

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (YKY) adalah salah satu AKPER swasta di Bantul yang mulai operasional berdasarkan Surat Keputusan Kepala Pusat Pendidikan Tenaga Kesehatan Departemen Kesehatan RI Nomor: HK.00.06.1.1.1141. Tanggal 11 April 1995. Terakreditasi institusi BAN-PT No: 293/SK/BAN-PT/Akred/PT/IV/2015 dan Terakreditasi Program Studi B oleh Lembaga Akreditasi Mandiri Perguruan Tinggi Kesehatan (LAM-PTKes) No: 0032/LAM-PTKes/Akr/Dip/I/2017 (AKPER YKY, 2016).

AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (YKY) mempunyai visi untuk menjadi institusi pendidikan keperawatan yang mampu bersaing di era global tahun 2019. Dan misi untuk meningkatkan kegiatan pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat yang berwawasan global dan berlandaskan kearifan lokal; mengembangkan manajemen institusi yang mandiri mempunyai tata kelola yang baik (*good academic governance*) serta sumber daya berdasarkan iptek keperawatan/ kesehatan; meningkatkan kesejahteraan segenap sivitas akademika berdasarkan kinerja profesional (AKPER YKY, 2016).

AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (YKY) mempunyai program studi DIII keperawatan yang mempunyai visi untuk menjadi program studi keperawatan yang menghasilkan lulusan perawat vokasional yang mampu bersaing di era global tahun 2019. Serta misi untuk meningkatkan kegiatan pendidikan dengan penuh kedisiplinan berkualitas sesuai tuntutan konsumen pelayanan keperawatan, meningkatkan kegiatan penelitian yang berwawasan global; meningkatkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berlandaskan kearifan lokal; menciptakan suasana akademik yang kondusif; mewujudkan lulusan perawat yang mandiri dan etis; melaksanakan asuhan keperawatan keluarga secara holistik (AKPER YKY, 2016).

Pada tahun ajaran 2016-2017 terdapat 318 mahasiswa reguler Program Studi D III keperawatan di AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (YKY), pada bulan Mei 2016 terdapat \pm 98 mahasiswa tingkat II yang dibagi dalam 2 kelas yaitu kelas A sebanyak 51 mahasiswa dan kelas B sebanyak 47 mahasiswa. Dalam kurikulum pendidikan terdapat mata kuliah keperawatan profesional sebanyak 2 SKS yang bertujuan untuk menunjang tercapainya *professional behaviours* pada mahasiswa, terdapat program metode bimbingan akademik baik dengan pembimbing akademik maupun dengan wali

kelas dan pelatihan *soft skill* yang dilaksanakan di awal dan akhir program pendidikan (AKPER YKY, 2016).

2. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Berikut ini adalah gambaran karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, indeks prestasi kumulatif (IPK), dan motivasi mahasiswa:

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden menurut jenis kelamin, indeks prestasi kumulatif (IPK), dan motivasi mahasiswa di Program Studi DIII Keperawatan AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (n=72)

Variabel	Intervensi (%)	Kontrol (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	7 (19,4)	11 (30,6)
Perempuan	29 (80,6)	25 (69,4)
Total	36 (100)	36 (100)
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)		
Memuaskan	2 (5,6)	3 (8,3)
Sangat Memuaskan	34 (94,4)	29 (80,6)
<i>Cumlaude</i>	0	4 (11,1)
Total	36 (100)	36 (100)
Motivasi		
Rendah	15 (41,7)	5 (13,9)
Tinggi	21 (58,3)	31 (86,1)
Total	36 (100)	36 (100)

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa IPK sebagian besar sangat memuaskan serta sebagian besar memiliki motivasi tinggi dengan sebaran jenis kelamin paling banyak adalah perempuan.

