

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN DIRI DENGAN
PROKRASINASI MENYELESAIKAN TUGAS SKRIPSI
PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR PRODI
BIMBINGAN KONSELING**



Diajukan Kepada

Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Oleh :

TULUS PRABOWO

NIM. 15010030

SEKOLAH TINGGI PSIKOLOGI YOGYAKARTA

2022

**HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN DIRI DENGAN
PROKRASTINASI MENYELESAIKAN TUGAS SKRIPSI
PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR PRODI
BIMBINGAN KONSELING**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Oleh :

TULUS PRABOWO

NIM. 15010030

SEKOLAH TINGGI PSIKOLOGI YOGYAKARTA

2022

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Ujian Skripsi
Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta
Dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Dari
Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana
S1 Psikologi

Pada Tanggal
1 Agustus 2022

Mengesahkan
Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta
Ketua,

(Neni Widyayanti, S. Psi, M.Psi, Psikologi)

Dewan Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1. Neni Widyayanti, S. Psi, M.Psi	Ketua	_____
2. Galuh Setia W., S.Psi, M.Psi, Psi	Anggota	_____
3. M.R.A. Puspitasari, S.Psi, M.Psi, Psi	Anggota	_____

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tulus Prabowo

NIM : 15010030

Dengan ini menyatakan sejujurnya bahwa:

1. Karya ilmiah berupa skripsi ini adalah karya pribadi yang saya buat sendiri dan saya bertanggung jawab penuh atas segala isi dari skripsi ini.
2. Karya ilmiah berupa skripsi ini saya buat dengan penuh tanggung jawab dan memenuhi kaidah atau etika akademik tanpa saya pernah melakukan plagiasi atau perbuatan tercela lainnya.
3. Apabila di kemudian hari ditemukan unsur plagiasi atau pelanggaran kaidah atau etika akademik lainnya saya bersedia menerima sanksi akademik tertinggi **PENCABUTAN** dan **PEMBATALAN** gelar kesarjanaan saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran tanpa paksaan atau tekanan dari pihak maupun dketahui oleh pembimbing saya untuk digunakan semestinya.

Yogyakarta, 1 Agustus 2022

Yang menyatakan,

(Tulus Prabowo)

HALAMAN PERSEMBAHAN



Rasa syukur yang tak terkira selalu kucurahkan pada tuhan semesta alam

Allah swt atas nikmat sebagai hamba yang indah ini.

Serta rasullullah sebagai panutan dalam hidupku.

Tempat aku menuntut ilmu,

Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta

Karya ini juga kupersembahkan pada hartaku yang tak ternilai,

Ibu, Ayah, Anak, Istri dan Keluargaku Tersayang

Yang selalu bisa menjadi motivasi bagiku

Untuk terus berproses menjadi orang yang lebih baik.

HALAMAN MOTTO

Pantang Pulang Sebelum Menang, Tetap Semangat Tanpa Putus Asa

(Penulis)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakaatuh

Alhamdulillahirrabil'alamin. Tiada nikmat yang pantas disyukuri selain nikmat dari Allah yang telah melimpahkan segala rezeki sehat, dan umur sehingga semua ini dapat terlampaui dengan penuh pelajaran. Shalawat beriring salam disanjung ke hadirat rasullullah Muhammad saw yang membawa kita dari alam gelap gulita ke masa yang terang benderang seperti saat ini. Tuhan yang Mahakuasa atas segala berkat hikmat, kesehatan pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi atau tugas akhir ini dengan sebaik-baiknya. Setelah melalui proses yang panjang, syukur kepada Tuhan skripsi atau tugas akhir ini dapat diselesaikan meskipun jauh dari kesempurnaan.

Peneliti menyadari dalam proses penyusunan skripsi, tidak terlepas dari dukungan yang baik secara moral maupun material dari berbagai pihak yang telah membantu, membangkitkan semangat dan dukungan, hingga proses penulisan skripsi ini selesai. Untuk itu dengan mengucapkan syukur kepada Allah penulis ingin menyampaikan sangat terimakasih yang tak terhingga dengan segala kerendahan hati dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Neni Widyayanti, S.Psi., M.Psi., Ketua Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta sekaligus Dosen Pembimbing yang berkenan memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan studi di Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta dan telah bersedia meluangkan waktu 24 jam, memberikan semangat dan nasihat serta sabar memberikan bimbingan kepada penulis sejak awal hingga akhir penulisan skripsi.
2. Seluruh Dosen Sekolah Tinggi Psikologi yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang berharga untuk penulis.
3. Seluruh staf karyawan Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta atas segala bantuan.
4. Pihak Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.

5. Teman Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan yang telah membantu mengumpulkan data penelitian melalui wawancara awal hingga penyebaran kuesioner.
6. Ayah, Ibu, Istri dan Anak tersayang sebagai keluarga kecilnya penulis yang telah membantu secara lahir dan batin dalam mengajarkan banyak hal, menyemangati, menularkan suasana sukacita, sabar menunggu penulis menyelesaikan tugas akhir, dan menasehati, memberikan solusi-solusi, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Diri penulis, pejuangannya yang hebat melawan kemalasan yang akut kronis, godaan-godaan setan dan berusaha tetap sehat secara fisik dan psikis untuk menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
8. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam proses penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. Semoga Tuhan yang Mahakuasa yang membalas kebaikan mereka yang baik hati dengan berkatNya, serta semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembacanya. Amin!

Peneliti berharap semoga segala kebaikan yang diberikan dari seluruh pihak yang telah berkenan memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini hingga selesai kiranya akan mendapatkan balasan dari Tuhan yang Mahakuasa. Peneliti menerima dengan terbuka atas kritik dan saran yang membangun guna penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kemajuan dimasa mendatang.

Yogyakarta, 1 Agustus 2022

Penulis,

Tulus Prabowo

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Prokrastinasi.....	14
1. Pengertian Prokrastinasi.....	14
2. Aspek-Aspek Prokrastinasi	16
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi	17
4. Jenis-Jenis Prokrastinasi	18
5. Karakteristik Prokrastinasi	20
B. Manajemen Diri	21
1. Pengertian Manajemen Diri	21
2. Aspek-Aspek Manajemen Diri	23
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Manajemen Diri	28
C. Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi	29
D. Hipotesis	35

BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Identifikasi Variabel Penelitian	37
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	37
1. Prokrastinasi	37
2. Manajemen Diri	38
C. Subjek Penelitian	39
1. Populasi	39
2. Sampel Penelitian.....	40
D. Metode Pengumpulan Data Penelitian	41
1. Skala Manajemen Diri	43
2. Skala Prokrastinasi	45
3. Prosedur Pembuatan Alat Ukur	46
E. Keterpercayaan Penelitian	47
1. Validitas	47
2. Reliabilitas	48
F. Teknik Analisis Data	48
1. Uji Asumsi	49
2. Uji Hipotesis	50
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	51
A. Orientasi Kacah dan Uji Coba.....	51
1. Orientasi Kacah Penelitian.....	51
B. Persiapan Penelitian	53
1. Proses Perizinan	53
2. Persiapan Uji Coba Alat Ukur	53
C. Uji Coba Alat Ukur	55
1. Uji Coba	55
2. Hasil Uji Coba	55
D. Prosedur Pengumpulan Data.....	65
E. Hasil Analisis Data.....	66
1. Data Deskriptif Penelitian	66
2. Uji Asumsi	69

3. Uji Hipotesis	71
4. Analisis Data Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	72
F. Pembahasan.....	73
BAB V PENUTUP.....	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
1. Saran Teoritis	80
2. Saran Praktis	80
DAFTAR PUSTAKA	81

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Awal Variabel Manajemen Diri	43
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Awal Variabel Prokrastinasi.....	45
Tabel 3. Distribusi <i>Item</i> Prokrastinasi Setelah Uji Coba.....	56
Tabel 4. Distribusi <i>Item</i> Prokrastinasi Setelah Penyesuaian	57
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Penelitian Variabel Prokrastinasi	59
Tabel 6. Distribusi <i>Item</i> Setelah Uji Coba Variabel Manajemen Diri	60
Tabel 7. Distribusi <i>Item</i> Penyesuaian Variabel Manajemen Diri.....	62
Tabel 8. <i>Blue Print</i> Penelitian Variabel Manajemen Diri	63
Tabel 9. Deskripsi Data Penelitian.....	67
Tabel 10. Norma Kategorisasi.....	68
Tabel 11. Kategorisasi Skala Prokrastinasi	68
Tabel 12. Kategorisasi Skala Manajemen Diri	69
Tabel 13. Uji Normalitas Sebaran.....	70
Tabel 14. Uji Linieritas	71
Tabel 15. Jumlah Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	72
Tabel 16. Mean Rank	73

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1: Skala Uji Coba	77
Skala Prokrastinasi Akademik	78
Skala Manajemen Diri.....	83
LAMPIRAN 2: Data Try Out	88
LAMPIRAN 3: Skala Penelitian.....	112
Skala Penelitian Prokrastinasi	113
Skala Penelitian Manajemen Diri.....	117
LAMPIRAN 4: Hasil Data Penelitian.....	121

HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN DIRI DENGAN PROKRASTINASI MENYELESAIKAN TUGAS SKRIPSI PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR PRODI BIMBINGAN KONSELING

Tulus Prabowo, Neni Widyayanti
Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta

ABSTRAK

Kebiasaan mahasiswa melakukan prokrastinasi salah satunya disebabkan oleh kurangnya manajemen diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen diri dengan perilaku prokrastinasi menyelesaikan tugas skripsi pada mahasiswa semester akhir prodi bimbingan konseling. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif berupa model skala likert. Skala memiliki empat alternatif jawaban. Data penelitian yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson.

Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan teknik *simple random sampling* yaitu dengan melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan Fakultas Bimbingan Konseling angkatan 2016 semester 10 yang berjumlah 103 mahasiswa. Pengambilan data penelitian menggunakan skala manajemen diri dan skala prokrastinasi yang dibuat sendiri oleh peneliti. Skala prokrastinasi memiliki nilai *cronbach's alpha* (σ) sebesar 0,960 dengan 20 aitem yang valid dan skala manajemen diri yang memiliki nilai *cronbach's alpha* (σ) sebesar 0,978 dengan 24 aitem yang valid.

hasil uji statistik diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,606 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi. Artinya semakin meningkat variabel manajemen diri akan menyebabkan variabel prokrastinasi rendah. Sebaliknya semakin rendah variabel manajemen diri maka akan menyebabkan variabel prokrastinasi semakin tinggi. Sumbangan efektif manajemen diri terhadap prokrastinasi sebesar 36,8%. Hal ini menunjukkan adanya faktor lain di luar manajemen diri sebesar 63,2% yang dapat mempengaruhi prokrastinasi.

Kata kunci : manajemen diri, prokrastinasi

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF MANAGEMENT AND
PROCRASTINATION COMPLETING THESIS TASKS IN FINAL
SEMESTER STUDENTS**

**Tulus Prabowo, Neni Widyayanti
Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta**

ABSTRACT

The habit of students doing academic procrastination is caused by a lack of self-management. This study aims to determine the relationship between self-management and academic procrastination behavior in completing thesis assignments for final semester students of counseling guidance study program. This study uses a quantitative method in the form of a Likert scale model. The scale has four alternative answers. The research data obtained were then analyzed using the Pearson product moment correlation technique.

In determining the number of samples, the researchers used a simple random sampling technique, namely by randomizing the group, not the individual subject. The sample in this study was students of Ahmad Dahlan University, Faculty of Counseling Guidance, class of 2016 semester 10, totaling 103 students. Retrieval of research data using self-management scale and procrastination scale which was made by the researcher himself. The procrastination scale has a cronbach's alpha (σ) value of 0.960 with 20 valid items and a self-management scale that has a cronbach's alpha (σ) value of 0.978 with 24 valid items.

Statistical test results obtained a correlation coefficient (r_{xy}) of -0.606 with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$), this indicates that there is a significant negative relationship between self-management and procrastination. This means that increasing self-management variables will cause low procrastination variables. Conversely, the lower the self-management variable, the higher the procrastination variable. The effective contribution of self-management to procrastination is 36.8%. This shows that there are other factors outside of self-management by 63.2% that can affect procrastination.

Keywords: self-management, procrastination

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan salah satu bagian atau unsur dari universitas atau perguruan tinggi. Peran mahasiswa tidak cukup mengandalkan ilmu yang diperoleh dari perkuliahan, mahasiswa perlu menggali keterampilan dan ilmu yang lain sehingga mahasiswa menjadi pribadi yang lebih baik. Mahasiswa dapat melakukan berbagai langkah untuk meningkatkan keterampilan dan mengembangkan potensi seperti mengikuti organisasi baik di dalam kampus maupun di luar kampus, menjadi relawan, pertukaran mahasiswa, mengikuti berbagai seminar, berkolaborasi dengan mahasiswa lain, mencari pekerjaan sampingan, dan sebagainya. Menjadi mahasiswa yang aktif di berbagai bidang tentunya tak terhindar dari kendala yang harus dihadapinya. Salah satu kendala atau permasalahan yang dihadapi mahasiswa yaitu tentang penundaan mengerjakan atau menyelesaikan tugas.

