

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI TENAGA KEPENDIDIKAN DAN DOSEN BERDASARKAN GENDER

SELVIAN HANDAYANI, MUH. IKHSAN ALIF, IRMA FITRIA, MUHAMMAD AFDELPIERO
HIDAYAT, MASAYU SITTI NUR SYABINA

Institut Teknologi Kalimantan, Indonesia

Email: selvian@staff.itk.ac.id, ikhsan.alif@lecturer.itk.ac.id,
irma.fitria@lecturer.itk.ac.id, afdelpiero.h@gmail.com, msyabina@gmail.com

(Article History)

Received November 14, 2024; Revised December 15, 2024; Accepted December 20, 2024

Abstract: The Influence of Self-Control on Procrastination of Education Personnel and Lecturers Based on Gender

The role of academics in achieving the goal of educating the nation is very important, as demonstrated by lecturers and academic staff. Effective time management is essential, yet procrastination is still common, often putting off tasks such as preparing teaching materials, grading, and completing research. Procrastination, a complex issue involving self-control, negatively impacts work quality and academic productivity. This study aims to analyse the influence of self-control on academic procrastination among lecturers and academic staff at Kalimantan Institute of Technology, focusing on gender-based patterns. Using purposive sampling, data was collected through questionnaires and analyzed using Structural Equation Modeling (SEM-PLS). Findings showed a significant negative relationship between self-control and procrastination, with a stronger effect among male academics. This suggests that higher self-control correlates with lower procrastination tendencies. These results underscore the importance of self-control in managing academic responsibilities and highlight the need for targeted interventions to improve time management and self-regulation. It is recommended that educational institutions develop training programs that focus on improving self-control, especially tailored to male academics, to reduce procrastination and improve overall productivity.

Keywords: *Procrastination, Self-Control, Time Management, Gender Differences*

Abstrak: Pengaruh Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Tenaga Kependidikan dan Dosen Berdasarkan Gender

Peran akademisi dalam mencapai tujuan mencerdaskan kehidupan bangsa sangatlah penting, seperti yang ditunjukkan oleh para dosen dan staf akademik. Manajemen waktu yang efektif sangat penting, namun prokrastinasi masih sering terjadi, sering kali menunda tugas-tugas seperti menyiapkan bahan ajar, menilai, dan menyelesaikan penelitian. Prokrastinasi, masalah kompleks yang melibatkan kontrol diri, berdampak negatif pada kualitas kerja dan produktivitas akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik di kalangan dosen dan staf akademik di Institut Teknologi Kalimantan, dengan fokus pada pola berbasis gender. Dengan menggunakan purposive sampling,

data dikumpulkan melalui kuesioner kepada dosen dan staf akademik di Institut Teknologi Kalimantan dan dianalisis menggunakan *Structural Equation Modeling (SEM-PLS)*. Temuan menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi, dengan efek yang lebih kuat di kalangan akademisi pria. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri yang lebih tinggi berkorelasi dengan kecenderungan prokrastinasi yang lebih rendah. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya kontrol diri dalam mengelola tanggung jawab akademik dan menyoroti perlunya intervensi yang ditargetkan untuk meningkatkan manajemen waktu dan pengaturan diri. Disarankan agar institusi pendidikan mengembangkan program pelatihan yang berfokus pada peningkatan kontrol diri, terutama yang disesuaikan dengan akademisi pria, untuk mengurangi prokrastinasi dan meningkatkan produktivitas secara keseluruhan.

Kata Kunci: Prokrastinasi, Kontrol Diri, Manajemen Waktu, Perbedaan Gender

PENDAHULUAN

Peran akademisi dalam mewujudkan tujuan mencerdaskan kehidupan bangsa sangat penting seperti yang dilakukan oleh dosen dan tenaga kependidikan. Namun untuk mewujudkan hal tersebut tidaklah mudah, tugas-tugas yang dimiliki oleh dosen dan tenaga kependidikan baik tugas utama maupun tugas tambahan sangatlah banyak. Adapun tugas utama dosen adalah melaksanakan tridharma perguruan tinggi yang meliputi pengajaran minimal 12 SKS, melaksanakan penelitian dan pengabdian masyarakat. Sedangkan tugas tenaga kependidikan adalah membantu administrasi seperti mengelola data akademik dan keuangan. Dosen dan tenaga kependidikan membutuhkan manajemen waktu yang baik untuk mengerjakan tugas-tugas tersebut. Namun dalam pengerjaannya, prokrastinasi atau penundaan tugas masih sering terjadi di kalangan akademisi. Adapun contoh penundaan yang sering dilakukan oleh akademisi seperti; (1) menunda pembuatan perangkat pembelajaran; (2) menilai hasil belajar; (3) membuat surat-menyurat dan; (4) menyelesaikan penelitian dan publikasi ilmiah. Kondisi ini sangat berpengaruh karena dampaknya yang signifikan terhadap kualitas dan mutu pendidikan secara keseluruhan serta mempengaruhi efektivitas pembelajaran yang berpengaruh pada sumber daya manusia (SDM) yang dihasilkan.

Prokrastinasi menjadi salah satu isu penting yang banyak diteliti di dalam dunia akademik. Kim dan Seo (2015) menemukan bahwa orang yang sangat prokrastinasi memiliki masalah dengan manajemen waktu dan kontrol diri. Penemuan ini menunjukkan bahwa kemampuan psikologis sangat penting dalam mengatasi perilaku ini. Steel & Klingsieck (2020) menambahkan dalam penelitian mereka bahwa perilaku prokrastinasi cenderung berdampak negatif pada

kesejahteraan subjektif dan pencapaian akademik seseorang, dengan efek jangka panjang.

Kontrol diri merupakan faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi. Kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan dorongan sesaat demi mencapai tujuan jangka panjang (Jinha *et al.*, 2017). Ramzi & Omid (2019) juga menemukan, gangguan dan hal-hal yang menyenangkan di lingkungan sangat mengganggu orang dengan kontrol diri yang rendah. Tugas yang sulit atau tidak menyenangkan meningkatkan keinginan mereka untuk mencari aktivitas lain. Selain itu, penelitian telah menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kontrol diri yang rendah melakukan prokrastinasi karena mengalami kesulitan untuk mengatur tujuan dan melepaskan diri dari aktivitas yang menyenangkan, meskipun mereka menyadari dampak negatif dari penundaan.

Pentingnya kontrol diri semakin diperkuat oleh penelitian yang mengaitkan aspek emosional dan lingkungan. Balkis & Duru (2016) menemukan bahwa guru dan dosen yang memiliki kontrol diri yang tinggi memiliki kecenderungan yang lebih rendah untuk tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas administratif dan akademik. Sirois *et al.*, (2019) mengungkapkan bahwa individu dengan kontrol diri rendah lebih rentan terhadap distraksi dan kesulitan menetapkan tujuan. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri tidak hanya memengaruhi perilaku prokrastinasi tetapi juga berdampak pada cara individu menghadapi tugas sulit dan lingkungan yang penuh gangguan.

Aspek menarik lainnya dalam kajian prokrastinasi adalah adanya variasi berdasarkan karakteristik demografis, khususnya gender, yang memberikan dimensi tambahan dalam pemahaman fenomena ini. Balkis & Erdinç (2017) dalam penelitiannya mengidentifikasi perbedaan pola prokrastinasi berdasarkan gender, yang menunjukkan adanya variasi dalam cara individu menghadapi dan mengelola perilaku prokrastinasi. Studi menunjukkan bahwa beberapa faktor, seperti perbedaan gender dan pengendalian diri, mempengaruhi prokrastinasi akademik. Seperti yang ditunjukkan oleh penelitian, siswa laki-laki lebih sering menunda daripada siswa perempuan. Ini mungkin disebabkan oleh perbedaan dalam pengaturan diri dan impulsivitas mereka. Selain itu, Yağan (2022) menekankan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengelola dorongan dan emosi, tampaknya memainkan peran penting dalam mengurangi perilaku menunda-nunda siswa. Ini karena pengendalian diri terkait dengan keterlibatan akademik yang lebih konsisten dan kinerja akademik yang lebih baik. Studi lain menunjukkan bahwa bidang studi juga mempengaruhi pengendalian diri dan penundaan, dengan dampak yang berbeda terhadap kinerja akademik berdasarkan disiplin ilmu. Ini menunjukkan bahwa baik gender maupun konteks, seperti lingkungan akademik dan tuntutan bidang tertentu, dapat mempengaruhi bagaimana mekanisme pengendalian diri diterapkan. (Alaya *et al.*, 2021)

Berbagai fenomena yang dijelaskan oleh para ahli tersebut menjadi dasar dari pemikiran penelitian ini. Hasil penelitian ini memperluas pemahaman tentang bagaimana faktor gender dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi dalam lingkungan akademik, termasuk perbedaan dalam pola pengelolaan waktu, strategi penyelesaian tugas, serta pendekatan terhadap tekanan akademik. Penelitian ini juga menekankan pentingnya memperhatikan aspek gender dalam merancang strategi penanganan prokrastinasi yang lebih efektif dan tepat sasaran.

Di Indonesia, studi mengenai prokrastinasi di kalangan tenaga pendidik dan dosen masih terbatas, terutama yang meneliti hubungan antara kontrol diri dan perilaku prokrastinasi dengan memperhatikan aspek gender. Padahal, pemahaman yang mendalam tentang dinamika ini sangat penting untuk merancang strategi intervensi yang efektif dalam menangani masalah prokrastinasi di kalangan akademisi perguruan tinggi. Berdasarkan kebutuhan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi di kalangan tenaga pendidik dan dosen, serta mengidentifikasi pola prokrastinasi berdasarkan gender. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan strategi manajemen sumber daya manusia di institusi pendidikan, khususnya dalam upaya meningkatkan produktivitas dan kualitas kerja tenaga kependidikan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan data primer yang diperoleh melalui kuesioner. Penelitian ini dilakukan di Institut Teknologi Kalimantan, dengan populasi yang terpilih dalam penelitian ini adalah sebanyak 209 orang tenaga pendidik dan dosen di Institut Teknologi Kalimantan. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *non-probabilitas*, yang berarti setiap anggota populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel, dan jumlah populasi yang ada tidak diketahui secara pasti (Cooper & Schindler, 2014). Metode sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dimana peneliti memilih sampel berdasarkan penilaian pribadi dengan tujuan yang spesifik (Neuman, 2014).

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai instrumen utama pengumpulan data yang terdiri dari tiga bagian. Bagian pertama berisi pernyataan persetujuan responden untuk mengisi kuesioner. Bagian kedua memuat pernyataan terkait konstruk-konstruk penelitian yang dianalisis menggunakan skala Likert 1-5 (1 = sangat tidak setuju, hingga 5 = sangat setuju). Prokrastinasi diukur menggunakan *General Procrastination Scale* yang diadaptasi dari Lay (1986). Dari 20 item asli, 6 item dipilih berdasarkan rekomendasi Stanton *et al.*, (2006) untuk menyederhanakan skala. Contoh pernyataan prokrastinasi seperti; dalam mempersiapkan suatu tenggat waktu, saya sering membuang-buang waktu dengan

melakukan hal lain, saya terus-menerus selalu mengatakan bahwa saya akan menyelesaikan tugas-tugas esok hari saja. Kontrol diri diukur dengan 15 item yang dikembangkan oleh (Schmidt & Neubach (2007), mencakup tiga dimensi, yaitu; (1) Kontrol impuls yang terdiri dari enam pernyataan, seperti; saya tidak diperbolehkan untuk kehilangan kontrol diri dengan semua tugas-tugas yang saya hadapi, tugas-tugas yang saya hadapi menuntut saya untuk menjadi sabar; (2) Mengatasi resistensi yang terdiri dari lima pernyataan, seperti; saya membutuhkan kemauan yang tinggi untuk mengerjakan tugas yang tidak menarik, saya benar-benar perlu memaksakan diri untuk menyelesaikan tugas yang kompleks; (3) Menahan gangguan yang terdiri dari empat pernyataan, seperti; untuk mengatasi beban tugas, saya harus memaksakan diri untuk tidak membuang waktu pada hal-hal yang tidak penting, jika ingin berhasil menyelesaikan tugas saya tidak boleh menyerah pada gangguan apapun. Gender akan menjadi variabel pembeda dalam penelitian ini. Gender digunakan untuk menganalisis pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi berdasarkan jenis kelamin. Gender sebagai kategori untuk memahami apakah terdapat perbedaan signifikan dalam hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi laki-laki dan perempuan. Analisis dilakukan untuk mengidentifikasi perbedaan perilaku prokrastinasi dan tingkat kontrol diri berdasarkan gender.

Pengolahan dan analisis data menggunakan pendekatan *Structural Equation Modeling* berbasis *Partial Least Square (SEM-PLS)*. Tahapan analisis mengikuti prosedur standar yang meliputi spesifikasi model struktural dan pengukuran, konstruksi diagram jalur, konversi ke sistem persamaan, estimasi parameter, evaluasi model, hingga pengujian hipotesis. Evaluasi model mencakup pemeriksaan *outer* model dan *inner* model. Untuk model pengukuran reflektif, kriteria yang diperiksa meliputi; (1) Validitas konvergen, menggunakan parameter *loading factor* dengan ambang batas minimal 0,3; (2) Validitas diskriminan, melalui pemeriksaan *cross loading* antar indikator; (3) Reliabilitas: mengacu pada nilai *cronbach's alpha* dan *composite reliability* dengan *threshold* 0,7. Kualitas model struktural dinilai berdasarkan koefisien determinasi (R^2) dengan kriteria yang dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kriteria Kualitas Model Struktural berdasarkan Koefisien Determinasi (R^2)

Nilai R^2	Kategori Model
$R^2 = 0,19$	Lemah
$R^2 = 0,33$	Moderat
$R^2 = 0,67$	Substansial
$R^2 > 0,7$	Kuat

Pengujian hipotesis dilakukan melalui prosedur *bootstrap* dengan membandingkan nilai t-statistik terhadap t-tabel atau nilai probabilitas terhadap tingkat signifikansi yang ditetapkan. Keputusan penolakan H_0 diambil ketika $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ atau $p\text{-value} < \alpha$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Model Pengukuran (*Outer Model*)

Uji Validitas Konvergen

Dalam evaluasi model pengukuran menggunakan *SMART PLS*, uji validitas dan reliabilitas model dilakukan untuk memastikan konsistensi dan akurasi pengukuran indikator terhadap variabel latennya. Salah satu caranya adalah dengan menganalisis nilai *outer loading* tiap indikator, yang menunjukkan seberapa besar kontribusi indikator tersebut dalam menjelaskan konstruk laten. Nilai *outer loading* $\geq 0,7$ dianggap valid, sedangkan nilai di bawah 0,4 dieliminasi karena kontribusinya yang rendah. Nilai antara 0,4 hingga 0,7 dipertimbangkan berdasarkan pengaruhnya terhadap *composite reliability* dan *average variance extracted (AVE)*; jika eliminasi meningkatkan reliabilitas atau *AVE*, maka indikator dapat dihilangkan. Evaluasi ini memastikan model pengukuran lebih akurat dan konsisten (Hair *et al.*, 2022).

Tabel 2. Hasil *Outer Loading*

	Prokrastinasi	Tuntutan Kontrol Diri
TKD.KI		0,955
TKD.MG		0,804
TKD.RD		0,344
PRKT1	0,891	
PRKT2	0,908	
PRKT3	-0,841	
PRKT4	0,864	
PRKT5	0,839	
PRKT6	-0,198	

Sumber: Data diolah peneliti, 2024

Sementara nilai *outer loading* $< 0,4$ selalu dieliminasi dari proses analisis. Dari tabel 2, indikator TKD.RD, PRKT3, dan PRKT6 tidak lolos untuk uji selanjutnya, maka indikator TKD.RD, PRKT3, dan PRKT6 akan dieliminasi. Setelah indikator tersebut tereliminasi, tahap selanjutnya adalah melakukan tahap yang sama seperti sebelumnya, yaitu analisis *outer model* menggunakan *SMART PLS*. Hasil model pengukuran tersebut dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil *Outer loading* setelah Indikator Tidak Valid Dieliminasi

	Prokrastinasi	Tuntutan Kontrol Diri
TKD.KI		0,963
TKD.MG		0,802
PRKT1	0,914	
PRKT2	0,922	
PRKT4	0,905	
PRKT5	0,880	

Sumber: Data diolah peneliti, 2024

Berdasarkan pada Tabel 3 seluruh indikator memiliki nilai *outer loading* > 0,7 yang artinya seluruh indikator dapat dipertahankan untuk analisa selanjutnya.

Uji Validitas Diskriminan

Uji validitas diskriminan dapat dilakukan dengan pendekatan *cross loading* untuk memastikan bahwa suatu indikator memiliki korelasi lebih kuat dengan konstruk yang diukurnya dibandingkan dengan konstruk lainnya. Dalam hal ini, nilai *outer loading* indikator pada konstruk yang relevan seharusnya lebih besar daripada nilai *cross loading* indikator tersebut pada konstruk lain. Jika terdapat *cross loading* yang lebih tinggi daripada *outer loading* , maka hal ini menunjukkan masalah dalam *discriminant validity*. Metode ini umumnya dipandang sebagai pendekatan yang cukup liberal dalam menentukan *discriminant validity* (Hair et al., 2014).

Tabel 4. Hasil Validitas Diskriminan

No	Variabel	Mean	Std. Deviation	1	2	3
1.	Jenis Kelamin	0,510	0,501	1,000		
2.	Prokrastinasi	3,211	0,676	0,166	0,905	
3.	Tuntutan Kontrol Diri	3,387	0,752	-0,054	-0,301	0,887

Sumber: Data diolah peneliti, 2024

Tabel 4, nilai *mean* menunjukkan rata-rata dari masing-masing konstruk, sementara standar deviasi menunjukkan seberapa tersebar atau bervariasi nilai-nilai tersebut di sekitar *mean*. Secara keseluruhan, prokrastinasi dan tuntutan kontrol diri menunjukkan tingkat variasi yang moderat, sedangkan jenis kelamin memiliki variasi yang sangat kecil, yang sesuai dengan data kategorik.

Berdasarkan hasil uji *discriminant validity* pada Tabel 4, korelasi antara jenis kelamin dengan dirinya sendiri adalah 1,000, yang sesuai karena korelasi sebuah konstruk dengan dirinya sendiri selalu sempurna. Korelasi prokrastinasi dengan dirinya sendiri adalah 0,905, menunjukkan bahwa konstruk prokrastinasi memiliki validitas konvergen yang baik. Korelasi tuntutan kontrol diri dengan dirinya sendiri adalah 0,887, menunjukkan bahwa konstruk ini juga memiliki validitas konvergen yang baik, karena nilainya lebih besar daripada korelasi dengan konstruk lain.

Uji Reliabilitas

AVE adalah ukuran yang digunakan untuk menguji *convergent validity* pada tingkat konstruk. Nilai *AVE* dihitung dari rata-rata kuadrat loading indikator-indikator terhadap konstruknya, yang menggambarkan seberapa besar konstruk mampu menjelaskan varians dari indikator-indikator yang terkait. Nilai *AVE* ≥ 0,50 menunjukkan bahwa konstruk mampu menjelaskan lebih dari setengah varians indikatornya, sedangkan nilai < 0,50 menunjukkan bahwa terdapat lebih banyak

kesalahan pada indikator dibandingkan varians yang dijelaskan oleh konstruk (Hair et al., 2022).

Composite Reliability dan *Cronbach's Alpha* digunakan untuk mengukur konsistensi internal konstruk dalam SEM-PLS. *Composite Reliability* dianggap lebih cocok dalam konteks PLS-SEM karena tidak mengasumsikan *loading* yang sama di setiap indikator, sehingga memberikan ukuran yang lebih fleksibel terhadap perbedaan kontribusi indikator. Nilai *composite reliability* yang memadai adalah $\geq 0,70$, tetapi nilai antara 0,60 dan 0,70 masih dapat diterima dalam penelitian eksploratori. Sementara itu, *cronbach's alpha*, yang mengasumsikan kesetaraan *loading*, dianggap sebagai ukuran yang lebih konservatif untuk reliabilitas, tetapi tetap dapat digunakan sebagai acuan tambahan (Hair et al., 2022).

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

	<i>Average Variance Extracted (AVE)</i>	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Composite Reliability</i>
Prokrastinasi	0,820	0,927	0,948
Tuntutan Kontrol Diri	0,786	0,759	0,879

Sumber: Data diolah peneliti, 2024

Hasil uji reliabilitas Tabel 5 menunjukkan bahwa konstruk prokrastinasi dan tuntutan kontrol diri memiliki tingkat konsistensi internal yang baik. Nilai AVE pada prokrastinasi (0,820) dan tuntutan kontrol diri (0,786) keduanya berada di atas 0,50, yang mengindikasikan bahwa masing-masing konstruk mampu menjelaskan lebih dari 50% varians dari indikator-indikatornya, sehingga memenuhi kriteria *convergent validity*. Nilai *cronbach's alpha* untuk Prokrastinasi (0,927) dan tuntutan kontrol diri (0,759) berada di atas 0,70, yang menunjukkan bahwa indikator-indikator dalam kedua konstruk memiliki konsistensi yang baik. Selain itu, nilai *composite reliability* untuk *prokrastinasi* (0,948) dan tuntutan kontrol diri (0,879) juga lebih dari 0,70, menegaskan bahwa konstruk-konstruk tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa konstruk prokrastinasi dan tuntutan kontrol diri adalah data reliabel dalam model pengukuran.

Hasil Model Struktural (*Inner Model*)

Dalam analisis SEM-PLS, model struktural (*inner model*) digunakan untuk menguji hubungan antar variabel laten, yaitu bagaimana satu variabel laten mempengaruhi variabel laten lainnya dalam model. Model ini mengevaluasi kekuatan dan arah pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen dengan menggunakan beberapa indikator, termasuk nilai *original sample* dan *p-value*, kedua indikator ini harus digunakan secara bersamaan untuk mengevaluasi pengaruh antar variabel, karena keduanya memberikan informasi yang komplementer tentang arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan (Hair et al., 2022).

Original sample atau nilai koefisien jalur menunjukkan seberapa kuat dan seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai ini menunjukkan arah serta besaran hubungan dalam model struktural. Koefisien yang lebih tinggi menandakan pengaruh yang lebih kuat antara dua variabel laten. Nilai koefisien jalur yang mendekati 1 atau -1 mengindikasikan hubungan yang kuat, sedangkan nilai yang mendekati 0 menunjukkan hubungan yang lemah. *p-value* digunakan untuk menentukan signifikansi statistik dari koefisien jalur. *P-value* yang lebih kecil dari batas signifikansi menunjukkan bahwa pengaruh antara dua variabel laten signifikan secara statistik. Dengan kata lain, jika *p-value* < 0,05, maka hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dianggap signifikan dan tidak disebabkan oleh kebetulan. Sebaliknya, jika *p-value* lebih besar dari 0,05, hubungan tersebut tidak signifikan, sehingga dapat diabaikan dalam interpretasi model.

Tabel 6. Hasil *Inner Model*

	<i>Original Sample (O)</i>	<i>P Value</i>
Complete	-0,302	0.000
Laki-Laki	-0,246	0.035
Perempuan	-0,361	0.000

Sumber: Data diolah peneliti, 2024

Berdasarkan hasil *inner model* Tabel 6, nilai *original sample* menunjukkan hubungan negatif antara variabel-variabel laten dalam ketiga kelompok data; keseluruhan (*complete*), kelompok laki-laki, dan kelompok perempuan. Nilai koefisien jalur sebesar -0,302 pada *complete*, -0,246 pada laki-laki, dan -0,361 pada perempuan menunjukkan bahwa semakin tinggi nilai pada variabel independen, semakin rendah nilai pada variabel dependen, sesuai dengan arah negatif dari koefisien jalur.

Nilai *p-value* untuk *complete* (0,000) dan perempuan (0,000) berada di bawah 0,05, menunjukkan bahwa hubungan negatif ini signifikan secara statistik. Pada kelompok laki-laki, *p-value* sebesar 0,035, yang juga berada di bawah 0,05, menunjukkan signifikansi yang sama. Dengan demikian, hubungan negatif pada ketiga kelompok dapat dianggap signifikan, mengindikasikan bahwa efek antar variabel laten dalam model ini valid pada tingkat kepercayaan 95%.

Pembahasan Penelitian

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada tenaga pendidik dan dosen, dengan pengaruh yang lebih kuat pada tenaga pendidik laki-laki. Hasil ini selaras dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kontrol diri memiliki korelasi negatif yang kuat dengan prokrastinasi akademik (Ursia *et al.*, 2013; Putri & Nuraini, 2023; Aisy & Sugiyono, 2021; Wijaya & Tori, 2018). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kontrol diri yang rendah cenderung lebih rentan terhadap prokrastinasi

akademik karena kurangnya kemampuan untuk mengarahkan perilaku mereka ke arah tujuan (Ursia *et al.*, 2013; Wijaya & Tori, 2018). Hasil ini juga selaras dengan penelitian Kim dan Seo (2015) yang menekankan bahwa kontrol diri berperan penting dalam membantu individu mengatur waktu dan mengelola dorongan untuk menunda tugas.