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden menurut nilai *pre* dan *post professional behaviours* kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Program Studi DIII Keperawatan AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (n=72)

	<i>Professional Behaviours</i>	
	<i>Pre-test (%)</i>	<i>Post-test (%)</i>
Intervensi		
Sangat Tinggi	19 (52,78)	19 (52,78)
Tinggi	12 (33,33)	17 (47,22)
Sedang	0	0
Rendah	5 (13,89)	0
Total	36 (100)	36 (100)
Kontrol		
Sangat Tinggi	14 (38,89)	20 (55,56)
Tinggi	21 (58,33)	16 (44,44)
Sedang	1 (2,78)	0
Rendah	0	0
Total	36 (100)	36 (100)

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa nilai *professional behaviours* kelompok intervensi lebih rendah dari nilai *professional behaviours* pada kelompok kontrol pada kategori sangat tinggi setelah perlakuan.

Tabel 4.3 *Crosstab* antara jenis kelamin, indeks prestasi kumulatif (IPK), dan motivasi mahasiswa dengan nilai *professional behaviours* kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Program Studi DIII Keperawatan AKPER Yayasan Keperawatan Yogyakarta (n=72)

Variabel	<i>Professional Behaviours</i>					
	Kelompok Intervensi			Kelompok Kontrol		
	Rendah (%)	Tinggi (%)	Sangat Tinggi (%)	Sedang (%)	Tinggi (%)	Sangat Tinggi (%)
Jenis Kelamin						
Laki-laki	2 (2,78)	6 (8,33)	10 (13,89)	0	11 (15,28)	7 (9,72)
Perempuan	3 (4,17)	23 (31,94)	28 (38,89)	1 (1,39)	30 (41,67)	23 (31,94)
IPK						
Memuaskan	1 (1,39)	2 (2,78)	2 (2,78)	0	1 (1,39)	4 (5,56)
Sangat Memuaskan	4 (5,56)	25 (34,72)	34 (47,22)	1 (1,39)	38 (52,78)	24 (33,33)
<i>Cumlaude</i>	0	2 (2,78)	2 (2,78)	0	2 (2,78)	2 (2,78)
Motivasi						
Rendah	2 (2,78)	10 (13,89)	8 (11,11)	0	12 (16,67)	8 (11,11)
Tinggi	3 (4,17)	19 (26,39)	30 (41,67)	1 (1,39)	29 (40,28)	22 (30,56)

Dari tabel *crosstab* diatas dapat dinyatakan bahwa sebagian besar IPK mahasiswa sangat memuaskan adalah paling banyak jenis kelamin perempuan serta mempunyai motivasi tinggi mendapatkan rata-rata nilai *professional behaviours* kategori sangat tinggi pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan rata-rata nilai *professional behaviours* kategori tinggi.

b. Nilai *pre-test* dan *post-test professional behaviours* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Tabel 4.4 Nilai *Pre* dan *Post Professional Behaviours* Mahasiswa Semester 4 Program Studi DIII Keperawatan Akper Yayasan Keperawatan Yogyakarta pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol (n=36)

	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	Sebelum <i>Mean (SD)</i>	Sesudah <i>Mean (SD)</i>	Sebelum <i>Mean (SD)</i>	Sesudah <i>Mean (SD)</i>
<i>Professional Behaviours</i>	101.14 ± 25.731	111.92 ± 8.296	109.92 ± 9.805	109.67 ± 7.341

Berdasarkan tabel di atas menyimpulkan bahwa nilai *professional behaviours* pada kelompok intervensi mengalami peningkatan setelah mendapat perlakuan. Sedangkan nilai *professional behaviours* pada kelompok kontrol mengalami penurunan.

3. Analisis Bivariat

a. Uji Beda nilai *professional behaviours pre-post* pelatihan *self management* pada kelompok intervensi.

Tabel 4.5 Uji Beda nilai *professional behaviours pre-post* pelatihan *Self Management* pada kelompok intervensi.