Mahasiswa sebagai insan sosial tidak pernah terlepas dari permasalahan-permasalahan yang menimpa hidupnya, baik yang berkaitan dengan masalah pribadi maupun sosial. Mahasiswa banyak dihadapkan pada tuntutan tugas-tugas akademik, khususnya bagi mahasiswa semester akhir yang dihadapkan pada tugas skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir yang membutuhkan usaha, tenaga, dan waktu yang lebih banyak dibandingkan dengan tugas-tugas akademik lainnya. Mahasiswa mengalami kesulitan-kesulitan yang

membuat mereka merasa terbebani, sehingga mereka menjadi malas dan melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsi. Mahasiswa membutuhkan bantuan dan dukungan dari orang lain, baik dari orangtua, teman, maupun dosen pembimbing agar kesulitan-kesulitan yang dihadapi selama mengerjakan skripsi dapat teratasi dengan baik. Adanya bantuan dan dukungan tersebut, membuat kesulitan-kesulitan yang awalnya dirasa berat menjadi ringan, sehingga mahasiswa tidak merasa terbebani lagi oleh tugas skripsi dan menjadi lebih bersemangat dalam mengerjakan (Sari, 2014).

Kebiasaan suka menunda-nunda oleh banyak pihak ditangkap sebagai sesuatu masalah yang serius dalam kehidupan sehari-hari dan dalam dunia pendidikan pada masyarakat modern (Wangid, 2014). Kebiasaan melakukan penundaan dan menghindari tanggung jawab karena melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan disebut dengan istilah prokrastinasi. Banyak mahasiswa cenderung tetap melakukan prokrastinasi meskipun mereka sudah mengetahui akibat yang akan ditanggungnya seperti salah satu contohnya yaitu terhambatnya penyelesaian tugas dengan tepat waktu seperti menyelesaikan studi (Conti, 2000). Kenyataan yang ada untuk menyelesaikan studi tidaklah mudah, Guna memperoleh gelar kesarjanaan, mahasiswa harus menghadapi berbagai tantangan, kendala dan hambatan. Salah satu permasalahan yang dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan studi adalah pengelolaan waktu atau disiplin waktu untuk menyelesaikan tugas yang mengarah pada bentuk perilaku prokrastinasi.

Solomon dan Rothblum (dalam Hartati, 2015) mengemukakan bahwa prokrastinasi lebih dari sekedar lamanya waktu dalam menyelesaikan suatu tugas,

tetapi juga meliputi penundaan yang dilakukan secara konsisten dan terus terulang. Tingkat prokrastinasi akademik seseorang akan semakin meningkat seiring dengan makin lamanya studi seseorang. Burka dan Yuen (2008) juga mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih. Indikasi tersebut mengarah kepada apa yang disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Menurut Solomon dan Rothblum (dalam Ursia, 2013) prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan menunda dalam memulai, melaksanakan dan menyelesaikan suatu aktivitas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu, dan sering terlambat. Prokrastinasi bersumber dari kegagalan antara niat dan perilaku yang tidak terarah pada tujuan atau menundanya hingga saat-saat terakhir dimana seseorang bermaksud menyelesaikan (Chu & Choi, dalam Arinda, 2017). Ferrari dkk. (dalam Ghufron & Risnawita, 2013) mengatakan bahwa sebagai perilaku penundaan, prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu, yakni penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Burka dan Yuen (dalam Ghufron & Risnawita, 2013) mengemukakan bahwa prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pekerja atau pelajar. Kagan dkk (Arinda, 2017) menyatakan bahwa banyak penelitian yang menemukan prokrastinasi di bidang

akademik lebih tinggi daripada di bidang lainnya. William (Arinda, 2017) memperkirakan bahwa 90% mahasiswa dari perguruan tinggi telah menjadi seorang procrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi), 25% diantaranya adalah orang yang suka menunda-nunda dengan kronis dan pada umumnya mereka berakhir mundur dari perguruan tinggi. Solomon dan Rothblum (dalam Clara, 2017) melakukan penelitian di salah satu Universitas di Amerika Serikat dengan jumlah subjek 342 orang, diperoleh data bahwa 46% subjek penelitian melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas.

Masalah prokrastinasi akademik yang dilakukan di kalangan mahasiswa juga cukup sering ditemui di Indonesia. Beberapa diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Kosasi, Siregar & Elvinawanty (2019) diketahui bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Teknik Informatika Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer di Universitas Prima Indonesia termasuk tinggi. senada dengan Kosasi, dkk., (2019), Nugroho (2019) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman angkatan 2016 dan 2017 memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi.

Mulyana (2018) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa 81% mahasiswa Psikologi di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta berada pada kategori prokrastinasi yang tinggi dengan 6% berada di kategori sangat tinggi. selain itu , Kadafi, Mardiyah & Rahmawati (2018) mengungkapkan bahwa dari 116 mahasiswa Universitas PGRI Madiun yang dijadikan subjek penelitian terdapat 70 mahasiswa atau sebesar 57% melakukan prokrastinasi akademik, dan

sebanyak 8 mahasiswa atau 6% mahasiswa dalam kategori melakukan prokrastinasi akademik yang sangat tinggi.

Prokrastinasi dapat berkembang menjadi kebiasaan yang dapat berdampak serius pada kemampuan produktif mahasiswa (Karatas, 2015). Mahasiswa juga dapat merasakan stress dibatas akhir waktu pengumpulan tugas sehingga menghasilkan tugas yang kurang maksimal. Mahasiswa juga cenderung melakukan tugas dengan tergesa-gesa dan menyerahkan tugas yang tidak lengkap atau kurang baik sehingga menampilkan kinerja tugas yang rendah (Yimaz, 2017).

Permasalahan yang serupa ditemukan pada mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan Konseling. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan 3 mahasiswa semester akhir menunjukkan bahwa ketiga mahasiswa tersebut merasa sering melakukan tindakan seperti menunda-nunda pekerjaan atau tugas dari kampus dengan alasan sedang tidak *mood* dalam mengerjakan tugas, ada hal yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas, kurangnya mengelola diri dan merasa kesulitan dalam menemukan referensi tugasnya.

Hasil wawancara 1 dengan mahasiswa yang berinisial AT semester 9, mengungkapkan bahwa rasa malas dan *moody* yang membuat prokrastinasinya subjek menjadi tinggi. subjek mengatakan rasa malas tersebut yang membuatnya terus mengulang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas sampai *mood* subjek baik kembali. Hasil wawancara 2 yang dilakukan peneliti dengan mahasiswa semester 10 berinisial ID, menunjukkan bahwa prokrastinasi subjek tinggi diketahui dari keterangannya yang sering terlambat dalam mengumpulkan

revisi tugas skripsi karena lebih tertarik dengan *gadget* dan sosial media. Pendapat dari wawancara 3 diungkapkan oleh mahasiswa berinisial MN semester 10 saat diwawancarai subjek juga memiliki prokrastinasi yang tinggi. Subjek menjelaskan bahwa dirinya kesulitan mencari informasi dan referensi tentang tugas skripsinya dikarenakan adanya pekerjaan lain yang membuat dirinya sulit untuk membagi waktu. Dari hasil wawancara dengan 3 mahasiswa tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi ketiga subjek berada dalam kategori tinggi, dikarenakan masalah-masalah yang ada pada dirinya dalam menghadapi tugas skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu dosen bimbingan konseling diperoleh hasil bahwa beberapa mahasiswa yang sedang dibimbing skripsinya oleh beliau cenderung melakukan tindakan menunda-nunda, seperti tidak melakukan konsultasi skripsi dengan tepat waktu, jarang melakukan bimbingan skripsi dan menyelesaikan skripsi lebih dari dua semester.

Permasalahan yang sering terjadi dapat menghambat keberhasilan mahasiswa dalam penyelesaian akademiknya. Salah satu faktor yang dapat menghambat mahasiswa dalam mencapai prestasi adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mahasiswa mengetahui bahwa perilaku penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk (Steel, 2007).

Solomon & Rothblum (dalam Fitriya & Lukmawati, 2016), juga menyatakan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah ketakutan pada kegagalan,

tidak ada rasa suka pada tugas dan sifat yang terlalu bergantung pada orang lain. Penelitian ini oleh Muhid (dalam Hendrianur, 2015) menjelaskan bahwa manajemen diri mempengaruhi seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Mahasiswa membutuhkan manajemen diri untuk memenuhi tujuan jangka panjang maupun jangka pendek yang dihadapi sekarang. Jika prokrastinasi sudah sampai tahap kronis, maka individu akan kesulitan mengontrol dan mencegah tindakannya dalam meraih tujuan. Hal ini memperkuat pernyataan, bahwa individu yang melakukan prokrastinasi biasanya gagal untuk memenuhi rencana mereka (Sperling, 2012).

Manajemen diri adalah menggerakkan seluruh potensi diri untuk mewujudkan cita-cita dan tujuan hidup secara optimal. Suksesnya seseorang tergantung pada sejauh mana individu mampu mengelola dirinya secara efektif. Semakin kokoh dan tertib program manajemen diri maka semakin besar tingkat kesuksesannya. Sebaliknya semakin buruk manajemen diri, mustahil akan memperoleh hasil yang gemilang (Endang, 2010). Menurut Hamzah (2010) manajemen diri merupakan tindakan yang bertanggung jawab terhadap pengaturan segala perilakunya sendiri dengan tujuan agar bisa lebih mandiri, lebih independen dan lebih mampu memprediksikan masa depannya.

Prijosaksono (2002), mengemukakan bahwa manajemen diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental atau pikiran, jiwa maupun rohnya) dan realita

kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya. Menurut Prijosaksono (2002), banyak faktor yang dapat mempengaruhi manajemen diri, antara lain yaitu faktor lingkungan. Faktor lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi manajemen diri. Lingkungan sosial yang menyenangkan, sikap atau respon dari lingkungan akan membentuk sikap terhadap diri seorang (*self attitude*). Oleh karena itu individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungan akan cenderung menerima dirinya, sebaliknya lingkungan dapat menjadi hambatan individu untuk mengembangkan potensi-potensi dalam dirinya yang bisa mempersulit dirinya untuk menerima diri walaupun individu tersebut sadar akan potensi yang dimilikinya.

Hasil penelitian Junaidi (2010) menunjukkan bahwa manajemen diri berpengaruh terhadap prokratinasi dan sumbangan efektifitas antara manajemen diri dengan prokratinasi sebesar 37,94%. Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswa aktivis BEM di lingkungan IAIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian yang dilakukan oleh Hardiyanti (2016), hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen diri memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi pada aktivis organisasi MUEC (Muhammadiyah University English Course). Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2010) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan manajemen diri dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang berwirausaha.

Penelitian sebelumnya telah memverifikasi bahwa prokrastinasi yang dilakukan oleh individu seringkali dipengaruhi oleh kurangnya kemampuan dalam menetapkan aturan bagi dirinya sendiri dan menjalankannya (Vahedi, Mostatafi, & Mortazanajad, 2009). Hasil penelitian Hardiyanti (2016) yang menunjukkan

bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi. Hasil penelitian sejenis oleh Gustina (2009) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi. Individu yang memiliki manajemen diri lebih mampu mengelola dirinya dan bertahan dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun tekanan dalam pekerjaannya (Hardiyanti, 2016).

Berdasarkan uraian diatas maka prokrastinasi menarik untuk dikaji lebih lanjut karena prokrastinasi masih sering dilakukan oleh mahasiswa. Menindaklanjuti faktor yang mempengaruhi prokrastinasi maka manajemen diri turut berperan penting bagi mahasiswa dalam berperilaku untuk mencapai tujuan melalui kemampuan atau kompetensi yang dimilikinya. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui tentang “Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas Skripsi pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan Konseling”.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen diri dengan perilaku prokrastinasi menyelesaikan tugas skripsi pada mahasiswa semester akhir prodi bimbingan konseling.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, manfaatnya adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Secara Teoritis

Manfaat secara teoritis penelitian ini untuk memberikan wawasan bagi kajian ilmu psikologi pendidikan yang berkaitan dengan manajemen diri dan prokratinasi.

2. Manfaat Secara Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Memberikan pemahaman dan pengetahuan tentang prokratinasi akademik dan dampaknya dalam menyelesaikan tugas skripsi.

b. Bagi Pendidik

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk pendidik mengenai manajemen diri dan hubungannya dengan prokratinasi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan acuan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang manajemen diri dengan prokratinasi pada mahasiswa.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda kriteria subjek, jumlah dan posisi variable penelitian, metode penelitian ataupun metode analisis yang digunakan. Penelitian mengenai prokratinasi sudah dilaksanakan oleh beberapa peneliti terdahulu. Diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Negara (2013), meneliti tentang “Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, *Impulsiveness, Mood, Timing Of Rewards And Punishments, Dan Task Aversiveness* Dengan Prokrastinasi Mahasiswa”. Uji hipotesis menunjukkan bahwa usia, jenis kelamin, impulsiveness, mood, timing of rewards and punishments, dan task aversiveness secara bersama-sama memiliki hubungan dengan prokrastinasi. Namun demikian, uji hipotesis parsial menunjukkan bahwa usia dan jenis kelamin tidak memiliki hubungan dengan prokrastinasi. Faktor-faktor lainnya, yaitu impulsiveness, mood, timing of rewards and punishments, dan task aversiveness secara parsial memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Negara (2013) adalah terletak pada variabel dependennya yaitu prokrastinasi akademik, sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada variabel independen, yang dimana dalam penelitian ini variabel independennya adalah manajemen diri, serta adanya perbedaan subjek dan lokasi penelitian.
2. Mariana (2012), meneliti tentang “Hubungan Antara Persepsi Terhadap Standar Kompetensi Lulusan Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi”. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara persepsi terhadap standar kompetensi lulusan dan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi, kedua variabel ini secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap prokrastinasi sebesar 36%. Namun secara terpisah, hubungan antara persepsi terhadap standar kompetensi lulusan dengan prokrastinasi tidak signifikan. Variabel motivasi berprestasi secara terpisah menunjukkan arah

hubungan negatif dengan prokrastinasi, semakin tinggi motivasi berprestasi yang dimiliki seseorang maka prokrastinasinya akan rendah dan sebaliknya. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariani (2012) adalah terletak pada variabel dependennya yaitu prokrastinasi, sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada variabel independen, yang dimana dalam penelitian ini variabel independennya adalah manajemen diri, serta adanya perbedaan subjek, topik dan lokasi penelitian.

3. Rahmawati (2011), meneliti tentang “Hubungan Antara Konsep Diri Akademik Dan Dukungan Sosial Teman Dengan Prokrastinasi Penulisan Skripsi Pada Mahasiswa”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara konsep diri akademik dan dukungan sosial teman dengan prokrastinasi penulisan skripsi, sedangkan secara parsial kedua variabel tergantung baik konsep diri akademik maupun dukungan sosial teman masing-masing memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi penulisan skripsi. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2011) adalah terletak pada variabel dependennya yaitu prokrastinasi, sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada variabel independen, yang dimana dalam penelitian ini variabel independennya adalah manajemen diri, serta adanya perbedaan subjek, topik dan lokasi penelitian.
4. Purwati (2005), meneliti tentang “Hubungan Antara *Self-Handicapping* Dan Pesimisme Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Yogyakarta”. Hasil uji

hipotesis pada penelitian ini menunjukkan (1) tidak ada hubungan yang signifikan antara self-handicapping dan pesimisme dengan prokrastinasi (2) tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara self-handicapping dengan prokrastinasi, (3) tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara pesimisme dengan prokrastinasi. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa semua hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan ditolak. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwati (2005) adalah terletak pada variabel dependennya yaitu prokrastinasi, sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada variabel independen, yang dimana dalam penelitian ini variabel independennya adalah manajemen diri, serta adanya perbedaan subjek, topik dan lokasi penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi berasal dari Bahasa latin, yaitu gabungan dari kata *pro* dan *crastinus*. *Pro* yang berarti *forward* atau meneruskan dan *crastinus* yang berarti *belonging to tomorrow* atau milik hari besok. Jika kedua kata ini digabungkan menjadi *procrastinus* yang berarti *forward it to tomorrow* yang berarti saya akan melakukannya nanti (Burke & Yuen, 2008). Dengan kata lain, dapat ditarik kesimpulan bahwa *procrastinus* berarti menunda melakukan pekerjaan ke esok hari.

Prokrastinasi menunjuk pada suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Ilmuwan yang pertama menggunakan istilah tersebut adalah Brown & Holzman (dalam Wulan, 2000). Sedangkan menurut Brown & Holzman (2000), mereka yang tidak bisa memanfaatkan waktu dengan baik dan melakukan penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas merupakan salah satu indikasi dari prokrastinasi.

Menurut Ferrari (2007), prokrastinasi adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Ghufro dan Risnawita (2014) mengemukakan prokrastinasi adalah jenis

penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan akademik, seperti tugas kampus atau kursus. Prokrastinasi merupakan sebuah tindakan yang dilakukan secara sengaja untuk menunda tugas-tugas dalam lingkup kehidupan akademik yang berguna untuk mencapai suatu tujuan tertentu (Sutriyono, Riyani, & Prasetya, 2012).

Prokrastinasi menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Kecenderungan penundaan tersebut berkaitan dengan pemanfaatan dan pengelolaan waktu luang. Ilyas dan Suryadi (2017) mengklasifikasikan prokrastinasi menjadi 2 jenis, yaitu a) prokrastinasi akademik, penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan akademik, misalnya tugas kuliah ataupun tugas les; b) prokrastinasi non-akademik, penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas sehari-hari seperti tugas rumah tangga, tugas kantor, ataupun tugas sosial.

Rothblum dkk (dalam Bintara, 2015) menerangkan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan yang ditunjukkan individu untuk menunda-nunda tugas akademik yang dilakukan secara terus menerus. Noran (Ahmaini, 2010) mendefinisikan prokrastinasi sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lain yang sebenarnya tidak begitu penting daripada mengerjakan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat diartikan sebagai perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan ataupun memulai suatu pekerjaan yang berkaitan dengan bidang akademik.

2. Aspek – Aspek Prokrastinasi

Menurut Ferrari (2007) prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam indikator yang dapat diukur dan diamati, dari beberapa aspek berikut:

a. *Perceived Time* (waktu yang dirasakan)

Seorang yang gagal menepati deadline, mereka berorientasi pada masa sekarang bukan masa yang akan datang

b. *Intention-Action Gap* (celah antara keinginan dan perilaku)

Celah antara keinginan dan tindakan, perbedaan atau kesenjangan antara keinginan dengan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan dalam mengerjakan tugas meskipun siswa tersebut ingin mengerjakannya.

c. *Emotional distress* (tekanan emosi)

Adanya perasaan cemas pada individu saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam dirinya.

d. *Perceived Ability* (kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki)

Keyakinan terhadap kemampuan diri, tidak berhubungan secara langsung dengan diri seseorang, namun keraguan terhadap kemampuan diri dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan pemaparan tentang aspek *perceived time* (waktu yang dirasakan), aspek *intention-action gap* (celah antara keinginan dan perilaku), *emotional distress* (tekanan emosi) dan *perceived ability* (kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). Maka dapat disimpulkan bahwa empat aspek tersebut menggambarkan perilaku menunda dan dapat digunakan peneliti sebagai aspek untuk mengukur prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa.

3. Faktor-Faktor Prokrastinasi

Secara global Ferrari (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi disebabkan oleh dua hal, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor-faktor penyebab prokrastinasi tersebut di antaranya:

a. Faktor Internal

Faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor internal dapat berupa kondisi fisik (kelelahan) dan kondisi psikologis (ketidaktertarikan individu pada tugas).

b. Faktor Eksternal

Faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor eksternal meliputi lingkungan dan interaksi sosialnya. Seperti kurang tersedianya alat, kurang informasi tentang tugas dan tempat yang tidak nyaman.

Pendapat senada juga disampaikan Mustakim (2015) yang mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah:

- a. *Locus Of Control*, diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif.
- b. Dukungan Sosial, merupakan bentuk dorongan yang dilakukan oleh lingkungan oleh lingkungan sosial dalam bentuk nasehat verbal atau non verbal yang memberikan manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu sebagai makhluk sosial.
- c. Kepribadian, didefinisikan sebagai suatu bentuk dari sifat-sifat yang ada pada diri individu yang sangat menentukan perilakunya.
- d. Perfeksionis, merupakan salah satu aktualisasi diri ideal yang memiliki 3 aspek, yaitu pencarian keagungan neurotik, penuntut yang neurotik dan kebanggaan neurotik atau tidak menerima sesuatu yang belum sempurna.

Berdasarkan pemaparan diatas memberikan kita gambaran tentang beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi seseorang. Faktor-faktor tersebut adalah faktor internal (kondisi fisik dan psikis), faktor eksternal (lingkungan dan interaksi sosial), *locus of control*, dukungan sosial, kepribadian dan perfeksionis.

4. Jenis-Jenis Prokrastinasi

Ferrari (Ghufro, 2010) membagi prokrastinasi menjadi dua kategori yaitu:

- a. *Functional Procrastination*, adalah penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih akurat dan lengkap. Bentuk penundaan ini memandang suatu tugas harus dikerjakan secara

sempurna walaupun mereka melewati waktu yang optimal yang seharusnya dimulai, sehingga mendapatkan penyelesaian yang baik.

- b. *Dysfunctional Procrastination*, adalah penundaan mengerjakan tugas yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Bentuk penundaan ini tanpa disertai suatu alasan yang berguna bagi procrastinator maupun orang lain. Penundaan ini dapat menimbulkan masalah bila procrastinator tidak bisa melepaskan diri dari kebiasaan penundaan tersebut. Ada dua bentuk *Dysfunctional procrastination* berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan (dalam Rizvi dkk.,1997), yaitu:

1) *Decisional Procrastination*

Suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Hal ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas yang yang menyebabkan konflik dalam diri individu dan memutuskan untuk menunda. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah antesenden kognitif dalam menunda untuk memulai melakukan suatu pekerjaan dan dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang (Ferrari & McCown dalam Wulan, 2000).

2) *Avoidance Procrastination* atau *Behavioral Procrastination*

Suatu penundaan dalam perilaku yang tampak. Penundaan ini dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasakan kurang menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Hal ini dilakukan untuk menghindari kegagalan yang akan memberikan penilaian negatif kepada dirinya. *Avoidance Procrastination* berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang, dan *implusiveness* (Ferrari & McCown dalam Wulan, 2000). Bruno (1998), menjelaskan bahwa ada empat jenis prokrastinasi, yaitu

5. Karakteristik Prokrastinasi

Perilaku prokrastinasi akademik dapat muncul dalam berbagai macam gaya berdasarkan ciri-ciri yang menonjol. Sapadin dan Maguire (dalam Syafi'i, 2001) membagi enam gaya prokrastinasi yang pokok yaitu:

- a. *Perfectionist* yaitu mengerjakan sesuatu yang dirasakan kurang sempurna. Seseorang mempunyai keinginan tugasnya harus dikerjakan sebaik-baiknya (sempurna) sesuatu yang dilaksanakan untuk mengerjakan tugas sering dinilai oleh dirinya sendiri tak sempurna sehingga individu memilih menunda untuk mengerjakan tugasnya.
- b. *Dreamer* yaitu banyak mempunyai ide besar tetapi tidak dilakukan. Procrastinator lebih banyak menghabiskan waktunya untuk mempersiapkan diri, mencari buku-buku yang diperlukan dan menyusun rencana pelaksanaan tugas secara teliti, tetapi sebenarnya berlebihan sehingga individu menunda mengerjakan tugas itu.

- c. *Worrier* yaitu tidak berfikir tugas akan berjalan dengan baik, tetapi takut apa yang dilakukan lebih jelek atau gagal. Individu merasa gagal atau tidak akan dapat mengerjakan tugas dengan baik. Individu khawatir akan gagal sehingga memilih untuk menunda mengerjakan tugasnya.
- d. *Defier* yaitu tidak mau diperintah atau dinasehati oleh orang lain (suka menentang). Mereka suka disebut penunda karena dengan kebiasaan pada umumnya.
- e. *Crisis Maker* yaitu suka membuat masalah dalam pekerjaan karena terlambat memulai. Individu suka menunda pengerjaan tugas menjelang batas akhir waktu yang disediakan sehingga sering tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu.
- f. *Over Doer* yaitu terlalu banyaknya tugas mereka. Individu selalu mengatakan “ya” pada tugas yang diberikan padanya sehingga cenderung kurang dapat mengatur waktu dan sumber daya yang ada serta tidak dapat menyelesaikan konflik yang terjadi. Akhirnya individu sering menunda tugas yang harus diselesaikan.

B. Manajemen Diri

1. Pengertian Manajemen Diri

Menurut Gantina dkk (2011) mengatakan bahwa manajemen diri merupakan prosedur pada individu untuk mengatur perilakunya sendiri. Pendapat tersebut senada dengan pendapat Gie (dalam Mahmudah, 2019) yang mendefinisikan manajemen diri sebagai kemampuan individu dalam

mendorong dirinya sendiri untuk maju, mengatur dan mengendalikan kemampuan untuk mencapai tujuan hidup, serta mengembangkan segi kehidupan pribadi agar menjadi lebih sempurna. Sehingga bisa dikatakan bahwa manajemen diri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya dengan berusaha untuk mengelola diri sendiri baik yang berkaitan dengan tindakan, pikiran, maupun perasaan sehingga mampu mengembangkan pribadi menjadi lebih baik. Manajemen diri juga membantu orang-orang untuk mengarahkan setiap prilakunya kepada hal-hal positif dan dapat mengatur dirinya ke arah yang lebih baik dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

Manajemen diri juga berfokus dalam bidang pendidikan yang dikenal dengan Manajemen diri secara akademik dan dimiliki oleh pelajar baik siswa maupun mahasiswa. Menurut Menurut Cormier & Cormier (1985), manajemen diri adalah suatu proses dimana seseorang mengarahkan tingkah lakunya sendiri dengan menggunakan satu strategi. Pendapat tersebut sejalan dengan Dembo (2004) menyatakan manajemen diri secara akademik adalah strategi yang digunakan pelajar untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, yang meliputi strategi perilaku (manajemen waktu, dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial), strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi serta usaha) dan strategi cara belajar (belajar dari buku bacaan, belajar dari dosen, mempersiapkan diri untuk ujian, dan menjalani ujian).

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa manajemen diri secara akademik merupakan suatu pengaturan diri untuk membuat strategi dalam pendidikan yang digunakan oleh pelajar untuk bisa mengontrol cara belajarnya sehingga dapat mencegah dan menghindari faktor-faktor penghambat dalam belajar.

2. Aspek-Aspek Manajemen Diri

Gie (dalam Mahmudah, 2019) mengemukakan aspek-aspek dalam manajemen diri yang terdiri atas:

a. Pendorongan diri (*Self Motivation*)

Pendorongan diri merupakan suatu dorongan dari dalam diri individu yang mendorong untuk melakukan kegiatan tertentu sebagai upaya dalam mencapai tujuan. Dalam hal ini dorongan batin yang kuat berasal dari dalam diri sendiri tanpa adanya pengaruh dari orang lain sehingga diperlukan adanya motivasi diri yang besar dari individu itu sendiri karena pada dasarnya diri sendirilah yang akan menentukan terbentuk atau tidaknya manajemen diri.

b. Penyusunan diri (*Self Organization*)

Penyusunan diri merupakan suatu pengaturan terhadap pikiran, tenaga, waktu maupun sumberdaya lain dalam kehidupan individu sehingga mampu mencapai efisiensi pribadi atau perbandingan terbaik antara kegiatan dengan hasil yang diharapkan, dengan kata lain penyusunan diri merupakan suatu usaha yang dilakukan individu untuk mengatur berbagai aspek yang

berkaitan dengan pikiran, waktu, tempat dan sumber daya lain yang mampu menunjang terbentuknya manajemen diri sehingga kehidupan menjadi lebih efisien.

c. Pengendalian diri (*Self Control*)

Pengendalian diri adalah kemampuan individu dalam usahanya untuk membentuk tekad dan kemauan yang disiplin, semangat yang dipacu, kesegaran yang dikikis, serta tenaga yang dikerahkan untuk melaksanakan suatu tugas tertentu. Melalui adanya pengendalian diri yang kuat tentu akan diikuti oleh keinginan yang kuat untuk melaksanakan pekerjaan tertentu sehingga akan mendorong munculnya semangat agar bisa memperoleh tujuan yang ingin dicapai. Pengendalian diri yang kuat juga dapat memberikan pengaruh kuat terhadap individu untuk menghindarkan diri dari hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan prioritas terhadap tujuan.

d. Pengembangan diri (*Self Development*)

Pengembangan diri merupakan suatu usaha individu untuk meningkatkan diri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap mencakup sumberdaya pribadi yang ada dalam diri individu seperti kecerdasan, kepribadian, empati serta kesehatan jasmani dan rohani.

Zimmerman & Risemberg (Dembo, 2004) juga mengungkapkan aspek-aspek dalam manajemen diri yang terdiri dari lima aspek-aspek dalam manajemen diri, yaitu:

a. Motivasi

Motivasi merupakan proses internal yang memberikan perilaku yang berenergi dan terarah. Proses internal tersebut seperti tujuan seseorang, keyakinan, persepsi, dan juga harapan. Misalnya, ketekunan dalam mengerjakan tugas berhubungan dengan seberapa kompeten kamu dapat menyelesaikan tugas tersebut. Selain itu, keyakinan seseorang tentang penyebab keberhasilan dan kegagalan pada tugas-tugas ini mempengaruhi motivasi seseorang dan tindakannya pada tugas-tugas dimasa yang akan datang.

Salah satu perbedaan utama dari mahasiswa yang sukses dan mahasiswa yang tidak sukses adalah dalam hal motivasi, mahasiswa yang sukses mampu memotivasi dirinya sendiri walaupun dia sedang berada dalam kondisi yang kurang baik, sedangkan mahasiswa yang tidak sukses cenderung sulit untuk mengatur motivasi mereka. Mahasiswa yang sukses seharusnya mampu berkonsentrasi dan yakin dengan kemampuannya dan pengaruh dari lingkungan.

Selain itu masalah lainnya dalam motivasi adalah ketekunan. Mahasiswa dapat memotivasi dirinya sendiri, namun tidak tekun karena ada hal-hal yang mengganggu selama motivasi sedang dibangun. Gangguan yang kecil dapat menyebabkan motivasi seseorang menjadi menurun. Untuk menjadi mahasiswa yang sukses, seharusnya mampu untuk berkonsentrasi dan tanggap dengan lingkungan yang mengganggu. Setiap mahasiswa melewati setiap proses yang berbeda untuk mengatur perilakunya.

b. Metode Belajar

Metode belajar sering juga dikenal sebagai strategi belajar. Strategi belajar merupakan suatu metode yang digunakan mahasiswa untuk mendapatkan informasi. Mahasiswa dengan prestasi yang tinggi menggunakan strategi belajar yang lebih baik daripada mahasiswa yang memiliki prestasi yang rendah. Strategi belajar yang dapat digunakan seperti menggaris bawahi kalimat yang penting, meringkas, dan menguraikan.

Mahasiswa yang sukses diharapkan memiliki strategi pembelajaran yang baik. Hal ini dapat dilakukan dengan memperlengkapi hal-hal yang membantu mahasiswa dalam memahami sesuatu. Seperti membuat catatan kecil ketika dosen menerangkan sehingga pada waktu ujian memiliki gambaran tentang poin-poin penting dan memudahkan untuk menghafal bahan kuliah.

c. Penggunaan Waktu

Mahasiswa dengan kemampuan manajemen waktu yang lebih baik cenderung memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang keterampilan manajemen waktu yang tidak baik. Manajemen waktu sangat dibutuhkan karena berdampak dengan management diri mahasiswa. Jika seorang mahasiswa mengalami kesulitan dalam waktu, dia akan mengalami kesulitan untuk mengatur tugas mana yang harus diselesaikan terlebih dahulu.

d. Lingkungan Fisik dan Sosial

Komponen ini berkaitan dengan kemampuan mahasiswa untuk merekonstruksi lingkungan fisik dan sosial untuk memenuhi kebutuhannya. Merekonstruksi lingkungan fisik berhubungan dengan tempat untuk belajar yang tenang dan tidak mengganggu kegiatan belajar. Merekonstruksi lingkungan sosial berhubungan dengan kemampuan individu untuk menentukan kapan dia harus belajar dalam kelompok, belajar sendiri atau dengan teman, kapan waktunya dia membutuhkan bimbingan dosen, guru pribadi, ataupun melalui sumber non sosial (seperti melalui referensi buku atau menggunakan internet).

e. Performansi

Pada saat mahasiswa belajar bagaimana mengamati dan mengontrol setiap performansi, mahasiswa dapat menjadi mentor diri sendiri. Mahasiswa dapat mempraktekkan kemampuan yang dimilikinya, proses pengevaluasian diri, dan membuat perubahan sehingga tujuan dapat tercapai.

Berdasarkan aspek-aspek di atas dapat disimpulkan bahwa dalam manajemen diri terdapat pendorongan diri yang dapat membuat individu melakukan upayanya untuk mencapai tujuan. Penyusunan diri juga dapat dijadikan individu untuk mengerahkan kemampuan dirinya untuk mencapai efisiensi dan memperbandingkan hasil yang terbaik. Selain itu juga terdapat pengendalian diri yang merupakan kemampuan individu untuk membentuk tekad dalam melaksanakan tugas-tugasnya. Pengembangan diri juga

merupakan aspek penting yang digunakan individu untuk meningkatkan diri dalam berbagai hal.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Manajemen Diri

Dembo (2004) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi manajemen diri, yaitu:

a. Faktor personal dan sosiokultural

Faktor personal meliputi bagaimana sikap, keyakinan, dan nilai-nilai yang dibawa siswa sampai ke perguruan tinggi berdasarkan pengalaman pribadi dan sosial budaya mereka. Hal ini mempengaruhi bagaimana motivasi, perilaku, dan kelangsungan studi mahasiswa. Selain itu, faktor sosiokultural juga mempengaruhi bagaimana motivasi mahasiswa, hal tersebut dapat dilihat dari level sosio-ekonomi, tingkat pendidikan orangtua, dan harapan orangtua dapat mempengaruhi motivasi dan perilaku mahasiswa.

b. Faktor lingkungan kelas

Faktor lingkungan yang mempengaruhi manajemen diri secara akademik akan mempengaruhi bagaimana manajemen diri secara akademik mahasiswa di dalam kelas, seperti jenis tugas yang diberikan, perilaku instruktur, dan metode pembelajaran.

c. Faktor internal

Faktor internal meliputi tujuan mahasiswa, kepercayaan, perasaan dan persepsi pelajar yang akan berpengaruh terhadap manajemen diri secara

akademik. Misalnya, jika mahasiswa menghargai tugas dan dapat menguasainya, maka mahasiswa cenderung menggunakan strategi belajar yang berbeda, berusaha keras, dan bertahan sampai tugas terselesaikan.

Berdasarkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen diri tersebut dapat disimpulkan bahwa manajemen diri terdiri dari faktor personal seperti sikap, keyakinan dan nilai-nilai berdasarkan pengalaman dan sosial budaya. Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi manajemen diri individu. Faktor internal yang meliputi tujuan, kepercayaan, perasaan dan persepsi yang akan mempengaruhi manajemen diri seseorang.

C. Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi

Berdasarkan kajian teori diatas, prokrastinasi dapat dirumuskan sebagai suatu penundaan dalam memulai atau menyelesaikan suatu tugas secara sengaja dan berulang dengan melakukan aktifitas lain sehingga mengakibatkan terhambatnya penyelesaian tugas atau aktivitas. Pada umumnya para ahli lebih sepakat mengartikan prokrastinasi dalam konotasi negatif dengan menyebutnya sebagai penundaan yang tidak berguna (*needless*) dalam penyelesaian tugas.

Berkaitan dengan penundaan dalam konotasi positif dan negatif, prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu prokrastinasi yang disfungsional, yang merupakan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan dan fungsional prokrastinasi, yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya

konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik. Pada akhirnya dalam penelitian ini, pengertian prokrastinasi dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas, dengan jenis disfungsi *procrastination*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, penundaan tersebut tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat yang negatif baik yang kategori *decisional procrastination* atau *avoidance procrastination*.

Mahasiswa menemui tugas-tugas yang banyak dan berat dalam menjalani masa kuliah atau masa belajar. Penundaan tugas bisa terjadi karena rasa malas, mencari hiburan, tugas-tugas yang menumpuk, banyaknya kegiatan, rasa takut gagal atau tidak mampu mengerjakan, atau bahkan ingin mencari bahan yang lebih mendukung. Kondisi seperti ini kiranya akan mempengaruhi kinerja mahasiswa yang pada akhirnya mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa.

Lama masa studi empat tahun atau delapan semester dipahami oleh mahasiswa sebagai masa yang ideal atau tepat untuk mencapai kelulusan, sehingga ada usaha dari mahasiswa khususnya yang telah mengambil mata kuliah skripsi untuk menyelesaikan skripsi segera. Semakin besar keinginan untuk lulus tepat waktu, semakin besar usaha untuk segera menyelesaikan skripsi.

Pada kenyataannya, dalam proses penyelesaian skripsi mahasiswa justru melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa

perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk (Steel, 2007). Prokrastinasi pada bidang disebut juga prokrastinasi akademik. Prokrastinasi dapat dijabarkan sebagai penundaan yang dilakukan secara sengaja terhadap pekerjaan yang harus diselesaikan (Schraw, G., Olafson, L., & Wadkins, T, 2007). Prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi berwujud penundaan hingga saat-saat terakhir untuk mengerjakan tugas-tugas yang secara langsung dan tidak langsung berkaitan dengan penyelesaian penyusunan skripsi.

Prokrastinasi menjadi penting untuk diteliti karena frekuensinya yang tergolong tinggi Solomon & Rothblum (Steel, 2007). Hasil penelitian yang mendukung hal tersebut di antaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Ellis dan Knaus (dalam You, 2014) yang menemukan kurang lebih 70% mahasiswa di seluruh dunia melakukan prokrastinasi. Patrzek *et al* (dalam Aziz, 2015) pada penelitian sejenis menunjukkan temuan di antara mahasiswa di perguruan tinggi ternyata terjadi peningkatan dalam hal prokrastinasi. Fenomena prokrastinasi juga terjadi di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Berdasarkan studi pra penelitian pada sejumlah 35 mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret (FK UNS) yang sedang mengambil mata kuliah skripsi, dihasilkan bahwa 82,9% melakukan prokrastinasi, dan 17,1% tidak melakukan prokrastinasi. Data tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret (FK UNS) yang melakukan prokrastinasi dalam proses menyelesaikan

skripsinya lebih banyak dibandingkan mahasiswa yang tidak melakukan prokrastinasi.

Prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa skripsi berdampak pada lamanya masa studi. Hal tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian Suriyah dan Tjun Djing (2007) yang menunjukkan bahwa prokrastinasi berkorelasi positif dengan lama studi. Semakin tinggi prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa, semakin lama studi yang dilakukan. Berdasarkan hasil wawancara kepada koordinator skripsi Program Studi Psikologi dan Kedokteran FK UNS pada tahun 2017, dari tahun ke tahun masih terdapat mahasiswa yang mengalami keterlambatan kelulusan yaitu dengan masa studi melebihi empat tahun. Presentase rata-rata keterlambatan kelulusan pada Program Studi Psikologi FK UNS sebesar 41%, sedangkan Program Studi Kedokteran FK UNS sebesar 33,2%.

Dampak berkelanjutan pada lamanya masa studi yang melebihi waktu yang ditargetkan adalah membuat mahasiswa harus menghabiskan biaya lebih dan memicu keterlambatan dalam menyelesaikan studi. Selain itu, mahasiswa yang terlambat lulus lebih sering mengalami gangguan karier, konflik peran, kecemasan, kepercayaan diri, dan relasi sosial McIveen (Prawitasari, 2012).

Hambatan-hambatan yang umumnya dialami mahasiswa menurut Rahyono (Ritonga, 2012) yaitu: kesulitan mencari topik penelitian, adanya perasaan jenuh dan bosan, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah, kesulitan mendapatkan literatur, keterbatasan dana, hambatan dalam berkomunikasi dengan dosen pembimbing, dan hambatan dari teman. Mu'tadin (Ritonga,

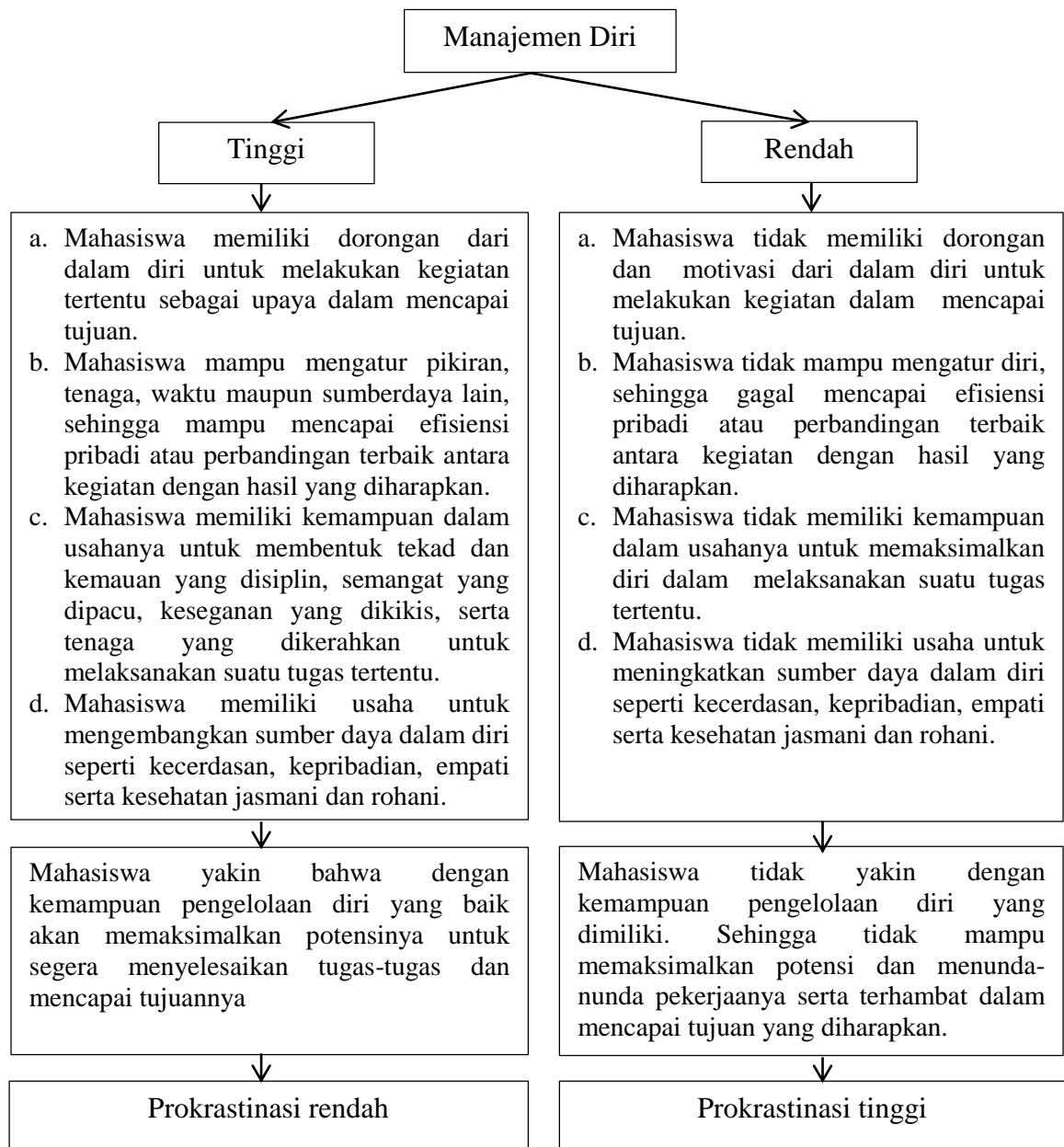
2012) memaparkan persoalan-persoalan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi, yaitu kesulitan dalam menentukan judul, kurangnya membaca, dana yang terbatas, dan takut menemui dosen pembimbing.

Dinamika prokrastinasi mahasiswa dalam penulisan skripsi yang dikemukakan oleh Ritonga (2012) menunjukkan dinamika yang buruk, dalam kondisi yang sulit, penuh hambatan dan persoalan mereka cenderung menghadapinya dengan menghindar dan menggantungkan diri pada orang lain untuk mencapai tujuan. Hal tersebut menggambarkan bahwa mahasiswa prokrastinator memiliki pengelolaan dan pengaturan diri yang tidak baik karena tidak dapat mengandalkan diri sendiri untuk dapat menyelesaikan tantangan dalam menyelesaikan skripsi. Penyelesaian skripsi yang penuh kemandirian tidak bisa dihadapi dengan bergantung pada orang lain. Mereka membutuhkan kemampuan dan keterampilan dalam mengatur dan mengelola diri agar dapat memilih tingkah laku yang tepat untuk menghadapi persoalan, resiko-resiko yang muncul dan merugikan proses studinya serta berkemungkinan besar menghambat tercapainya tujuan.

Kemampuan mengelola atau mengatur diri disebut juga manajemen diri. Manajemen diri merupakan teknik-teknik belajar yang memungkinkan individu mengelola, mengontrol dan mengevaluasi perilaku mereka sendiri secara bertanggungjawab, dan kemampuan berpikir untuk diri sendiri serta mengambil tindakan yang diperlukan baik secara fisik, emosi, pikiran, jiwa, dan spiritual, sehingga ia mampu mengelola berbagai sumber daya guna mengendalikan dan menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan

tujuan hidupnya Robbins (Putra, 2013). Hal itu juga dikemukakan oleh Prijosaksono & Roy (2002) bahwa menerapkan manajemen diri dapat menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan tujuan hidup individu.

Tujuan manajemen diri adalah membuat perubahan yang melibatkan pikiran, perasaan dan perilaku pribadi individu (misal pola pikir yang konstruktif) dan membuat perubahan dalam lingkungan untuk mendukung individu dalam mencapai tujuannya Manz & Sims (Renn *et al*, 2011). Manajemen diri juga merupakan suatu proses dalam diri individu yang melibatkan kemampuan pengelolaan afeksi, tingkah laku dan kognisi dalam beradaptasi dengan lingkungan, memotivasi diri serta bertindak guna mencapai tujuan yang diinginkan. Manajemen diri dapat membentuk individu kearah lebih baik sesuai dengan perilaku mana yang akan diubah, ditingkatkan atau dikurangi sehingga mampu membantu individu untuk memotivasi kerja individu. Dengan demikian tingginya manajemen diri seorang mahasiswa aktivis dapat meminimalkan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara manajemen diri dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan penjelasan di atas secara sederhana gambaran dari kerangka pemikiran ini adalah:



Gambar 1. Ilustrasi Hubungan Antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik

D. Hipotesis

Hipotesis diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara manajemen diri dengan prokratinasi mahasiswa semester akhir. Dimana semakin tinggi manajemen diri maka prokratinasi pada mahasiswa semester akhir akan semakin menurun, begitu pula sebaliknya jika semakin

rendah manajemen diri maka prokratinasi pada mahasiswa semester akhir akan semakin tinggi.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan sesuatu yang memiliki variasi dan dapat dicari hubungannya dengan yang lain (Azwar, 2016). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Variabel yang digunakan pada penelitian ini mencakup dua variabel yaitu, variabel bebas dan variabel tergantung. Adapun variabel-variabel tersebut adalah :

1. Variabel tergantung : Prokratinasi
2. Variabel bebas : Manajemen Diri

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Prokrastinasi

Prokrastinasi merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Adapun karakteristik dari prokrastinasi akademik, yaitu adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Prokratinasi diungkap peneliti dengan skala yang disusun peneliti melalui aspek-aspek dari Ferrari (2007) yaitu aspek *perceived time* (waktu yang dirasakan), aspek *intention-action gap* (celah antara keinginan dan

perilaku), *emotional distress* (tekanan emosi) dan *perceived ability* (kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). Penentuan tinggi rendahnya prokrastinasi pada individu ditentukan berdasarkan skor yang diperoleh mahasiswa dari aspek-aspek yang diungkap menggunakan skala prokrastinasi. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi prokrastinasi pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah prokrastinasi yang terdapat pada diri mahasiswa.

2. Manajemen Diri

Manajemen diri merupakan suatu pengaturan diri untuk membuat strategi dalam pendidikan yang digunakan oleh pelajar untuk bisa mengontrol cara belajarnya sehingga dapat mencegah dan menghindari faktor-faktor penghambat dalam belajar. Tingkat manajemen diri dilihat dari besarnya skor yang diperoleh dari skala manajemen diri pada mahasiswa. Semakin rendah skor yang diperoleh, menunjukkan semakin buruk manajemen diri. Begitu pula sebaliknya semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin baik manajemen diri. Manajemen diri diungkap peneliti dengan skala yang disusun peneliti melalui aspek-aspek dari Gie (dalam Mahmudah, 2019) yaitu aspek pendorongan diri (*self motivation*), penyusunan diri (*self organization*), pengendalian diri (*self control*) dan pengembangan diri (*self development*). Penentuan tinggi rendahnya manajemen diri pada individu ditentukan berdasarkan skor yang diperoleh mahasiswa dari aspek-aspek yang diungkap menggunakan skala manajemen diri. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi manajemen diri pada

mahasiswa, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah manajemen diri yang terdapat pada diri mahasiswa.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas onjek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2017). Sedangkan Azwar (2014), populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Penelitian yang hasilnya akan diterapkan pada suatu populasi harus menentukan lebih dahulu karakteristik populasinya secara jelas sebelum menentukan cara-cara pengambilan sampelnya. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama yang membedakan dari kelompok subjek lainnya.

Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai Mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan Fakultas Bimbingan Konseling angkatan 2016, semester 10 dengan jumlah 151 mahasiswa.

Berdasarkan karakteristik populasi di atas, studi yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini adalah studi populasi dimana menggunakan seluruh populasi yang ada. Menurut Azwar (2015), subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yakni yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang diteliti. Pada dasarnya, subjek penelitian adalah yang akan dikenai

kesimpulan dari hasil penelitian. Apabila subjek penelitiannya terbatas dan masih dalam jangkauan sumber daya, maka dapat dilakukan studi populasi, yaitu mempelajari seluruh subjek secara langsung.

2. Sampel Penelitian

Penelitian ini dilakukan hanya terhadap sampel dan bukan terhadap populasi, tetapi kesimpulan penelitian mengenai sampel akan digeneralisasikan terhadap populasi. Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang akan diteliti dan memiliki ciri-ciri yang sama dengan populasi (Azwar, 2014). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive random sampling*, yaitu dengan melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2014). Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan Fakultas Bimbingan Konseling angkatan 2016 semester 10 dengan jumlah 103 mahasiswa, dan memiliki karakteristik subjek sebagai berikut:

1. Mahasiswa laki-laki maupun perempuan
2. Mahasiswa aktif yang mengambil mata kuliah skripsi
3. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari 1 semester

Pertimbangan peneliti mengambil subjek mahasiswa dan mahasiswi tahun tersebut adalah karena mereka merupakan mahasiswa yang sedang menempuh masa menjelang akhir kuliah dengan banyaknya tugas dan mata kuliah. Pada masa tersebut mahasiswa sedang sibuk mengerjakan tugas disela-sela banyaknya kegiatan diluar kampus dan non akademik yang mengharuskan

mahasiswa untuk pandai mengatur waktu dan jadwalnya. Dengan demikian keadaan ini sangat cocok untuk melihat bagaimana kejenuhan dan penundaan tugas mahasiswa dalam mengerjakan tugasnya.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penggunaan data adalah metode kuantitatif berupa skala. Skala yaitu sejumlah pernyataan yang digunakan untuk mengungkap permasalahan yang diteliti dan mampu menggambarkan keadaan diri subjek yang sebenarnya (Azwar, 2012). Alasan menggunakan metode skala karena subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya, apa yang dinyatakan subjek dapat dipercaya serta interpretasi subjek tentang pernyataan yang diajukan kepadanya sama dengan yang dimaksud oleh peneliti (Hadi, 2004).

Penyusunan skala penelitian didasarkan pada model skala Likert yang sudah dimodifikasikan. Skala memiliki (4) alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai. Penskoran skala antara lain: pernyataan *favourable*, jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 4, sesuai (S) diberi skor 3, tidak sesuai (TS) diberi skor 2, Sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 1. Pernyataan *unfavourable*, jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 1, sesuai (S) diberi skor 2, tidak sesuai (TS) diberi skor 3 dan jawaban sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 4.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala manajemen diri dan skala prokrastinasi akademik, yang terdiri dari *item favorable* dan *item unfavorable*. *Item favorable* isinya searah dengan atribut yang diukur,

sebaliknya *item unfavorable* adalah *item* yang isinya tidak searah atau tidak menggambarkan ciri atau atribut yang diukur (Azwar, 2012).

Untuk menentukan koefisien reliabilitas dan jumlah *item* yang diharapkan pada penelitian ini menggunakan rumus Spearman-Brown. Koefisien reliabilitas sebesar (r_{tt}) 0,7 dengan rerata indeks daya beda (r_{it}) sebesar 0,3. Berikut ini perhitungan rumus berdasarkan Spearman dan Brown untuk skala manajemen diri dan skala prokrastinasi akademik:

Diketahui : $r_{tt} = 0,7$

$r_{it} = 0,3$

Ditanya : k ?

Jawaban

$$r_{tt} = \frac{k \cdot r_{it}^2}{1 + (k - 1) r_{it}^2}$$

$$0,7 = \frac{k \cdot 0,3^2}{1 + (k - 1) \cdot 0,3^2}$$

$$0,7 (1 + 0,09k - 0,09) = 0,09k$$

$$0,7 + 0,063k - 0,063 = 0,09k$$

$$0,7 - 0,063 = 0,09k - 0,063k$$

$$0,637 = 0,027k$$

$$k = \frac{0,637}{0,027}$$

$$0,027$$

$$k = 23,59 = 24 \text{ item}$$

Berdasarkan hasil perhitungan dengan rumus Spearman and Brown maka didapatkan jumlah *item* yang diharapkan yaitu 24 untuk skala manajemen diri dan 24 untuk skala prokrastinasi.

1. Skala Manajemen Diri

Skala ini digunakan untuk mengukur manajemen diri. Skala ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek manajemen diri dari teori Gie (dalam Mahmudah, 2019) meliputi: aspek Pendorongan diri, Penyusunan diri, Pengendalian diri dan Pengembangan diri. Jumlah *item* pada skala ini berdasarkan pada perhitungan rumus Spearman-Brown dengan hasil perhitungan sebanyak 24 *item*. Masing-masing *item* memiliki bobot 33,3%. Pembobotan tiap gejala pada masing-masing skala didasarkan pada asumsi bahwa setiap gejala memiliki bobot atau proporsi yang sama, maka tiap gejala pada masing-masing skala penelitian ini diasumsikan memiliki proporsi yang sama. Azwar (2012).

Berikut rinciannya:

Tabel 1. Blue Print Awal Variabel Manajemen Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Bobot	Jumlah <i>Item</i>
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	Pendorongan diri (<i>Self Motivation</i>)	a) Mendorong diri untuk melakukan kegiatan, sebagai upaya mencapai tujuan b) Melakukan dorongan diri yang berasal dari dalam batin atau diri sendiri c) Memotivasi diri sendiri untuk membentuk manajemen diri	1,9,17, 25,33,41	5,13,21, 29,37,45	25%	12
2.	Penyusunan diri (<i>Self Organization</i>)	a) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan b) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang	2,10,18 26,34,42	6,14,22 30,38,46	25%	12

		diharapkan				
		c) Mengatur waktu agar lebih efektif dalam memperoleh hasil yang maksimal				
3.	Pengendalian diri (<i>Self Control</i>)	a) Melakukan usaha untuk membentuk tekad dan kemauan yang disiplin	3,11,19	7,15,23	25%	12
		b) Memiliki kemauan dan semangat yang kuat untuk memperoleh tujuan yang akan dicapai	27,35,43	31,39,47		
		c) Menghindarkan diri dari hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan tujuan				
4.	Pengembangan diri (<i>Self Development</i>)	a) Meningkatkan dan memiliki, kecerdasan dalam diri sehingga mampu mengimbangi permasalahan yang dihadapi	4,12,20	8,16,24	25%	12
		b) Meningkatkan dan memiliki, kepribadian dan empati agar memiliki prinsip yang kuat dalam berproses mencapai tujuan	28,36,44	32,40,48		
		c) Meningkatkan dan memiliki, kesehatan jasmani dan rohani agar tetap mampu berusaha dalam mencapai tujuan				
Jumlah			24	24	100%	48

2. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala ini disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi menurut Ferrari (2007) meliputi: *perceived time* (waktu yang dirasakan), *intention-action gap* (celah antara keinginan dan perilaku), *emotional distress* (tekanan emosi) dan *emotional distress* (tekanan emosi). Masing-masing aspek memiliki bobot 25%. Jumlah *item* pada skala ini didasarkan pada perhitungan rumus Spearman–Brown dengan hasil 24 *item*. Pembobotan tiap aspek pada masing-masing skala didasarkan pada asumsi bahwa setiap aspek memiliki bobot atau proporsi yang sama, maka tiap aspek pada masing-masing skala penelitian ini diasumsikan memiliki proporsi yang sama (Azwar, 2012).

Tabel 2. Blue Print Awal Variabel Prokrastinasi

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Bobot	Jumlah <i>Item</i>
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	<i>Perceived Time</i> (Waktu Yang Dirasakan)	a) Gagal dalam memenuhi <i>deadline</i> tugas	1,9,17, 25,33,41	5,13,21, 29,37,45	25%	12
		b) Berorientasi pada masa sekarang				
		c) Tidak mementingkan masa depan atau masa yang akan datang				
2.	<i>Intention-Action Gap</i> (Celah Antara Keinginan Dan Perilaku)	a) Gagal dalam mewujudkan keinginan untuk mengerjakan	2,10,18 26,34,42	6,14,22 30,38,46	25%	12
		b) Melakukan tindakan yang menghambat tujuannya				
		c) Mencari peralihan kegiatan lain yang tidak produktif				
3.	<i>Emotional Distress</i>	a) Mengalami kecemasan akibat menunda	3,11,19 27,35,43	7,15,23 31,39,47	25%	12

	(Tekanan Emosi)	pekerjaan				
		b) Mengalami dampak pada pikiran akibat menunda pekerjaan				
		c) Mengalami tekanan akibat menunda pekerjaan				
4.	<i>Perceived Ability</i>	a) Memiliki keraguan terhadap kemampuan diri	4,12,20	8,16,24	25%	12
	(Kepercayaan Terhadap Kemampuan Yang Dimiliki)	b) Merasa tidak mampu dengan tugas-tugasnya	28,36,44	32,40,48		
		c) Mudah menyerah terhadap permasalahan yang ditemui				
Jumlah			24	24	100%	48

3. Prosedur Pembuatan Alat Ukur

Pengukuran terhadap aspek psikologis tidak dapat dilakukan secara langsung, melainkan hanya dapat dilakukan melalui pengukuran terhadap indikator-indikator perilaku yang merupakan refleksi ada tidaknya aspek yang hendak diungkap dalam diri subjek. Untuk itu diperlukan instrumen atau skala pengukuran yang mampu mengungkap secara cermat (valid) dan konsisten (reliabel) sehingga informasi yang diperoleh peneliti merupakan dasar pengambilan kesimpulan penelitian yang dapat dipertanggungjawabkan (Azwar, 2019).

Pembuatan alat ukur dalam penelitian adalah berdasarkan variable-variabel yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Variabel-variabel tersebut menjelaskan mengenai definisi operasional yang memberi makna terhadap suatu

variabel dengan cara menspesifikasikan aktivitas-aktivitas yang diperlukan untuk mengukur, mengkategorisasi, atau memanipulasi variabel tersebut, selanjutnya indikator tersebut ditentukan untuk diukur. Dari indikator kemudian dijabarkan menjadi butir-butir pernyataan (Sugiyono, 2017).

E. Keterpercayaan Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengambil data sebenarnya terlebih dahulu dilakukan uji coba/tryout instrumen, untuk mengetahui tingkat kebenaran (validitas) dan kehandalan (reliabilitas). Tujuan uji coba instrumen yang berhubungan dengan intensitas adalah upaya untuk mengetahui validitas dan reliabilitas. Suatu instrumen itu valid, apabila dapat mengukur apa yang hendak diukur. Sedangkan tinggi reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen tersebut dapat mengukur apa yang dimaksud dalam menjawab pertanyaan atau pernyataan diantara subjek (Arikunto, 2010). Azwar (2010), Menerangkan valid tidaknya suatu alat ukur tergantung pada mampu tidaknya suatu alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat, sedangkan reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya.

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2012). Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut.

Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*) yaitu validitas yang diestimasi dengan pengujian isi tes menggunakan analisis rasional atau dengan *profesional judgement*. (Azwar, 2012) mengatakan bahwa makna validitas isi adalah sejauhmana elemen-elemen dalam suatu instrumen ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability*. Walaupun istilah reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, kestabilan, keajegan, dan sebagainya, namun gagasan pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2012). Teknik reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis *Alpha Cronbach*. Analisis data menggunakan program SPSS 16.0 *for Windows*. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya apabila koefisiennya mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2019).

F. Teknik Analisis Data

Metode yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian adalah teknik korelasi *product moment* dan *pearson*, yaitu koefisien korelasi yang diperoleh dengan cara mengkorelasikan dua variabel yang masing-masing datanya berwujud skor (Azwar,2007). Analisis *product moment* digunakan karena merupakan

analisis korelasional yang dapat dipakai untuk menguji hubungan antara manajemen diri dan prokrastinasi yang berjenis data interval dan perhitungannya berdasarkan angka kasar. Keseluruhan komputasi data menggunakan paket program komputer *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 26 For Windows*, analisis data digunakan untuk menguji hipotesis, sebelum dilakukan uji hipotesis didahului dengan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan rumus *Kolmogrov-Smirnov*. Data tergolong normal apabila memenuhi syarat $p > 0.05$. Data dengan nilai $p < 0.05$ menunjukkan bahwa data tersebut tidak data normal. Sebaliknya, apabila data memiliki nilai $p > 0.05$ menunjukkan bahwa data tersebut normal (Ghazali, 2011).

b. Uji Linieritas

Uji linearitas digunakan untuk melihat linear atau tidaknya sebuah data, yaitu untuk mengetahui hubungan antar variabel yang diteliti (variabel manajemen diri dan prokrastinasi) bersifat linear atau tidak. Jika sig. *Deviation from Linilarity* lebih besar $p > 0.05$ maka kedua variabel berkorelasi linear, sedangkan jika nilai sig. *Deviation from Linilarity* lebih kecil $p < 0.05$ maka tidak berkorelasi linear.

2. Uji Hipotesis

Metode yang digunakan untuk melihat hasil dari hipotesis pada penelitian ini kuantitatif korelasional, yaitu dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari *Carl Pearson*, dengan masing-masing aspek yang terdapat pada variabel independent yaitu manajemen diri dikorelasikan dengan variabel dependent prokrastinasi. Teknik ini mempunyai tujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara manajemen diri dengan prokrastinasi dan untuk melihat arah hubungan di antara kedua variabel tersebut.

BAB IV

LAPORAN PENELITIAN

A. Orientasi Kancha dan Uji Coba

1. Orientasi Kancha Penelitian

Universitas Ahmad Dahlan (UAD) adalah sebuah perguruan tinggi swasta di Yogyakarta, Indonesia. UAD termasuk salah satu universitas terbaik di Indonesia yang telah menyandang akreditasi A dan mempunyai lima letak kampus yang berbeda sesuai dengan fakultasnya, salah satu dari fakutas tersebut adalah fakultas psikologi dimana gedungnya terletak di JL Kapas no 9 Yogyakarta 55166, telepon (0274) 563515, fax (0274) 564604.

Universitas Ahmad Dahlan menyelenggarakan program akademik dan dan program profesional dalam kelompok ilmu dengan landasan aqidah Islam dan asas pancasila. Progam pendidikan yang diselenggarakan mencakup program pendidikan akademik jenjang Strata 1 (S-1), program diarahkan pada hasil lulusan yang memiliki kualifikasi sebagai berikut:

- a. Mampu menerapkan pengetahuan dan ketrampilan teknologi yang dimilikinya sesuai dengan bidang keahlian dalam kegiatan produktif dan pelayanan kepada masyarakat.
- b. Menguasai dasar-dasar ilmiah dan pengetahuan seta metodologi bidang keahlian tertentu sehingga mampu menentukan, memahami, menjelaskan dan merumuskan cara penyelesaian masalah yang ada di dalam kawasan keahliannya.

