

HUBUNGAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA *PART-TIME* DI KABUPATEN SLEMAN

RINGKASAN

¹Raditya Ardi Pamungkas, ²Muhammad Erwan Syah

Latar Belakang: Sebagian besar mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja *part-time* memiliki kecenderungan mengalami prokrastinasi akademik dengan tingkat yang bervariasi, mulai dari sedang hingga tinggi. Salah satu dampak yang umum dialami adalah kesulitan dalam membagi waktu antara menyelesaikan tugas kuliah tepat waktu dan tuntutan pekerjaan. Mahasiswa perlu memiliki kontrol diri yang kuat agar mampu mengelola waktu secara efektif tanpa mengorbankan salah satu aktivitas.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa *part-time* di wilayah Sleman, Yogyakarta.

Metode: Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *korelasional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria subjek merupakan mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun yang sedang menempuh kuliah dan bekerja *part-time*. Instrumen pengumpulan data terdiri dari skala kontrol diri disusun dengan teori dari tokoh Tangney dkk. (2004) dan skala prokrastinasi akademik disusun dengan teori dari tokoh Ferrari (1995). Metode yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis korelasi *Spearman Rank*.

Hasil: Hasil analisis menunjukkan nilai korelasi $r = -0,459$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik.

Kesimpulan: Adanya hubungan yang sangat signifikan dengan hubungan yang negatif dari kedua variabel yaitu variabel kontrol diri dan prokrastinasi akademik yang dimana memiliki hubungan yang negatif berarti semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademiknya, begitu juga sebaliknya. Hubungan antar variabel tersebut berada pada kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian **diterima**.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Kontrol Diri, *Part-time*.

¹ Mahasiswa (S1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Prodi (S1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND ACADEMIC
PROCRASTINATION AMONG PART-TIME UNIVERSITY STUDENTS IN
SLEMAN REGENCY**

ABSTRACT

¹Raditya Ardi Pamungkas, ²Muhammad Erwan Syah

Latar Belakang: *Most university students who pursue their studies while working part-time tend to experience varying levels of academic procrastination, ranging from moderate to high. One common consequence is the difficulty in managing time effectively between completing academic assignments on time and meeting work-related demands. Therefore, students are required to possess a strong sense of self-control to manage their time efficiently without neglecting either responsibility.*

Tujuan: *This study aims to examine the relationship between self-control and academic procrastination among part-time students in the Sleman region, Yogyakarta.*

Metode: *The research method used was quantitative with a correlational approach. The sampling technique used purposive sampling, with the criteria for subjects being active students aged 18–25 years who were studying and working part-time. The data collection instruments consisted of a self-control scale developed using the theory of Tangney et al. (2004) and an academic procrastination scale developed using the theory of Ferrari (1995). The method used to test the hypotheses was Spearman Rank correlation analysis.*

Hasil: *The results showed a correlation coefficient of $r = -0.459$ with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.01$), indicating a significant negative relationship between self-control and academic procrastination.*

Kesimpulan: *There is a very significant relationship with a negative relationship between the two variables, namely the self-control variable and academic procrastination, which has a negative relationship, meaning that the higher the self-control, the lower the level of academic procrastination, and vice versa. The relationship between these variables is in the moderate category. These results indicate that the research hypothesis is **accepted**.*

Keywords: *Academic Procrastination, Self-Control, Parttime*

¹ Mahasiswa (S1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Prodi (S1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta