil bahwa responden semester 12 sebanyak 1 orang memiliki prokrastinasi yang tinggi, sedangkan kategori sedang ada pada semester 8 sebanyak 188 orang.

Table 18. Tabulasi Silang Fakultas dengan Prokrastinasi Akademik

Fakultas * Prokrastinasi Akademik Crosstabulation

Count		Prokrastinasi Akademik			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Fakultas	FPK	6	48	3	57
	SAINTEK	1	23	0	24
	FEBI	3	35	3	41
	FAHUM	1	9	0	10
	FSH	1	9	0	10
	FDK	1	16	1	18
	FISIP	0	17	0	17
	FTK	8	36	3	47
	FUF	0	27	0	27
	Total		21	220	10

Hasil dari data tabulasi silang tersebut bahwa fakultas yang respondennya memiliki prokrastinasi tinggi adalah fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK) sebanyak 3 orang, fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) sebanyak 1 orang, fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK) sebanyak 3 orang.

g. Kategori Variabel

Kategori variabel *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik dilakukan untuk mengetahui jumlah responden yang berada di kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil kategori ini telah dilakukan dengan masing-masing variabel yang digunakan sebagai acuan atau pedoman seperti berikut:

Table 19. Pedoman Hasil Pengukuran

Rendah	$X < M_ISD$
Sedang	$M_ISD \leq X \leq M_ISD$
Tinggi	$M + ISD \leq X$

Keterangan:

M : Mean

SD : Standart Deviasi

Table 20. Kategori Prokrastinasi Akademik

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase
Prokrastinasi Akademik	Rendah	35	14%
	Sedang	166	20%
	Tinggi	50	66%
	Total	251	100%

Hasil dari tabel diatas dari 251 subjek terdapat 35 mahasiswa yang kategori prokrastinasinya adalah rendah, 166 mahasiswa masuk dalam prokrastinasi kategori sedang, dan 50 mahasiswa ada pada kategori tinggi.

Table 21. Kategori Self-Awareness

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase
<i>Self-awareness</i>	Rendah	7	3%
	Sedang	244	97%
	Tinggi	0	0%
	Total	251	100%

Hasil dari kategori variabel *self-awareness* sebanyak 251 subjek masuk pada kategori sedang yakni sebanyak 244 (97%) mahasiswa yang memiliki

self-awareness yang sedang, dan 7 (3%) mahasiswa masuk pada kategori rendah.

B. Pengujian Hipotesis

Uji Hipotesis

a. Uji statistik Korelasi *Pearson Product Moment*

Uji ini digunakan dalam melihat korelasi variabel-variabel yakni *Self-awareness* dengan Prokrastinasi Akademik. Adapun syarat diterimanya adalah ketika $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel x dengan variabel y. Sedangkan apabila nilai korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan (+) maka hubungan antar variabel adalah searah, sedangkan jika korelasi menunjukkan (-) maka hubungan antar variabel bertolak belakang. Hasil pengujian yang dilakukan sebagai berikut:

Table 22. Korelasi Pearson Product Moment

		Correlations	
		SA	PA
SA	Pearson	1	-.481**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	251	251
PA	Pearson	-.481**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	251	251

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

Hasil pada tabel diperoleh korelasi sebesar -0.481 , dengan signifikansi sebesar $0,000$. karena signifikansi <0.05 , maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada hubungan signifikan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir. Berdasarkan Pearson Correlation sebesar $-0,481$ dimana korelasinya adalah negatif, artinya semakin tinggi *self-awareness* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa akhir.

Nugroho (2005) menjelaskan bahwa korelasi akan menentukan arah dari korelasi. Keeratan hubungan diinterpretasikan kuat dan lemahnya hubungan variabel dalam riset ditentukan pedoman sebagai berikut:

Table 23. Pedoman Tingkat Keeratan Korelasi

Interval Koefisien	Tingkatan Keeratan Korelasi
0,00-0,20	Sangat Lemah
0,21-0,40	Lemah
0,41-0,70	Kuat
0,71-0,90	Sangat Kuat
0,91-0,99	Sangat Kuat Sekali
1	Korelasi Sempurna

Sumber : Nugroho (2005)

Keeratan korelasi dengan nilai pearson sebesar (-0.481) maka dapat dikatakan koefisien korelasi antara variabel *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik korelasi yang kuat yakni kisaran $0,41-0,70$.