- c. Menguasai dasar-dasar ilmiah sehingga mampu berfikir, bersikap dan bertindak sebagai ilmuwan.
- d. Mampu mengikuti perkembangan pengetahuan dan teknologi sesuai dengan bidangnya.

Selain itu salah satu program studinya yaitu Bimbingan dan Konseling fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan memiliki visi dan misi, yaitu “menjadi pusat pembelajaran dan pengembangan bimbingan dan konseling berbasis komunitas yang dijiwai nilai-nilai islam dan diakui secara internasional”.

Adanya pelaksanaan penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran pada Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan terkait dengan peran manajemen diri yang mempengaruhi prokrastinasi mahasiswa. Populasi dan sampel penelitian yang digunakan adalah mahasiswa angkatan 2016 yang sedang mengambil skripsi, yang berjumlah 151 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, yaitu dengan pemilihan acak yang dilakukan darisegmen kecil suatu individu atau anggota dari total populasi yang ada. Pada saat melakukan uji coba dan penelitian, peneliti menggunakan 70 subjek sebagai uji coba dan 103 subjek yang diperoleh dari teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* sebagai subjek untuk penelitian.

B. Persiapan Penelitian

1. Proses Perizinan

Pelaksanaan penelitian ini diawali dengan melengkapi persyaratan administratif yang digunakan untuk mendapatkan surat izin *try out* terlebih dahulu sebelum lanjut pada penelitian. Peneliti terlebih dahulu mengajukan ijin *try out* kepada Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan Yogyakarta dan disetujui. Kemudian diberitahukan kepada admin grup *Whatsapp* mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016.

Setelah itu peneliti mengajukan penelitian kepada admin grup *Whatsapp* mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016, yang disetujui oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan Yogyakarta dan mendapat persetujuan dari pihak admin grup *Whatsapp* mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016.

2. Persiapan Uji Coba Alat Ukur

Persiapan yang dilakukan sebelum uji coba adalah melakukan konfirmasi dengan pihak yang menjadi responden uji coba terkait permohonan ijin untuk melakukan uji coba alat ukur. Peneliti diminta untuk melampirkan proposal skripsi, fotokopi identitas diri, surat permohonan riset yang telah ditandatangani oleh dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas

Ahmad Dahlan.

Selanjutnya peneliti menyiapkan skala yang digunakan sebagai uji coba kepada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016. Peneliti melakukan uji coba skala atau *try out* skala terlebih dahulu terhadap kedua skala yaitu skala prokrastinasi akademik dan Skala menjemen diri, yang terdiri dari 48 *item* skala prokrastinasi dan 48 *item* skala menjemen diri.

Skala tersebut disusun dengan menentukan aspek-aspek yang hendak diukur berdasarkan teori yang ada. Aspek-aspek yang telah ditentukan kemudian dituangkan dalam *blue print* yang menjadi acuan dalam penyusunan pernyataan-pernyataan yang tersusun dalam masing-masing skala. Tujuan uji coba adalah untuk mengetahui dan memastikan tingkat reliabilitas alat ukur.

a. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala ini mengungkap prokrastinasi. Peneliti mencoba menyusun sebanyak 48 *item*, jumlah tersebut dimaksudkan untuk mengantisipasi banyaknya *item* yang gugur. Sebaran *item* uji coba skala prokrastinasi melalui *Google form*, dengan link berikut ini: <https://forms.gle/iB3NenwBz3n8umWg7>

b. Skala Manajemen Diri

Skala ini mengungkap manajemen diri. Peneliti mencoba menyusun *item* sebanyak 48 *item*, jumlah tersebut untuk mengantisipasi banyaknya *item* yang gugur. Sebaran *item* uji coba skala manajemen diri melalui *Google form*, dengan link berikut ini: <https://forms.gle/zTMpUXMxUo2UuZfM8>

C. Uji Coba Alat Ukur

1. Uji Coba

Waktu pelaksanaan uji coba dilakukan kepada subjek pada tanggal 7 November 2021. Uji coba dilakukan kepada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016 melalui media online (grup *Whatsapp*) dengan mengirimkan skala yang terdapat di *google form* untuk 70 orang sebagai subjek uji coba alat ukur tersebut.

Peneliti mengolah data dari 70 skala yang disebarakan. Kedua skala diberi skor dan dimasukkan kedalam tabulasi prokrastinasi dan manajemen diri untuk memudahkan analisis data. Analisis data uji coba digunakan untuk mengetahui reliabilitas skala dan memilih *item* yang baik pada kedua skala tersebut. Kriteria seleksi *item* tahap pertama berdasarkan *alpha cronbach* (α) untuk mengeliminasi *item - item* yang kurang memberi kontribusi terhadap skala, selanjutnya pada tahap kedua dilakukan penyesuaian berdasarkan *blue print* awal untuk menegakkan validitas isi.

2. Hasil Uji Coba

Penyesuaian dilakukan dengan cara membuang kembali *item* pada komponen-komponen yang kelebihan *item* berdasarkan indeks daya beda *item* (*rit*) yang terendah pada komponen tersebut, sedangkan komponen yang kekurangan *item* dilakukan penyesuaian dengan cara memasukkan kembali *item* yang telah gugur dengan melihat (*rit*) tertinggi atau *item* yang paling terakhir dibuang pada saat eliminasi *item* tahap pertama. Data-data hasil uji coba

penelitian tersebut dianalisis dengan bantuan komputer dan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 26 for Windows*. Apabila uji coba memperoleh hasil *item* dengan kualitas yang baik serta telah memenuhi standar sebagai alat ukur, maka data yang diperoleh dapat digunakan sebagai data penelitian.

a. Seleksi Item

1) Skala Prokrastinasi Akademik

Skala Prokrastinasi menggunakan 48 *item* pada 70 subjek. Setelah dilakukan analisis reliabilitas Pada putaran pertama terdapat 17 *item* yang gugur yaitu *item* nomor 15, 21, 22, 25, 26, 30, 31, 32, 33, 34, 37, 38, 42, 43, 44, 45, dan 46. Pada putaran kedua ada 1 *item* yang gugur yaitu *item* nomor 6. Putaran ketiga seluruh *item* memenuhi kriteria sehingga berhenti pada putaran ketiga.

Tabel 3. Distribusi *Item* Prokrastinasi Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Bobot	Jumlah <i>Item</i>
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	<i>Perceived Time</i> (Waktu Yang Dirasakan)	a) Gagal dalam memenuhi <i>deadline</i> tugas b) Berorientasi pada masa sekarang c) Tidak mementingkan masa depan atau masa yang akan datang	1,9,17, 25,33,41	5,13, 21 , 29,37,45	25%	12
2.	<i>Intention-Action Gap</i> (Celah Antara Keinginan Dan Perilaku)	a) Gagal dalam mewujudkan keinginan untuk mengerjakan b) Melakukan tindakan yang menghambat tujuannya	2,10,18 26,34,42	6,14,22 30,38,46	25%	12

		c) Mencari peralihan kegiatan lain yang tidak produktif				
3.	<i>Emotional Distress</i> (Tekanan Emosi)	a) Mengalami kecemasan akibat menunda pekerjaan	3,11,19	7,15,23	25%	12
		b) Mengalami dampak pada pikiran akibat menunda pekerjaan	27,35,43	31,39,47		
		c) Mengalami tekanan akibat menunda pekerjaan				
4.	<i>Perceived Ability</i> (Kepercayaan Terhadap Kemampuan Yang Dimiliki)	a) Memiliki keraguan terhadap kemampuan diri	4,12,20	8,16,24	25%	12
		b) Merasa tidak mampu dengan tugas-tugasnya	28,36,44	32,40,48		
		c) Mudah menyerah terhadap permasalahan yang ditemui				
Jumlah			24	24	100%	48

Untuk memenuhi bobot blue print awal, peneliti melakukan penyesuaian pada blue print dengan membuang *item* nomor 3, 4, 12, 13, 16, 27, 29, 35, 36, 39, dan 40 dan memasukan lagi *item* nomor 30. Adapaun ketentuan seleksi *item* yang akan dibuat yakni dengan melihat index daya beda *item* yang lolos pada setiap aspek sehingga dibuat yang paling terkecil dan memasukan lagi *item* yang index daya beda *item*nya diatas 0,3.

Tabel 4. Distribusi *Item* Prokrastinasi Akademik Setelah Penyesuaian

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Total	Penyesuaian
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	<i>Perceived Time</i> (Waktu)	a) Gagal dalam memenuhi <i>deadline</i> tugas	1,9,17,41	5,13,29	7	7 - 2

	Yang Dirasakan)	b) Berorientasi pada masa sekarang c) Tidak mementingkan masa depan atau masa yang akan datang					
2.	<i>Intention-Action Gap</i> (Celah Antara Keinginan Dan Perilaku)	a) Gagal dalam mewujudkan keinginan untuk mengerjakan b) Melakukan tindakan yang menghambat tujuannya c) Mencari peralihan kegiatan lain yang tidak produktif	2,10,18	14, 30	5	4	+ 1
3.	<i>Emotional Distress</i> (Tekanan Emosi)	a) Mengalami kecemasan akibat menunda pekerjaan b) Mengalami dampak pada pikiran akibat menunda pekerjaan c) Mengalami tekanan akibat menunda pekerjaan	3,11,19 27,35	7,23 39,47	9	8	- 4
4.	<i>Perceived Ability</i> (Kepercayaan Terhadap Kemampuan Yang Dimiliki)	a) Memiliki keraguan terhadap kemampuan diri b) Merasa tidak mampu dengan tugas-tugasnya c) Mudah menyerah terhadap permasalahan yang ditemui	4,12,20 28,36	8,16,24 40,48	10	10	- 5
Jumlah			17	14	31		

Akhirnya bobot blue print terpenuhi dengan sisa 5 *item* pada masing-masing aspek. Koefisien reliabilitas atau nilai *Alpha Cronbach* skala

prokrastinasi sebesar 0,960. Korelasi *item* bergerak dari 0,359 sampai dengan 0,917. Hasil analisis ada pada tabel dibawah ini.

Tabel 5. Blue Print Penelitian Variabel Prokrastinasi Akademik

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Bobot	Jumlah <i>Item</i>
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	<i>Perceived Time</i> (Waktu Yang Dirasakan)	a) Gagal dalam memenuhi <i>deadline</i> tugas b) Berorientasi pada masa sekarang c) Tidak mementingkan masa depan atau masa yang akan datang	1,6,10,18	3	25%	5
2.	<i>Intention-Action Gap</i> (Celah Antara Keinginan Dan Perilaku)	a) Gagal dalam mewujudkan keinginan untuk mengerjakan b) Melakukan tindakan yang menghambat tujuannya c) Mencari peralihan kegiatan lain yang tidak produktif	2,7,11	9,17	25%	5
3.	<i>Emotional Distress</i> (Tekanan Emosi)	a) Mengalami kecemasan akibat menunda pekerjaan b) Mengalami dampak pada pikiran akibat menunda pekerjaan c) Mengalami tekanan akibat menunda pekerjaan	8,12	4,14,19	25%	5
4.	<i>Perceived Ability</i> (Kepercayaan Terhadap Kemampuan Yang Dimiliki)	a) Memiliki keraguan terhadap kemampuan diri b) Merasa tidak mampu dengan tugas-tugasnya c) Mudah menyerah terhadap permasalahan yang ditemui	13,16	5,15,20	25%	5

Jumlah	11	9	100%	20
--------	----	---	------	----

2) Skala Manajemen Diri

Pada saat uji coba skala manajemen diri menggunakan 48 *item* pada 70 subjek. Setelah dilakukan analisis reliabilitas Pada putaran pertama terdapat 16 *item* yang gugur yaitu *item* nomor 5, 9, 15, 26, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 42, 44. Pada putaran kedua ada 1 *item* yang gugur yakni *item* nomor 46. Putaran ketiga seluruh *item* memenuhi kriteria sehingga berhenti pada putaran ketiga.

Tabel 6. Distribusi *Item* Setelah Uji Coba Variabel Manajemen Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Bobot	Jumlah <i>Item</i>
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	Pendorongan diri (<i>Self Motivation</i>)	a) Mendorong diri untuk melakukan kegiatan, sebagai upaya mencapai tujuan b) Melakukan dorongan diri yang berasal dari dalam batin atau diri sendiri c) Memotivasi diri sendiri untuk membentuk manajemen diri	1,9,17, 25,33,41	5,13,21, 29,37,45	25%	12
2.	Penyusunan diri (<i>Self Organization</i>)	a) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan b) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan c) Mengatur waktu agar lebih efektif dalam	2,10,18 26,34,42	6,14,22 30,38,46	25%	12

		memperoleh hasil yang maksimal				
3.	Pengendalian diri (<i>Self Control</i>)	a) Melakukan usaha untuk membentuk tekad dan kemauan yang disiplin	3,11,19	7,15,23	25%	12
		b) Memiliki kemauan dan semangat yang kuat untuk memperoleh tujuan yang akan dicapai	27,35,43	31,39,47		
		c) Menghindarkan diri dari hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan tujuan				
4.	Pengembangan diri (<i>Self Development</i>)	a) Meningkatkan dan memiliki, kecerdasan dalam diri sehingga mampu mengimbangi permasalahan yang dihadapi	4,12,20	8,16,24	25%	12
		b) Meningkatkan dan memiliki, kepribadian dan empati agar memiliki prinsip yang kuat dalam berproses mencapai tujuan	28,36,44	32,40,48		
		c) Meningkatkan dan memiliki, kesehatan jasmani dan rohani agar tetap mampu berusaha dalam mencapai tujuan				
Jumlah			24	24	100%	48

Untuk memenuhi bobot *blue print* awal, peneliti melakukan penyesuaian pada blue print dengan membuang *item* nomor 4, 12, 13, 19, 35,

40, dan 47. Adapun ketentuan seleksi *item* yang akan di buat yakni dengan melihat index daya beda *item* yang lolos pada setiap aspek sehingga di buat yang paling terkecil.