Variabel	Kelompok Intervensi		<i>Mean Difference</i>	t	Nilai p	95% Confidence Interval of the Difference	
	Sebelum <i>Mean (SD)</i>	Sesudah <i>Mean (SD)</i>				Upper	Lower
<i>Professional Behaviours</i>	101,14 ± 25,73	111,92 ± 8,29	-10,78	-2,289	0,028	-20.337	-1.219

Catatan: t = *paired t-test*, df = 35

Berdasarkan data di atas kelompok intervensi mempunyai nilai *mean difference professional behaviours* -10,78 dimana bernilai negatif yang artinya terjadi kecenderungan peningkatan nilai *professional behaviours* sesudah perlakuan dengan rata-rata peningkatannya adalah 10,78. Berdasarkan nilai $p = 0,028$ maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *pre* dan *post professional behaviours* kelompok intervensi (dimana $p < 0.05$) dengan nilai t hitung = -2,289 (t hitung > t tabel (df 35 = 1,68957) dengan nilai negatif (-) menunjukkan nilai *professional behaviour* sebelum pelatihan *self management* lebih rendah dari nilai *professional behaviour* setelah pelatihan *self management*, sehingga dapat disimpulkan pelatihan *self management* efektif untuk meningkatkan nilai *professional behaviour*.

b. Uji Beda nilai *professional behaviours pre - post* intervensi *Self Management* pada kelompok kontrol.

Tabel 4.6 Uji Beda nilai *professional behaviours pre-post* intervensi *self management* pada kelompok kontrol.

Variabel	Kelompok Kontrol		Mean Difference	t	Nilai p	95% Confidence Interval of the Difference	
	Sebelum Mean (SD)	Sesudah Mean (SD)				Upper	Lower
Professional Behaviours	109,92 ± 9,81	109,67 ± 7,34	0,25	0,101	0,920	-4,766	5,266

Catatan: $t = \text{paired } t\text{-test}$, $df = 35$

Berdasarkan data di atas kelompok kontrol mempunyai nilai *mean difference professional behaviours* 0,25 dimana bernilai positif yang artinya terjadi kecenderungan penurunan nilai *professional behaviours* sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunannya adalah 0,25. Berdasarkan nilai $p = 0,920$ maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *pre* dan *post professional behaviours* kelompok kontrol (dimana $p > 0,05$) dengan nilai t hitung = 0,101 (t hitung $<$ t tabel (df 35 = 1,68957) dengan nilai positif, menunjukkan bahwa nilai *professional behaviour* sebelum pelatihan *self management* lebih tinggi dari nilai *professional behaviour* setelah pelatihan *self management*.

c. Uji Beda *mean score professional behaviours* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pelatihan *self management*.

Tabel 4.7 Uji Beda *mean score professional behaviours* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pelatihan *self management*.

Variabel	Kelompok Intervensi (n=36)	Kelompok Kontrol (n=36)	Mean Difference	t	Nilai p
	Mean (SD)	Mean (SD)			
Professional Behaviours	111,92 ± 8,296	109,67 ± 7,341	2,250	0,219	0,643

Catatan: $t = \text{independent } t\text{-test}$, $df = 70$

Berdasarkan tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa nilai t hitung = 1,219 (t hitung < t tabel (df 70 = 1,66691)) dan nilai $p = 0,643$ (dimana $p > 0,05$) maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai rata-rata *professional behaviours* kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai t positif menunjukkan bahwa nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok intervensi lebih tinggi dari nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok kontrol.

B. Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Jenis Kelamin

Dari hasil data yang didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang berpartisipasi adalah perempuan. Perbedaan proporsi mahasiswa berjenis kelamin perempuan dan laki-laki sangat signifikan. Dan sebagian besar mahasiswa berjenis kelamin perempuan yang mempunyai nilai *post-test professional behaviours* kategori sangat tinggi pada kelompok intervensi dan kategori tinggi pada kelompok kontrol. Dimungkinkan karena jumlah mahasiswa perempuan di kelompok intervensi lebih banyak dari kelompok kontrol.

