

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Subjek Populasi/Sampel Penelitian**

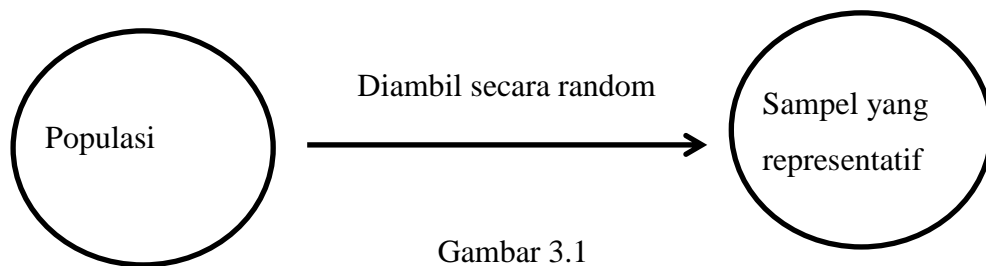
##### **1. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian mengenai program bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan kontrol diri remaja yang mengalami prokrastinasi akademik ini dilakukan di salah satu SMA swasta di Bandung terletak di Jln. Balonggede, Bandung. Salah satu SMA swasta di Bandung ini termasuk sekolah yang cukup strategis dan berada di daerah yang mudah dijangkau.

##### **2. Subjek Populasi/Sampel Penelitian**

Populasi merupakan keseluruhan kumpulan unit atau individu yang menjadi subyek pada suatu penelitian. Hal ini senada dengan pendapat Arikunto (2006:130) yang menyatakan bahwa, "Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian". Sedangkan menurut Sugiyono (2010:117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini dilakukan dalam rangka mengungkap informasi mengenai tingkat kontrol diri yang mengalami prokrastinasi akademik pada siswa Salah satu SMA swasta di Bandung Tahun Ajaran 2013/2014, maka populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa Salah satu SMA swasta di Bandung Tahun Ajaran 2013/2014.

Adapun teknik sampling yang digunakan adalah *propotionate stratified random sampling* atau pengambilan sampel secara acak dengan memperhatikan strata dalam kelompok .



Gambar 3.1

Teknik *propotionate stratified Random Sampling*

(Sugiyono, 2010: 83)

Penentuan sampel berdasarkan dari populasi tertentu yang dikembangkan dari Isaac dan Michael, untuk tingkat kesalahan 10 % . Rumus untuk menghitung uuran sampel dari populasi yang diektahui jumlahnya adalah sebagai berikut :

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

Untuk menentukan sampel dari siswa Salah satu SMA swasta di Bandung yang berpopulasi sebanyak 1100 dengan tingkat kesalahan 10 %, maka sampel yang dibutuhkan adalah 217 siswa ( Sugiyono, 2010 : 87). Dikarenakan populasinya berstrata, maka sampelnya juga harus berstrata. Stratanya ditentukan menurut jenjang kelas. Dengan demikian masing-masing sampel harus proposional sesuai dengan populasi. Maka penentuan sampel adalah sebagai berikut :

Kelas X	= 440/1100 x 217 = 86,8	= 80
Kelas XI	= 356/1100 x 217 = 70	= 70
Kelas XII	= 327/1100 x 217 = 64,5	= 67

## B. Pendekatan, Metode, dan Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2010: 7) menyatakan bahwa kuantitatif merupakan metode ilmiah/scientific karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah, yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis.

Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang didesain untuk menjawab pertanyaan penelitian dengan menggunakan angka statistik. Pendekatan ini menuntut penggunaan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran hingga penampilan hasilnya. Demikian juga pemahaman akan kesimpulan akan lebih baik apabila juga disertai tabel, grafik, bagan, gambar, dan tampilan lain. Selain data yang berupa angka, dalam penelitian kuantitatif juga terdapat data berupa informasi kualitatif. Menurut Arikunto (2006:11) penelitian kuantitatif mempunyai beberapa karakteristik diantaranya :