C. Pembahasan

Riset ini dilakukan guna melihat korelasi dari *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir. Hasil perhitungan statistik diketahui nilai hasil diperoleh korelasi sebesar -0.481, dengan signifikansi sebesar 0,000 karena signifikansi <0.05 , maka artinya ada hubungan signifikan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir. Hasil ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif antara variabel *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini juga sesuai dengan riset mengenai prokrastinasi sudah pernah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya seperti Ferrari (1992) dengan subjek mahasiswa secara acak bahwa terdapat hubungan negatif antara kesadaran diri dengan prokrastinasi (Ferrari 1992 dalam Larasati & Sugiasih, 2019, p. 661).

Prokrastinasi dapat dipengaruhi beberapa faktor salah satu dari faktor tersebut adalah kesadaran diri. *Self-awareness* dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik seseorang. Hal ini didukung oleh penelitian teori Duval & Silvia (2002) mengatakan bahwa kesadaran diri mempengaruhi prokrastinasi akademik. Seseorang yang memiliki kesadaran diri membuat individu dapat memahami emosi yang dirasakan, memiliki pola pikir kritis, dan sadar akan setiap perilaku maupun tingkah lakunya.

Berdasarkan hasil dari data tabulasi silang dilihat dari jenis kelamin bahwa sebanyak 251 responden penelitian ini jenis kelamin laki-laki masuk pada kategori tinggi dengan jumlah 8 mahasiswa laki-laki yang tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya dari pada perempuan dengan jumlah 2 orang. Hal

ini sesuai dengan pernyataan Friend Sutrisno et al., (2018) yakni jenis kelamin juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Setiap laki-laki dan perempuan memiliki pola berbeda dalam menghadapi sesuatu. Pada laki-laki cenderung akan memiliki reaksi lebih santai dan tenang daripada perempuan, hal ini dapat memunculkan perilaku negatif hingga dapat mengabaikan pekerjaan maupun tugas akademiknya (Syahputra, 2017 dalam Triyanto, 2021). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan riset yang diteliti oleh Shahni, Yaylaqi, dkk dalam Esmaeli & Monadi (2016) bahwa laki-laki cenderung menjadi prokrastinator daripada perempuan.

Pada hasil tabulasi dilihat dari rentang usia responden 20-25 tahun dari 251 responden, dimana usia 22 tahun sebanyak lima subjek masuk pada tingkat prokrastinasi yang tinggi, pada usia 23 tahun sebanyak tiga orang masuk pada kategori tinggi, dan usia 24 sebanyak dua orang ada pada kategori tinggi dan paling banyak sejumlah 107 pada usia 22 tahun masuk pada kategori sedang. Usia 21 tahun masuk pada tahap dewasa awal dimana menurut Santrock (2009) masa dewasa awal adalah masa dimana seseorang sedang proses kemandirian, mencari dan menggali kemampuan dan karier, belajar hidup, dan memikirkan masa depan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada usia ini individu lebih memiliki banyak aktivitas dan kegiatan di bidang akademik maupun di luar akademik tak heran maka ada sebuah perilaku penundaan dalam bidang akademik apabila individu tersebut memiliki banyak kegiatan lain diluar bidang akademiknya. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Wibowo (2014) dalam Zusya & Akmal (2016) bahwa jika

seseorang melakukan kegiatan diluar akademiknya hal ini bisa menjadi pemicu perilaku prokrastinasi tersebut (Zusya & Akmal, 2016).

Pada hasil uji tabulasi semester dengan tingkat prokrastinasi akademik didapatkan bahwa mahasiswa yang masuk pada kategori prokrastinasi yang tinggi adalah semester 12 dengan jumlah 1 orang. Untuk semester 8, 10, 12, dan 14 masuk pada kategori prokrastinasi yang sedang. Penelitian yang dilakukan Ahmaini (2010) dalam Zusya & Akmal (2016) bahwa mahasiswa pada semester akhir akan lebih cenderung melakukan penundaan akademik yang tinggi, dikarenakan adanya perasaan malas dan lama yang akhirnya terjadi keterlambatan dan menunda dalam menyelesaikan tugas akhirnya (Zusya & Akmal, 2016).

Pada hasil tabulasi dilihat dari fakultas yang ada di UIN Sunan Ampel Surabaya yakni mahasiswa yang paling banyak melakukan prokrastinasi akademik dengan tingkat yang tinggi adalah pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan sebanyak 3 mahasiswa. Fakultas Ekonomi dan Bisnis sebanyak 3 mahasiswa. Fakultas Dakwah dan Komunikasi sebanyak 1 mahasiswa dan fakultas Tarbiyah dan Keguruan sebanyak 3 mahasiswa yang masuk kategori prokrastinasi yang tinggi.