Perempuan identik dengan sifat yang ramah, sabar, rajin, lemah, lembut, kasih sayang, dan suka bersosialisasi sehingga banyak orang beranggapan bahwa profesi keperawatan identik dan

dianggap sesuai untuk kaum perempuan. Mahasiswa perempuan maupun laki-laki dapat memberikan penilaian yang lebih tinggi setelah dilakukan pelatihan *self management* dan didukung dengan questioner menggunakan metode *self assesment* dimana mahasiswa menilai dirinya sendiri. Didukung oleh penelitian Syahputra (2009) yang menyatakan bahwa proporsi perempuan dalam pendidikan keperawatan memang jauh lebih besar daripada laki-laki dengan sampel penelitian S1 PSIK FK USU.

b. Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

Dari hasil data yang didapatkan bahwa IPK terakhir mahasiswa yang mendapat predikat sangat memuaskan memiliki jumlah mahasiswa terbanyak pada kelompok intervensi. Dan sebagian besar mahasiswa yang memiliki IPK sangat memuaskan mendapat nilai *post-test professional behaviours* kategori sangat tinggi pada kelompok intervensi dan kategori tinggi pada kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil penelitian Andriani (2009) menunjukkan hasil indeks prestasi Mahasiswa Tahun Ajaran 2008-2009 Program Studi S1 Keperawatan STIKES Dian Husada Mojokerto dengan kategori sangat memuaskan sebanyak 21 mahasiswa (75%) sedangkan mahasiswa yang mempunyai nilai indeks prestasi sangat memuaskan sebanyak 3 mahasiswa (75%). Prestasi belajar merupakan hasil

perubahan tingkah laku yang meliputi tiga ranah yaitu: *kognitif*, *afektif* dan *psikomotor*. Prestasi belajar adalah perubahan tingkah laku yang berwujud perubahan ilmu pengetahuan, ketrampilan motorik, sikap dan nilai yang dapat diukur secara aktual sebagai hasil dari proses belajar berupa nilai raport, indeks prestasi studi, angka kelulusan dan predikat keberhasilan (Arifudin, 2009).

AKPER YKY menggunakan indeks prestasi kumulatif (IPK) untuk mengevaluasi seberapa besar pengetahuan yang dicapai dalam proses pembelajaran. Dan mahasiswa mendapatkan nilai indeks prestasi kumulatif (IPK) bukan hanya dari nilai mata kuliah saja, tetapi dari faktor lain yang merupakan salah satu penilaian, yaitu kehadiran dan partisipasi pada saat proses mata kuliah berlangsung karena mahasiswa keperawatan memerlukan kontribusi tiga aspek dalam pembelajaran, yaitu *kognitif*, *afektif* dan *psikomotor*. Ketiga komponen tersebut memiliki bobot yang sama.

c. Motivasi Mahasiswa

Dalam penelitian ini, dilakukan pengukuran mengenai motivasi mahasiswa sebagai mahasiswa keperawatan sebelum intervensi dengan alat ukur kuesioner motivasi mahasiswa yang mencakup keinginan yang hendak dipenuhi; tujuan; sikap dan perilaku; dan kecenderungan perasaan. Sebelumnya peneliti sudah melakukan uji

validitas dan reliabilitas terhadap instrumen penelitian untuk tingkat motivasi menjadi mahasiswa keperawatan yang dinyatakan valid.

Dari hasil data yang didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki motivasi tinggi. Juga didapatkan hasil dari tabel tabulasi silang bahwa sebagian besar mahasiswa yang mempunyai motivasi tinggi mendapat nilai *post-test professional behaviours* kategori sangat tinggi pada kelompok intervensi dan nilai *post-test professional behaviours* kategori tinggi pada kelompok kontrol. Dan memiliki skor item tertinggi pada questioner yaitu keinginan yang hendak dicapai (ingin menjadi perawat yang profesional kelak).

Berdasarkan hasil penelitian Andriani (2009) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa Tahun Ajaran 2008-2009 Program Studi S1 Keperawatan STIKES Dian Husada Mojokerto mempunyai motivasi tinggi sebanyak 28 mahasiswa (40%) dan sebagian kecil mempunyai motivasi rendah sebanyak 7 mahasiswa (10%). Sesuai dengan pendapat Hamzah (2006) yang menyatakan bahwa motivasi belajar adalah dorongan yang timbul karena faktor intrinsik, berupa hasrat dan keinginan berhasil, dorongan kebutuhan belajar, dan cita-cita. Motivasi yang ada dalam diri kita akan memunculkan keinginan, menggerakkan, dan mengarahkan tingkah laku. Semakin tinggi motivasi seseorang, semakin tinggi intensitas perilakunya (Purwanto, 2010).