1. Kejelasan unsur : tujuan, pendekatan, subjek, sampel, sumber data sudah mantap, dan rinci sejak awal.
2. Langkah Penelitian : segala sesuatu direncanakan sampai matang ketika persiapan disusun.
3. Hipotesis : mengajukan hipotesis yang akan diuji dalam penelitian dan hipotesis menentukan hasil yang diramalkan.
4. Desain : dalam desain jelas langkah-langkah penelitian dan hasil yang diharapkan.
5. Pengumpulan Data : kegiatan dalam pengumpulan data memungkinkan untuk diwakilkan.
6. Analisis Data : dilakukan sesudah semua data terkumpul.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yaitu metode untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang suatu permasalahan yang sedang terjadi dengan cara mengolah, menganalisis, menafsirkan dan menyimpulkan data hasil penelitian.

### **C. Definisi Operasional Variabel**

Kontrol diri remaja yang mengalami prokrastinasi akademik yang dimaksud dalam penelitian ini secara operasional yaitu tingkat kemampuan siswa Salah satu SMA swasta di Bandung , dari segi aspek kognitif, afektif dan perilaku dalam

menyusun, mengatur dan mengarahkan perilaku agar terhindar dari sikap prokrastinasi akademik.

## 1. Kontrol Diri

Averill (1973 : 286) mengemukakan kontrol diri yaitu kemampuan individu dalam mengontrol tindakan langsung terhadap lingkungan, pemahaman maknaterhadap peristiwa dan kontrol terhadap alternatif suatu pilihan.

Menurut Averill (1973 : 287) ada tiga aspek kontrol diri, yaitu:

a. *Behavioral control*, Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini terbagi menjadi dua komponen,yaitu :

1) Mengatur pelaksanaan (*regulated administration*)

Indikator :

- a) Kemampuan mengendalikan situasi atau keadaan menurut dirinya sendiri (faktor internal).
- b) Kemampuan mengendalikan situasi atau keadaan menurut sesuatu diluar dirinya (faktor eksternal).

2) Kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*).

Indikator :

- a) Kemampuan untuk mengetahui bagaimana suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.
- b) Kemampuan untuk mengetahui kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

b. *Cognitive control*, Siswa mampu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan.

Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu :

1) Memperoleh informasi

Indikator :

- a) Mengantisipasi keadaan atau peristiwa yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan.
- b) Menginterpretasi keadaan atau peristiwa yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan.

2) Melakukan penilaian (*appraisal*)

- a) Menilai suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
  - b) Menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
- c. *Decisional control*, Siswa mampu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Aspek ini terdiri dari 2 komponen yaitu :

1) Memilih tindakan

Indikator :

- a) Kesempatan memilih berbagai kemungkinan suatu tindakan.
- b) Kebebasan memilih berbagai kemungkinan suatu tindakan.

2) Memilih hasil

Indikator :

- a) Kemungkinan untuk memilih berbagai hasil tindakan.

## 2. Prokrastinasi Akademik

Milgram (Ghufron, 2003:17) mengemukakan prokrastinasi adalah perilaku spesifik, yang meliputi unsur penundaan, menghasilkan akibat-akibat yang



lebih jauh, melibatkan tugas yang dipersepsikan sebagai tugas penting untuk dikerjakan, dan menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan. Berdasarkan definisi Miligram tersebut bahwa dapat diambil kesimpulan yang menjadi aspek dari perilaku prokrastinasi akademik siswa yaitu :

a. Suatu rangkaian perilaku penundaan

Indikator :

1) Perilaku penundaan dalam mengerjakan tugas.

b. Menghasilkan perilaku yang di bawah standar

Indikator :

1) Perilaku dalam menyelesaikan tugas.

2) Cara yang dipilih dalam menyelesaikan tugas

c. Melibatkan tugas yang dianggap penting oleh pelaku prokrastinasi

Indikator :

1) Perilaku dalam menggunakan waktu luang.

2) Perilaku dalam memilih tugas yang seharusnya dikerjakan.

d. Mengakibatkan kerisauan emosional

Indikator :

1) Adanya perasaan gelisah dan tidak nyaman akibat perilaku penundaan, pesimis, takut gagal dan tidak percaya diri.