Pada hasil data variabel kategori Prokrastinasi di UIN Sunan Ampel Surabaya didapatkan sebanyak 166 responden dengan kategori tingkat sedang, 50 responden dengan prokrastinasi kategori tinggi, dan sebanyak 35 responden masuk pada kategori rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa dari 251 yang

menjadi responden bahwa tingkat prokrastinasi yang ada di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya masuk pada kategori sedang. Pada variabel kategori *self-awareness* didapatkan hasil sebanyak 244 subjek yang memiliki *self-awareness* yang sedang dan 7 responden masuk pada kategori rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya bahwa rata-rata memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang dan rata-rata memiliki *self-awareness* pada tingkat sedang juga. Sesuai dengan riset dilakukan oleh Jannah dan Muis (2011) dalam Larasati & Sugiasih (2019) dimana faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik adalah memiliki aktivitas lain diluar akademiknya, memiliki perasaan malas, pengaruh dari lingkungan, dan sebagainya. Menurut Ferrari (2001) dalam Larasati & Sugiasih (2019) bahwa individu yang tidak memikirkan sesuatu dalam bertindak dan tidak menerima kritikan maka individu tersebut memiliki kesadaran diri yang kurang.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

Penutup

A. Kesimpulan

Hasil riset analisis data penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima. Semakin tinggi *self-awareness* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Pada data demografis dari kategori jenis kelamin, usia, tingkat semester dan fakultas yang menjadi responden sebanyak 251 subjek memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi.

B. Saran

Mahasiswa dapat meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) sehingga diharapkan perilaku prokrastinasi akademik akan menurun. Kesadaran diri harus ditumbuhkan untuk mengatasi perilaku prokrastinasi akademik khususnya bagi mahasiswa yang sedang di tahap penyelesaian tugas akhir. Individu dengan *self-awareness* yang baik akan cenderung memikirkan sebelum melakukan sesuatu. Jadi sebelum seseorang tersebut melakukan sebuah penundaan maka ia akan memikirkan dampak baik dan buruk ketika melakukan hal yang negatif tersebut. Hal ini dilakukan agar mahasiswa tingkat prokrastinasi tidak pada kategori tinggi.

Pihak universitas dapat membantu mahasiswa untuk lebih menyadarkan atau memberikan *awareness* agar mahasiswa tidak sampai melakukan penundaan di bidang akademik, khususnya penundaan dalam penyelesaian tugas akhir. Tidak hanya memberikan *awareness* saja namun juga membantu mahasiswa mengaplikasikan beberapa metode atau cara-cara supaya mahasiswa tidak sampai lulus tidak tepat waktu.

Kesulitan dalam melakukan penelitian ini adalah proses dalam pencarian data saat penyebaran angket secara online membutuhkan waktu yang cukup lama. Sehingga mungkin saran bagi peneliti selanjutnya mungkin bisa melakukan penyebaran angket secara offline namun dengan media *google form* agar mempermudah untuk memindahkan datanya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulrahman, E. M., Pratikto, H., & Suhadianto. (2021). Kontrol Diri dan Prokrastinasi. Akademik pada Mahasiswa.Tingkat.Akhir. *Repository UNTAG*, 1–10. <http://repository.untag-sby.ac.id/10382/>
- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *UPT Perputakan Universitas Muria Kudus*, 1(2), 65–71. <http://eprints.umk.ac.id/271/>
- Akbar, M. Y. A., Amalia, R. M., & Fitriah Izzatul. (2018). Hubungan Religiusitas dengan Self Awareness Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (Konseling) UAI. *Jurnal Al-Azhar Seri Humaniora*, 4(4), 265–270.
- Amin, G. (2019). Academic Procrastination Of College Students. *Jurnal Muara Ilmu Ekonomi Dan Bisnis*, 3(2), 431–442.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas Dan Validitas*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Belajar.
- Carden, J., Jones, R. J., & Passmore, J. (2022). Defining Self-Awareness in the Context of Adult Development: A Systematic Literature Review. *Journal of Management Education*, 46(1), 140–177. <https://doi.org/10.1177/1052562921990065>
- Chairunnisa, V. (2019). Hubungan Self Control Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional & Expo Ii*, 2(2), 1664–1667. <https://E-prosiding.umnaw.ac.id/index.php/penelitian/article/view/406>
- Chow, H. P. . (2011). Procrastination Among Undergraduate Students : Effects of Emotional Intelligence, School Life, Self-Evaluation, and Self Efficacy. *Alberta Journal of Educational Research*, 2, 234–240.
- Data, K. A. (2019). *Faktor Penghambat Skripsi dan Cara Cepat Menyelesaikan Skripsi*. Gamastatistika.Com. <https://gamastatistika.com/2019/11/21/faktor-penghambat-skripsi-dan-cara-cepat-menyelesaikan-skripsi/>
- Duval, T. S., & Silvia, P. J. (2002). Self-awareness, probability of improvement, and the self-serving bias. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 49–61. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.49>