2. Analisis Bivariat

a. Pengaruh pelatihan *self-management* terhadap nilai *pre* dan *post* intervensi *professional behaviours* pada kelompok intervensi.

Berdasarkan hasil uji beda antara nilai *pre* dan *post* intervensi pada kelompok intervensi terjadi kecenderungan peningkatan nilai *professional behaviours* sesudah perlakuan dengan rata-rata peningkatannya adalah 10,78 dan terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *professional behaviours* kelompok intervensi dengan nilai *t* negatif (-) menunjukkan nilai *professional behaviour* sebelum pelatihan *self-management* lebih rendah dari nilai *professional behaviour* setelah pelatihan *self-management*, sehingga dapat disimpulkan pelatihan *self-management* efektif untuk meningkatkan nilai *professional behaviour*.

Strategi *self management* merupakan suatu strategi persiapan diri untuk menghadapi perubahan dan efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri. (Prijosaksono, 2003). Dan didukung hasil penelitian sebelumnya, penelitian Thompson (2013) yang menyatakan pada saat mahasiswa diberikan pelatihan *self-management*, mereka dapat membuktikan adanya peningkatan akademik dan hasil perilaku kinerja.

Dan didukung dengan adanya pelaksanaan program pelatihan *softskill* AKPER YKY pada semua mahasiswa di awal kuliah serta

adanya program bimbingan dengan pembimbing akademik maupun wali kelas masing-masing. Oleh karena itu, tenaga kesehatan diharuskan berbenah diri untuk menghadapi era globalisasi dimana peluang dan tantangan yang menghadang harus diterobos dengan peningkatan mutu dan profesionalisme tenaga kesehatan Indonesia.

b. Pengaruh pelatihan *self-management* terhadap nilai *pre* dan *post* intervensi *professional behaviours* pada kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil uji beda antara nilai *pre* dan *post* intervensi pada kelompok kontrol didapatkan terjadi kecenderungan penurunan nilai *professional behaviours* sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunannya adalah 0,25 dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *pre* dan *post professional behaviours* kelompok kontrol dengan nilai t positif, menunjukkan bahwa nilai *professional behaviour* sebelum pelatihan *self-management* lebih tinggi dari nilai *professional behaviour* setelah pelatihan *self-management*.

Pada kelompok kontrol didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *pre* dan *post professional behaviours*, kemungkinan dikarenakan faktor lain dari lingkungan yang mempengaruhi *professional behaviours* dimana mahasiswa semester empat sudah mendapat mata kuliah keperawatan profesional tetapi penjelasan mengenai *professional behaviours* kurang mendalam

dan kelompok kontrol hanya mendapat program pelatihan *softskill* dari kampus yang dilaksanakan dua kali selama tahap pendidikan.

Sesuai dengan pernyataan dari penelitian Asmara (2015) yang berpendapat bahwa tenaga kesehatan harus memiliki tiga aspek profesionalisme, yaitu: *kognitif, psikomotor, dan soft skill*.

c. Pengaruh rata-rata nilai *professional behaviours* kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pelatihan *self management*

Berdasarkan hasil uji beda nilai *professional behaviours* setelah dilakukan pelatihan *self management* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai rata-rata *professional behaviours* kelompok intervensi dan kelompok kontrol tetapi nilai *t* bersifat positif (+) menunjukkan bahwa nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok intervensi lebih tinggi dari nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil dari karakteristik responden tentang motivasi mahasiswa, kelompok intervensi mempunyai hasil pengukuran lebih rendah dari kelompok kontrol sehingga kemungkinan berdampak pada hasil analisis perbedaan signifikan antara nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Sedangkan berdasarkan kemampuan kognitif (IPK)

menyimpulkan bahwa kelompok kontrol mempunyai nilai IPK lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok intervensi yaitu terdapat IPK kategori *cumlaude* sebanyak empat mahasiswa pada kelompok kontrol sedangkan kelompok intervensi tidak ada mahasiswa yang mendapat IPK kategori *cumlaude*.