#### **D. Pengembangan Instrumen**

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah menggunakan angket. Angket yang digunakan merupakan angket tertutup, sehingga responden tinggal memilih jawaban yang yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk menjawab sesuai dengan karakteristiknya (Hatimah, dkk., 2006: 184). Skala yang digunakan dalam angket ini adalah skala Guttman (Nazir, 2005: 340) yaitu angket yang memiliki alternatif jawaban ya dan

tidak. Penggunaan skala Guttman ini bertujuan agar mendapatkan jawaban yang tegas mengenai kontrol diri remaja yang mengalami prokrastinasi akademik. Jawaban “Ya” untuk pernyataan yang sesuai dengan diri siswa, dan jawaban “Tidak” untuk pernyataan yang tidak sesuai dengan diri siswa. Pemberian skor akan bergantung kepada jawaban yang dipilih siswa dan sifat dari setiap pernyataan pada angket. Bila pernyataan bersifat positif, maka skor jawaban “Ya” adalah 1 (satu) dan “Tidak” adalah 0 (nol). Sebaliknya jika pernyataan bersifat negatif, maka skor jawaban “Ya” adalah 0 (nol) dan “Tidak” adalah 1 (satu). Angket ini disusun dan dikembangkan berdasarkan indikator kontrol diri dari Averill.

Untuk mengetahui gambaran umum mengenai kontrol diri siswa Salah satu SMA swasta di Bandung, peneliti mengelompokan siswa berdasar kriteria/kategori sebagai berikut :

$$C = \frac{X_n - X_i}{k}$$

Keterangan :

C = panjang interval kelas

X<sub>n</sub> = Nilai tertinggi

X<sub>i</sub> = Nilai terendah

k = Banyaknya kelas, dalam hal ini adalah 3 (kategori tinggi ,kategori sedang , kategori rendah )

#### **E. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen**

Sebelum angket kontrol diri remaja yang mengalami prokrastinasi akademik digunakan pada sampel penelitian yang sesungguhnya, terlebih dahulu dilakukan validasi baik secara internal (*judgement* instrumen) melalui pakar/dosen Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia maupun secara empirik melalui uji coba lapangan pada objek terbatas, kemudian dihitung validitas dan reliabilitasnya. Pada item yang

tidak valid/tidak reliabel akan dikoreksi/diganti bergantung pada kadar validitas dan reliabilitasnya. Kemudian uji keterbacaan juga penting dilakukan untuk melihat keterpahaman siswa mengenai isi dari instrumen. Kegiatan uji keterbacaan ini dilakukan kepada siswa salah satu SMA swasta di Bandung. Berikut adalah kisi-kisi yang dibuat sebelum dilakukan ujicoba :

**Tabel 3.1**  
**Kisi-kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Akademik**  
**Sebelum Uji Validitas**

No	Aspek	Indikator	Nomor Butir		Jumlah
			(+)	(-)	
1	Perilaku penundaan	a. Perilaku penundaan dalam mengerjakan tugas	1,2,3,4, 7,8,9,10	5,6,11, 12,13,14, 15,16	16
2	Perilaku di bawah standar	a. Perilaku dalam menyelesaikan tugas	24	17,18, 19,20, 21,22, 23	8
		b. Cara yang dipilih dalam menyelesaikan tugas	25,26,27, 28		4
3.	Perilaku dalam menyikapi tugas penting	a. Perilaku dalam menggunakan waktu luang.	34,35	29,30, 31,32, 33	7
		b. Perilaku dalam memilih tugas yang seharusnya dikerjakan	36	37	2



4	Emosi	Adanya perasaan gelisah dan tidak nyaman akibat perilaku penundaan, pesimis, takut gagal dan tidak percaya diri	38,39,41, 42,45,48 ,49	40,43, 44,46 ,47,50 51	14
---	-------	---	------------------------	------------------------	----

**Tabel 3.2**  
**Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri Remaja yang Mengalami**  
**Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Validitas**