Rasionalisasi untuk hasil ini dapat dikaitkan dengan peran kontrol diri dalam mengelola dorongan dan keinginan untuk menunda tugas atau tanggung jawab, yang cenderung lebih kritis dalam hal pekerjaan akademik yang membutuhkan komitmen dan disiplin yang tinggi. Dalam konteks akademik, tenaga pendidik yang memiliki kontrol diri yang baik akan lebih mampu menahan keinginan untuk menunda tugas-tugas akademik dan lebih proaktif dalam menyelesaikan pekerjaan tepat waktu. Hasil ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Balkis & Duru (2016) serta Yağan (2022), yang menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi memiliki kemampuan lebih baik dalam mengatur perilaku dan fokus terhadap penyelesaian tugas-tugas akademik.

Selain itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan gender dalam hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik, di mana tenaga pendidik laki-laki menunjukkan pengaruh yang lebih kuat antara kontrol diri dan pengurangan prokrastinasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rebetez *et al.*, (2016) dan Lu *et al.*, (2022), yang menemukan bahwa laki-laki cenderung memiliki tingkat kontrol diri yang lebih rendah dibandingkan perempuan, sehingga lebih rentan terhadap perilaku prokrastinasi. Hal ini mengindikasikan bahwa strategi peningkatan kontrol diri mungkin perlu memperhitungkan karakteristik gender agar lebih efektif dalam mengatasi prokrastinasi akademik.

Kontribusi hasil ini terhadap kebijakan di dunia pendidikan, khususnya dalam pengelolaan SDM perguruan tinggi, sangat penting. Perguruan tinggi dapat mempertimbangkan pengembangan program pelatihan yang berfokus pada peningkatan kontrol diri di kalangan dosen dan tenaga pendidik. Hal ini dapat dilakukan melalui pelatihan manajemen waktu, pengendalian diri, dan peningkatan motivasi untuk mencapai tujuan akademik. Selain itu, karena hasil menunjukkan bahwa tenaga pendidik laki-laki cenderung memiliki hubungan yang lebih kuat antara kontrol diri dan pengurangan prokrastinasi, perguruan tinggi dapat merancang program yang spesifik untuk kelompok ini guna memaksimalkan efektivitas pelatihan. Dengan adanya intervensi ini, diharapkan perguruan tinggi dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik di kalangan tenaga pendidik, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kualitas pendidikan dan kinerja institusi secara keseluruhan.

PENUTUP/SIMPULAN

Berdasarkan analisis yang dilakukan, penelitian ini berhasil menjawab rumusan masalah yang diajukan. Ditemukan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh

negatif yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada tenaga pendidik dan dosen. Artinya, semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh tenaga pendidik, semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi. Temuan ini menunjukkan pentingnya kontrol diri dalam meningkatkan manajemen waktu dan tanggung jawab akademik di kalangan akademisi.

Selain itu, hasil penelitian juga mendukung pengaruh kontrol diri terhadap perilaku prokrastinasi lebih kuat pada tenaga pendidik laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini mengindikasikan adanya perbedaan pola prokrastinasi berdasarkan gender, di mana tenaga pendidik laki-laki yang memiliki kontrol diri lebih rendah cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi. Temuan ini memperkuat urgensi untuk mempertimbangkan aspek gender dalam merancang strategi pengurangan prokrastinasi, khususnya melalui penguatan kontrol diri.