Teori belajar sosial Bandura menunjukkan pentingnya proses mengamati dan meniru perilaku, sikap dan reaksi emosi orang lain (*self modelling*). Serta menjelaskan perilaku manusia dalam konteks interaksi timbal balik yang berkesinambungan antara kognitif, perilaku dan pengaruh lingkungan.

Teknik perubahan perilaku *self management* merupakan strategi perubahan perilaku dimana mahasiswa mengarahkan perubahan perilakunya sendiri yang merupakan gabungan teori *behavioristik* dengan teori kognitif sosial dan salah satu dari penerapan teori modifikasi perilaku (Sugiyanto, 2013).

Dalam kurikulum AKPER YKY sudah dilaksanakan program pelatihan *softskill* di awal dan akhir pendidikan serta sudah melaksanakan konseling individu dimana konseling individu mempunyai kelebihan, yaitu mahasiswa dan konselor (wali kelas) dapat bertatap muka dalam proses konseling sehingga mudah untuk membina kepercayaan dan perhatian berpusat pada individu tetapi belum menggunakan teknik *self-management*. Hal ini terbukti dengan

adanya nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok intervensi lebih tinggi dari nilai rata-rata *professional behaviour* kelompok kontrol setelah mendapat pelatihan *self-management* karena trainer memodifikasi dengan metode konseling berkelompok dimana antar mahasiswa bisa sharing dengan mahasiswa lainnya dalam satu kelompok dimana masing-masing tahapan pelatihan terdapat lembar kerja untuk *role play self-monitoring*, *stimulus control*, dan *self-reward*.

Kesimpulan tersebut mendukung penelitian sebelumnya, Kusumawati (2011) yang menyatakan bahwa motivasi, kesiapan dalam kegiatan pembelajaran, pola asuh, kemampuan kognitif merupakan faktor mahasiswa yang dapat mempengaruhi keberhasilan perubahan perilaku juga faktor dari lingkungan yaitu kurikulum dan sistem *assesment*.

Dalam penelitian ini, didapatkan hasil skor *pre-test* dan *post-test* pelatihan *self-management* yang meningkat pada point item kuesioner *professional behavior* kelompok intervensi yaitu pertama, pada item 4 kuesioner *professional behaviour* (kemampuan untuk bisa mengatasi stres pada saat proses penyesuaian diri dalam perilaku yang profesional) dengan skor *pre-test* 142 dan skor *post-test* 157 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan setelah diberi perlakuan pada kelompok intervensi. Didukung oleh penelitian

sebelumnya, penelitian Restu Indrayana (2015) yang menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan/ perbedaan skor yang signifikan pada skor penyesuaian diri pada siswa setelah mendapat penerapan strategi *self-management*.

Kedua, pada item no. 22 (datang dan pulang dinas tidak terlambat, mematuhi jadwal dan mengumpulkan laporan sesuai waktu yang ditentukan) didapatkan hasil bahwa mahasiswa memiliki skor *pre-test* 166 dan skor *post-test* 180 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan setelah diberi perlakuan pada kelompok intervensi.

Dari hasil peningkatan tersebut senada dengan penelitian sebelumnya, penelitian Devy Puspitorini yang menyimpulkan bahwa *treatment Self-Management Skill* tersebut efektif untuk menurunkan frekuensi prokrastinasi akademik pada ketiga respondennya.

C. Keterbatasan Penelitian

Selama proses penelitian hingga pengambilan kesimpulan, peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam penelitian ini.

Keterbatasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan intervensi hanya dilakukan dalam satu hari yang terdiri dari 4 sesi dengan masing-masing waktu hanya 45-50 menit per sesi.
2. Topik mengenai pelatihan *self-management* dan *professional behaviours* masih sangat sedikit dibahas di Indonesia sehingga peneliti tidak banyak menemukan penelitian terkait yang dilakukan di Indonesia untuk melengkapi pembahasan hasil penelitian.
3. Variabel *counfounding* yang lain belum dapat dikendalikan oleh peneliti (pola asuh, kesiapan dalam pembelajaran, dan sistem *assesment*)