No	Aspek Kontrol Diri	Sub Aspek	Indikator	No Item		Total
				+	-	
1	Kontrol Perilaku ( <i>Behavior Control</i> )	Mengatur Pelaksanaan ( <i>regulated administration</i> )	a. Kemampuan mengendalikan situasi atau keadaan menurut dirinya sendiri (faktor internal)	1,6	2,3,45 ,13	7
			b. Kemampuan mengendalikan situasi atau keadaan menurut sesuatu diluar dirinya (faktor eksternal)	10,1 1,16	7,8,9, 12, 14,15, 17, 18	11
		Memodifikasi stimulus ( <i>stimulus modifability</i> )	a. Kemampuan untuk mengetahui bagaimana suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi	26	19,20, 21, 22,23, 24, 25	8
			b. Kemampuan untuk mengetahui kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki	28,2 9, 31	27,30, 32, 33,34, 35	9

			dihadapi			
2	Kontrol kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	Memperoleh Informasi ( <i>Information Gain</i> )	a.Mengantisipasi keadaan atau peristiwa yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan	36	37,38	3
			b.Menginterpretasi keadaan atau peristiwa yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan	39, 40	41	3
		Melakukan Penilaian ( <i>appraisal</i> )	a.Menilai suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	42, 43	44,45	4
			b.Menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	46, 48	47,49, 50, 51	6
3	Kontrol Keputusan ( <i>Decision Control</i> )	Memilih Tindakan	a.Kesempatan untuk memilih berbagai kemungkinan suatu tindakan	54, 55	52,53	4
			b.Kebebasan untuk memilih berbagai kemungkinan suatu tindakan	56	57,58, 59, 60	5
		Memilih Hasil	a.Kemungkinan untuk memilih berbagai hasil tindakan	64	61,62, 63	4
	Jumlah					64

## **F. Prosedur Penelitian**

1. Penyusunan proposal penelitian dan mengkonsultasikannya dengan dosen mata kuliah Metode Riset dan disahkan dengan persetujuan dari dewan skripsi jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dari dosen pembimbing skripsi.
2. Mengajukan permohonan pengangkatan dosen pembimbing skripsi pada tingkat fakultas.
3. Mengajukan permohonan ijin penelitian dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang memberi rekomendasi untuk melanjutkan ke tingkat fakultas.
4. Melakukan studi pendahuluan di lokasi penelitian.
5. Menyusun instrumen penelitian berikut judgment kepada tiga orang ahli dari jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
6. Pelaksanaan pengumpulan data dengan menyebarkan angket.
7. Merumuskan hasil penelitian.
8. Membuat rancangan program bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan kontrol diri remaja yang mengalami prokrastinasi akademik.
9. Melakukan FGD dan judgement program kepada pakar ahli.
10. Menyusun program setelah dilaksanakannya FGD dan judgement program.
11. Menyusun laporan keseluruhan dalam bentuk skripsi.
12. Tahap pelaporan

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket. Menurut Sugiyono (2010 : 199), “Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Angket ini digunakan untuk mengetahui tingkat kontrol diri remaja yang mengalami prokrastinasi akademik.

## **H. Uji Coba Alat Pengumpul Data**

li Indari, 2014

*Program Bimbingan Pribadi-Sosial Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### 1. Menyusun Item/ Butir Pernyataan

Langkah pertama adalah membuat butir pernyataan berdasarkan kisi-kisi instrumen yang telah dibuat. Dalam menyusun pernyataan-pernyataan ini dibuat berdasarkan aspek dan indikator yang telah ditetapkan.

### 2. Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan instrumen bertujuan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi bahasa, konstruk dan isi. Uji kelayakan instrumen dilakukandengan mengadakan penimbangan/penilaian oleh tiga dosen ahli, yakni dengan meminta pendapat dosen ahli untuk memberikan penilaian pada setiap item dengan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM).

**Tabel 3.3**  
**Hasil Uji kelayakan Instrumen**  
**Prokrastinasi Akademik Siswa**

Kesimpulan	No Item	Jumlah
<b>Memadai</b>	2,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19 20,21,22,23,24,25,26,27,28,30,31,32,33,34 35,36,37,38,39,40,41,42,43,44,45,46,47,48, 49,50,51	48
<b>Revisi</b>	1,29,52	3
<b>Dibuang</b>	3,31	2
<b>Total</b>		53

**Tabel 3.4**  
**Hasil Uji Kelayakan Instrumen**  
**Kontrol Diri Siswa Berkenaan Dengan Prokrastinasi Akademik**

Kesimpulan	No Item	Jumlah
<b>Memadai</b>	1,3,5,6,7,8,9,10,12,13,14,15,16,18,19 20,21,22,24,25,26,27,28,29,30,31,32,	59