- Endrianto, C. (2014). Hubungan Antara Self Control Dan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Tmt. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1–11. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1501/1221>
- Esmaeli, N., & Monadi, M. (2016). Identifying the causes of academic procrastination from the perspective of male middle school male students. *International Conference on Modern Approach in Humanities*, 2(1), 1–20.
- Fatimaullah, Jahada, & Silondae, D. P. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Terhadap Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Halu Oleo Kendari. *Jurnal BENING*, 3(1), 113–122.
- Garson, D. (2012). *Testing Statistical Assumptions*. Statistical Publishing Associates.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 19*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Habu, A. S. M. (2020). *Hubungan Quarter-Life Crisis dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Hamidah, S. P. (2020). *Hubungan antara Emotion Focused Coping (EFC) dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Khairunnisa, H. (2017). *Self Esteem, Self Awareness, dan Perilaku Asertif*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Larasati, A. R., & Sugiasih, I. (2019). Hubungan antara Kesadaran Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2016 Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)*, 659–667.
- Lastary, L. D., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau Yang Berkuliah Di Jakarta. *Ikraith-Humaniora*, 2(2), 17–23.
- Lumbantobing, P. A. (2016). Hubungan Adversity Quotient Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Yang Bekerja Di Pts Stmik-Stie Mikroskil Medan. *Jurnal Mutiara Pendidikan Indonesia*, 10(8), 1–14. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMT/article/view/82/161>
- Maharani, L., & Mustika, M. (2016). Hubungan Self Awareness dengan

- Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (Penelitian Korelasi Bidang BK Pribadi). *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 57–72.
- Maulida, F. (2021). Hubungan antara Intensitas Menonton Seri Drama Korea dan Stress Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Sunan Ampel Surabaya. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Muslimin. (2018). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Akhir di Universitas Muhammadiyah Malang Ditinjau dari Keaktifan Berorganisasi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nafeesa. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya*, 4(1), 53–67.
- Nitami, M., Daharnis, & Yusri. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Konselor*, 4(1), 1–12. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/6449/5099>
- Nugroho, B. A. (2005). *Strategi Jitu Memilih Metode Statistik Penelitian dengan SPSS*. Andi Offset.
- Palupi, G. R. P., Agustin, R. W., & Satwika, P. A. (2018). Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Wacana*, 10(2), 1–15. <https://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/wacana/article/view/124/121>
- Rahmanillah, N. R., & Qomariyah, N. (2018). Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bekerja. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 117–125.
- Ramadhainy, A. Q. (2021). *Pengaruh Self Awareness terhadap Minat Baca*. Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Ramdhani, A. (2016). Hubungan Konformitas dengan prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja. *Psikoborneo*, 4(3), 383–390.
- Sanggrila, P. (2018). *Hubungan antara Distress dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi UNTAG Surabaya yang juga bekerja*. UNTAG Surabaya.
- Saraswati, P. (2017). Strategi Self Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 210–223. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/14112/7716>

- Sihaloho, R. P. (2019). Hubungan Antara Self Awareness Dengan Deindividuasi Pada Mahasiswa Pelaku Hate Speech. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 5(2), 114–123.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Susanti, E., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan antara Kontrol Diri dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa. *Character*, 2(3), 1–7.
- Sutrisno, A., Rini, A. P., & Pratitis, N. T. (2018). Prokrastinasi anggota Polrestabes Surabaya ditinjau dari jenis kelamin dan locus of control. *Fenomena*, 27(1), 1–12.
<https://doi.org/https://doi.org/10.30996/fn.v27i1.1498>
- Syarafina, S. O., Nurdibyanandaru, D., & Hendriani, W. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295–307.
<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia/index>
- Syukur, M., Awaru, O. T., & Megawati. (2020). Fenomena Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Neo Societal*, 5(4), 374–380.
- Tatan, Z. . (n.d.). Analisis Prokrastinasi Tugas Akhir/Skripsi. *Jurnal Formatif*, 2(2), 82–89.
- Triyanto, E. (2021). *Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Jenis Kelamin*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Tuckman, B. W. (2002). The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51, 473–480.
- Wirajaya, M. ., Padmadewi, N. ., & Ramendra, D. . (2020). Investigating The Academic Procrastination Of Efl Students. *JPBII*, 8(2), 67–77.
- Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191–200.