Implikasi dari penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi kebijakan dalam dunia pendidikan, terutama dalam pengelolaan sumber daya manusia di perguruan tinggi. Institusi pendidikan disarankan untuk mengembangkan program pelatihan yang fokus pada peningkatan kontrol diri dan manajemen waktu untuk mengurangi tingkat prokrastinasi di kalangan tenaga pendidik. Selain itu, perlunya program pelatihan yang lebih spesifik bagi tenaga pendidik laki-laki juga dapat dipertimbangkan, mengingat pengaruh kontrol diri yang lebih kuat dalam mengurangi prokrastinasi pada kelompok ini. Diharapkan dengan adanya program-program ini, kualitas dan produktivitas kerja tenaga kependidikan dapat meningkat, sehingga turut berkontribusi pada pencapaian mutu pendidikan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisy, D. F., & Sugiyono. (2021). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMAN 1 Kedungwuni. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 5(2), 157–177.
- Alaya, M. Ben, Ouali, U., Bouguira, E., Zgueb, Y., Youssef, S. Ben, & Nacef, F. (2021). “Just Do It Tomorrow”: Procrastination in Tunisian University Students. *European Psychiatry*, 64(S1), S760–S760. <https://www.cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/just-do-it-tomorrow-procrastination-in-tunisian-university-students/2BB8A97ED24B982DEBA995D48DF4C5F5>
- Balkis, M., & Duru, E. (2016). Procrastination, Self-Regulation Failure, Academic Life Satisfaction, and Affective Well-Being: Underregulation or Misregulation Form. *European Journal of Psychology of Education*, 31, 439–459. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10212-015-0266-5>
- Balkis, M., & Erdinç, D. (2017). Gender Differences in The Relationship Between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life and Academic Performance. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(1), 105–125. https://www.researchgate.net/publication/316279997_Gender_differences_in_the_relationship_between_academic_procrastination_satisfaction_with_acad

emic_life_and_academic_performance

- Cooper, D. R., & Schindler, P. S. (2014). Business Research Methods. *Proceedings of the Annual Reliability and Maintainability Symposium (12th Ed.)*.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)*. SAGE Publications, Inc.
- Hair, J. F., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2014). PLS-SEM: Indeed a Silver Bullet. *Journal of Marketing Theory and Practice*, 19(2), 139–152. <https://doi.org/https://doi.org/10.2753/MTP1069-6679190202>
- Jinha, K., Hyeonggi, H., Jungeun, L., & Myoung-Ho, H. (2017). Effects of Time Perspective and Self-Control on Procrastination and Internet Addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 229–236. <https://doi.org/https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.017>
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The Relationship Between Procrastination and Academic Performance: A Meta-Analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Lay, C. H. (1986). At Last, My Research aArticle on Procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474–495. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0092-6566\(86\)90127-3](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0092-6566(86)90127-3)
- Lu, D., He, Y., & Tan, Y. (2022). Gender, Socioeconomic Status, Cultural Differences, Education, Family Size and Procrastination: A Sociodemographic Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.719425>
- Neuman, D. (2014). Qualitative Research in Educational Communications and Technology: A Brief Introduction to Principles and Procedures. *Journal of Computing in Higher Education*, 26, 69–86. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12528-014-9078-x>
- Putri, N. H., & Nuraini, N. (2023). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 8 Depok. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 610–617. <https://doi.org/https://doi.org/10.30998/rdje.v9i2.18175>
- Ramzi, F., & Omid, S. (2019). The Roles of Self-Regulation and Self-Control in Procrastination. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 13(3), 001–004. <https://doi.org/10.19080/PBSIJ.2019.13.555863>.
- Rebetez, M. M. L., Rochat, L., Barsics, C., & Linden, M. Van der. (2016). Procrastination as a Self-regulation Failure: The Role of Inhibition, Negative Affect, and Gender. *Personality and Individual Differences*, 101, 435–439. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.049>
- Schmidt, K.-H., & Neubach, B. (2007). Self-control Demands: A Source of Stress at Work. *International Journal of Stress Management*, 14(4), 398–416. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/1072-5245.14.4.398>
- Sirois, F. M., Yang, S., & Eerde, W. van. (2019). Development and Validation of the General Procrastination Scale (GPS-9): A Short and Reliable Measure of Trait Procrastination. *Personality and Individual Differences*, 146, 26–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.03.039>

- Stanton, J. M., Sinar, E. F., Balzer, W. K., & Smith, P. C. (2006). Issues and Strategies for Reducing The Length of Self-Report Scales. *Personnel Psychology*, 55(1), 167–194. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2002.tb00108.x>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2020). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Academic Procrastination and Self-Control in Thesis Writing Students of Faculty of Psychology, Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1), 1–18. <https://www.neliti.com/id/publications/4414/academic-procrastination-and-self-control-in-thesis-writing-students-of-faculty>
- Wijaya, H. E., & Tori, A. R. (2018). Exploring the Role of Self-Control on Student Procrastination. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 2(1), 12–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/003za0002>
- Yağan, S. A. (2022). The Relationship Between Metacognitive Awareness and Academic Procrastination Behavior: The Moderator Role of Gender and Grade Level. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 9(3), 532–542. <https://doi.org/https://doi.org/10.33200/ijcer.1082874>