	33,34,35,36,37,38,39,40,41,43,44,45, 46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57, 58,59,60,61,62,63,64,65	
<b>Revisi</b>	4,11,17,23,42	5
<b>Dibuang</b>	2	1
<b>Total</b>		65

### 3. Perbaiki Instrumen

Setelah melakukan uji kelayakan instrumen oleh pakar, tahap selanjutnya adalah memperbaiki pernyataan-pernyataan instrumen sebelum akhirnya instrumen tersebut dapat disebarakan kepada siswa.

### 4. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen ini dilakukan kepada 3 orang siswa SMA. Ketiga orang tersebut mencakup kelas X, XI, dan XII. Uji keterbacaan ini dilaksanakan untuk melihat apakah instrumen yang telah dibuat dapat dimengerti oleh siswa.

### 5. Uji Validitas Butir Item

Setelah instrumen penelitian di judgement oleh para pakar, direvisi, diuji keterbacaan, dan di revisi kembali, langkah selanjutnya adalah melakukan uji coba instrumen kepada 80 siswa.

Uji validitas penting dilakukan untuk mengetahui kelayakan dari sebuah instrumen untuk digunakan. Sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Valid dalam Bahasa Indonesia disebut dengan istilah “sahih”. Dalam penelitian ini uji validitas akan dilakukan guna



mengetahui kesahihan butir-butir item instrumen. Pengujian validitas item pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS 17.

**Tabel 3.5**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik**

Kesimpulan	No Item	Jumlah
<b>Valid</b>	7,9,10,11,12,14,15,16,17,19,20,21,22,23,25, 26,27,29,30,31,32,33,35,36,37,38,42,44,46,47, 49,	31
<b>Tidak Valid</b>	1,2,3,4,5,6,8,13,18,24,28,34,39,40,41,43,45, 48,50,51	20

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen Kontrol Diri  
Berkenaan Dengan Prokrastinasi Akademik**

Kesimpulan	No Item	Jumlah
<b>Valid</b>	1,2,3,4,6,7,8,10,11,12,14,13,16,17,18,19, 20,21,22,23,24,25,26,27,28,30,31,32, 33,34,35,36,37,40,41,42,43,44,45,46,48, 49,50,51,55,56,57,58,59,60,61,62,64	53
<b>Tidak Valid</b>	5,9,15,29,38,39,47,52,53,54,63	11

**Tabel 3.7**  
**Kisi-kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Akademik  
Setelah Uji Validitas**

No	Aspek	Indikator	Nomor Butir		Jumlah
			(+)	(-)	
1	Perilaku penundaan	a. Perilaku penundaan dalam mengerjakan tugas	7,9,10	11, 12,14,15, 16	8

2	Perilaku di bawah standar	a. Perilaku dalam menyelesaikan tugas		17, 19,20, 21,22, 23	6
		b. Cara yang dipilih dalam menyelesaikan tugas	25,26,27		3
3.	Perilaku dalam menyikapi tugas penting	a. Perilaku dalam menggunakan waktu luang.	35	29,30, 31,32 ,33	6
		b. Perilaku dalam memilih tugas yang seharusnya dikerjakan	36	37	2
4	Emosi	Adanya perasaan gelisah dan tidak nyaman akibat perilaku penundaan, pesimis, takut gagal dan tidak percaya diri	38,42,49	44,46 ,47	6

**Tabel 3.8**  
**Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri Remaja yang Mengalami Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Validitas**

No	Aspek Kontrol Diri	Sub Aspek	Indikator	No Item		Total
				+	-	
1	Kontrol Perilaku ( <i>Behavior Control</i> )	Mengatur Pelaksanaan ( <i>regulated administration</i> )	a. Kemampuan mengendalikan situasi atau keadaan menurut dirinya sendiri (faktor internal)	1,6	2,3,4, 13	6
			b. Kemampuan	10,	7,8,12	9

li Indari, 2014

Program Bimbingan Pribadi-Sosial Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

			mengendalikan situasi atau keadaan menurut sesuatu diluar dirinya (faktor eksternal)	11, 16	,14,17,18	
		Memodifikasi stimulus ( <i>stimulus modifability</i> )	a.Kemampuan untuk mengetahui bagaimana suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi	26	19,20,21,22,23,24,25	8
			b.Kemampuan untuk mengetahui kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi	28, 31	27,30,32,33,34,35	8
2	Kontrol kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	Memperoleh Informasi ( <i>Information Gain</i> )	a.Mengantisipasi keadaan atau peristiwa yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan	36	37	2
			b.Menginterpretasi keadaan atau peristiwa yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan	40	41	2
		Melakukan Penilaian ( <i>appraisal</i> )	a.Menilai suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	42, 43	44,45	4
			b.Menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	46, 48	49,50,51	5

3	Kontrol Keputusan ( <i>Decision Control</i> )	Memilih Tindakan	a.Kesempatan untuk memilih berbagai kemungkinan suatu tindakan	55		1
			b.Kebebasan untuk memilih berbagai kemungkinan suatu tindakan	56	57,58, 59, 60	5
		Memilih Hasil	a.Kemungkinan untuk memilih berbagai hasil tindakan	64	61,62	3
Jumlah						53

## 6. Uji Reliabilitas

Setelah validitas masing-masing item diuji, selanjutnya instrumen tersebut diuji tingkat reliabilitasnya. Reliabel berarti bahwa dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Reliabilitas suatu instrumen memiliki pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2006 : 178) . Untuk menguji nilai reliabilitas dalam penelitian ini dengan menggunakan SPSS 17.

**Tabel 3.7**

### Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
.805	31

Hasil uji reliabilitas menunjukkan reliabilitas instrumen sebesar 0,805. Artinya, instrumen dinyatakan memiliki tingkat konsistensi yang baik dan dapat digunakan kembali.

**Tabel 3.8**

### Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kontrol Diri

### Berkenaan Dengan Prokrastinasi Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
.867	53

Hasil uji reliabilitas menunjukkan reliabilitas instrumen sebesar 0,805. Artinya, instrumen dinyatakan memiliki tingkat konsistensi yang baik dan dapat digunakan kembali.

#### I. Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan diolah dan dianalisis. Dalam penganalisisan data menggunakan teknik statistik inferensial, yaitu teknik statistika yang digunakan untuk membuat kesimpulan-kesimpulan (*to infer*) tentang parameter populasinya (Furqon, 2008: 145).

- a. Menentukan pengkategorian dengan menjumlahkan skor item yang valid dalam instrumen, kemudian dicari panjang interval setiap kelas dengan rumus sebagai berikut :

$$C = \frac{X_n - X_i}{k}$$

k

Keterangan :

C = panjang interval kelas

X<sub>n</sub> = Nilai tertinggi

X<sub>i</sub> = Nilai terendah

k = Banyaknya kelas, dalam hal ini adalah 3 (kategori tinggi, kategori sedang, kategori rendah )

- b. Menghitung skor setiap sampel yang memenuhi kriteria pada setiap kategori.





li Indari, 2014

*Program Bimbingan Pribadi-Sosial Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Suatu Penelitian: Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi Kelima. Jakarta: Rineka Cipta.
- Averill, J.R. (1983). *Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress*. Psychol. Bull. 80:286-303, 1973. Departement of Psychology, University of Massachusetts, Amherst, MA.
- Calhoun, J.F. Acocella, J.R. (1990). *Psychology of Adjustment and Human Relationship*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Dyah, Rahayuning. (2009). *Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*. [Online]. Dirujuk dari : <http://etd.eprints.ums.ac.id/5980/1/F100040103.pdf>
- Furqon. (2008). *Statistika Terapan untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Ghufron, M. Nur. (2003). *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinaksi Akademik*. [online]. Dirujuk dari : <http://www.damandiri.or.id>.
- Ihat Hatimah, dkk. (2006). *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nazir, M. (2005). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Roberts. T.B. (1975). *Behavioral Self Control: Power to the Person. Four Psychologies Applied to Education*. New York : John Wiley and Sons.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.



li Indari, 2014

*Program Bimbingan Pribadi-Sosial Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)