Tabel 7. Distribusi *Item* Penyesuaian Variabel Manajemen Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Total	Penyesuaian
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	Pendorongan diri (<i>Self Motivation</i>)	a) Mendorong diri untuk melakukan kegiatan, sebagai upaya mencapai tujuan b) Melakukan dorongan diri yang berasal dari dalam batin atau diri sendiri c) Memotivasi diri sendiri untuk membentuk manajemen diri	1,17,25,41	13, 21	7	7 - 1
2.	Penyusunan diri (<i>Self Organization</i>)	a) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan b) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan c) Mengatur waktu agar lebih efektif dalam memperoleh hasil yang maksimal	2,10,18	6,14,22	6	6
3.	Pengendalian diri (<i>Self Control</i>)	a) Melakukan usaha untuk membentuk tekad dan kemauan yang disiplin b) Memiliki kemauan dan semangat yang kuat untuk memperoleh tujuan yang akan dicapai c) Menghindarkan	3,11,19 27,35,43	7,23,47	9	8 - 3

		diri dari hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan tujuan				
4.	Pengembangan diri (<i>Self Development</i>)	a) Meningkatkan dan memiliki, kecerdasan dalam diri sehingga mampu mengimbangi permasalahan yang dihadapi b) Meningkatkan dan memiliki, kepribadian dan empati agar memiliki prinsip yang kuat dalam berproses mencapai tujuan c) Meningkatkan dan memiliki, kesehatan jasmani dan rohani agar tetap mampu berusaha dalam mencapai tujuan	4,12,20,28	8,16,24 40,48	9	9 - 3
Jumlah			17	14	31	

Akhirnya bobot *blue print* terpenuhi dengan sisa 6 *item* pada masing-masing aspek. Koefisien reliabilitas atau nilai *Alpha Cronbach* skala manajemen diri sebesar 0,978. Korelasi *item* bergerak dari 0,545 sampai dengan 0,965.

Tabel 8. *Blue Print* Penelitian Variabel Manajemen Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor <i>Item</i>		Total	Bobot
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1.	Pendorongan diri (<i>Self Motivation</i>)	a) Mendorong diri untuk melakukan kegiatan, sebagai upaya mencapai tujuan b) Melakukan dorongan diri yang berasal dari dalam batin atau diri sendiri	1,11,18,21	14,23	6	25%

		c) Memotivasi diri sendiri untuk membentuk manajemen diri				
2.	Penyusunan diri (<i>Self Organization</i>)	a) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan b) Mengatur pikiran untuk mencapai efisiensi dalam meraih hasil yang diharapkan c) Mengatur waktu agar lebih efektif dalam memperoleh hasil yang maksimal	2,7,12	4,9,15	6	25%
3.	Pengendalian diri (<i>Self Control</i>)	a) Melakukan usaha untuk membentuk tekad dan kemauan yang disiplin b) Memiliki kemauan dan semangat yang kuat untuk memperoleh tujuan yang akan dicapai c) Menghindarkan diri dari hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan tujuan	3,8,19,22	5,16	6	25%
4.	Pengembangan diri (<i>Self Development</i>)	a) Meningkatkan dan memiliki, kecerdasan dalam diri sehingga mampu mengimbangi permasalahan yang dihadapi b) Meningkatkan dan memiliki, kepribadian dan empati agar memiliki prinsip yang kuat dalam berproses mencapai tujuan c) Meningkatkan dan memiliki,	13,20	6,10,17,24	6	25%

kesehatan jasmani
dan rohani agar
tetap mampu
berusaha dalam
mencapai tujuan

Jumlah	13	11	24	100%
--------	----	----	----	------

D. Prosedur Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 103 mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016 melalui media online. Penelitian dilakukan dengan cara membagikan pada tiap subjek satu paket skala yang berisi dua skala melalui media *Google form* yang dikirim melalui grup *Whatsapp* kepada masing-masing subjek, yaitu skala manajemen diri dan skala prokrastinasi pada tanggal 15 Februari 2022.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya telah melalui tahap-tahap konfirmasi dengan pihak bersangkutan. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti memberikan pengenalan dan petunjuk melalui media sosial *Whatsapp* mengenai cara mengisi skala supaya responden dapat mengisi jawaban sesuai dengan keadaan subjek yang sebenarnya. Selanjutnya responden diminta untuk mengisi skala yang sudah dibagikan atau dikirimkan melalui *Google form* kepada masing-masing subjek, yang apabila sudah terisi maka hasil jawaban skala tersebut akan dilakukan proses skoring dan analisis.

E. Hasil Analisis Data

1. Data Deskriptif Penelitian

Dalam penelitian ini analisis deskriptif ditujukan untuk memberikan gambaran mengenai subjek berupa mean atau rata-rata terhadap variabel-variabel penelitian yaitu manajemen diri dengan prokrastinasi. Berdasarkan hasil analisis data statistik deskriptif dapat diketahui skor empirik dan skor hipotetik.

Pada penelitian ini menggunakan skala dengan 4 alternatif jawaban dengan skor bergerak dari 1 sampai 4. Skala prokrastinasi terdiri dari 20 *item* sehingga kemungkinan skor terendah (X_r) prokrastinasi secara hipotetik adalah $1 \times 20 = 20$ dan skor tertinggi (X_t) adalah $4 \times 20 = 80$. Rentang skor skala prokrastinasi adalah $80 - 20 = 60$ dan standar deviasinya hipotetiknya adalah $60 : 6 = 10$. Mean hipotetiknya yaitu $(80+20) : 2 = 50$. Skor empirik dan skor hipotetik secara rinci dapat dilihat pada tabel.

Skala manajemen diri terdiri dari dari 24 *item* sehingga kemungkinan skor terendah (X_r) data manajemen diri secara hipotetik adalah $1 \times 24 = 24$ dan skor tertinggi (X_t) adalah $4 \times 24 = 96$. Rentang skor skala manajemen diri adalah $96 - 24 = 72$ dan standar deviasinya hipotetiknya adalah $72 : 6 = 12$. Mean hipotetiknya yaitu $(96 + 24) : 2 = 60$. Skor empirik dan skor hipotetik secara rinci dapat dilihat pada tabel.

Tabel 9. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	N	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Prokrastinasi Akademik (Y)	20	52	78	62,98	5,498	20	80	50	10
Manajemen Diri (X)	24	32	71	55,82	9,158	24	96	72	12

Keterangan:

1. Y : Prokrastinasi
X : Manajemen Diri
2. Perhitungan skor hipotetik
 - a. Skor minimal (X Min) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
 - b. Skor maksimal (X Max) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban Rentang hipotetik (Mean) dengan rumus $\text{mean} = \text{jumlah } \textit{item} \times \text{skor tengah}$.
 - c. Standar deviasi (SD) hipotetik adalah $\text{SD} = (\text{skor max} - \text{skor min}) : 6$.

Berdasarkan hasil dari deskripsi data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor pada kedua variabel. Kategorisasi pada masing-masing variabel dengan menetapkan kriteria kategori yang didasari oleh suatu asumsi bahwa skor subjek dan populasi terdistribusi menurut model normal. Untuk mengetahui tinggi rendahnya skor yang diperoleh subjek dapat dilakukan pengkategorisasian dengan menetapkan suatu kriteria. Skor yang diperoleh subjek

diklasifikasikan dengan menggunakan tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Kriteria kategorisasi didasarkan pada standar deviasi dan mean hipotetik (Azwar, 2005). Kategorisasi yang akan digunakan adalah kategorisasi jenjang berdasarkan distribusi normal. Norma kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Kategorisasi

Interval	Kategori
$X < (M - 1,0 \text{ SD})$	Rendah
$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	Sedang
$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	Tinggi

Keterangan:

X = Skor Mentah

M = Mean hipotetik

SD = Deviasi standar hipotetik

Kategorisasi tersebut didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar hipotetik pada masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel 11 untuk kategorisasi skor prokrastinasi akademik dan tabel 12 untuk kategorisasi skor manajemen diri sebagai berikut.

Tabel 11. Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik

Interval	Frekuensi	Bobot(%)	Kategori
$X < 40$	11	10	Rendah
$40 \leq X < 60$	76	74	Sedang
$X \geq 60$	16	16	Tinggi
Jumlah	103	100	

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa 10% subjek memiliki tingkat prokrastinasi rendah, 74% subjek memiliki tingkat prokrastinasi sedang. Sedangkan 16% subjek memiliki tingkat prokrastinasi tinggi. Dapat disimpulkan

bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang.

Tabel 12. Kategorisasi Skala Manajemen Diri

Interval	Frekuensi	Bobot(%)	Kategori
$X < 60$	18	17	Rendah
$60 \leq X < 84$	70	68	Sedang
$X \geq 84$	15	15	Tinggi
Jumlah	103	100	

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa 15% subjek memiliki tingkat manajemen diri yang tinggi dan 68% subjek memiliki tingkat manajemen diri yang sedang. Sedangkan hanya 17% subjek yang memiliki manajemen diri kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat manajemen diri yang sedang.

2. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum pengolahan data atau uji hipotesis. Uji asumsi mencakup uji normalitas sebaran dan uji linieritas. Uji asumsi merupakan syarat sebelum dilakukan pengtesan nilai korelasi agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran yang seharusnya.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran bertujuan untuk memastikan bahwa tidak ada perbedaan sebaran skor variabel yang dianalisis antara subjek penelitian serta untuk melihat apakah variabel dalam penelitian ini sebarannya normal atau tidak. Distribusi sebaran skor subjek yang normal memiliki arti bahwa penelitian dapat mewakili subjek penelitian yang ada sedangkan jika sebaran

skor subjek tidak normal maka penelitian tidak mewakili subjek penelitian yang ada.

Pengujian normalitas menggunakan teknik statistik one sample Kolmogorov-Smirnov Test (KS-Z) dari program SPSS 16.00. Kaidah uji signifikan yang digunakan adalah jika $p > 0,05$ maka sebarannya dinyatakan normal artinya tidak ada perbedaan antara sebaran skor subjek sampel penelitian dan sebaran skor pada populasi, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal. Hasil uji normalitas pada tabel 13.

Tabel 13. Uji Normalitas Sebaran

Variabel	KS-Z	Sig (p)	Keterangan
Manajemen diri (X)	0,697	0,716	Terdistribusi Normal
Prokrastinasi Akademik (Y)	1,070	0,203	Terdistribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ada pada tabel di atas diketahui bahwa sebaran data manajemen diri memiliki $p = 0,716$ ($p > 0,05$), sehingga variabel manajemen diri memiliki sebaran normal data terdistribusi normal. Sebaran data prokrastinasi memiliki $p = 0,203$ ($p > 0,05$), sehingga variabel prokrastinasi memiliki sebaran normal data terdistribusi normal.

Hasil uji normalitas sebaran menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki distribusi skor yang normal, artinya sampel penelitian dapat digeneralisasikan dengan populasi. Hasil uji normalitas secara rinci terdapat pada lembar lampiran.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan pengujian garis regresi antara variabel bebas dan variabel tergantug. Pengujian ini bertujuan untuk melihat hubungan linier antara variabel-variabel tersebut dengan menarik garis lurus sebaran titik-titik yang merupakan nilai dari variabel-variabel penelitian. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linier tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantug adalah jika $p < 0,05$ maka hubungan dinyatakan linier sedangkan jika $p > 0,05$ maka hubungan dinyatakan tidak linier.

Tabel 14. Uji Linieritas

Variabel	Linierity		Deviation from Linierity		Keterangan
	F	P	F	P	
Manajemen Diri - Prokrastinasi Akademik	37,338	0,000	1,898	0,058	Linier

Hasil uji linieritas antara variabel manajemen diri terhadap prokrastinasi menunjukkan nilai F linieritas manajemen diri sebesar 37,338 dengan taraf signifikasi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti ada hubungan yang linier atau membentuk garis lurus antara dua variabel tersebut karena lebih kecil dari 0,05 maka dapat dikatakan hubungan antara kedua variabel yaitu variabel manajemen diri dengan prokrastinasi adalah linier. Hasil analisis uji linieritas secara lengkap dapat dilihat di lampiran.

3. Uji Hipotesis

Analisis data untuk mengetahui korelasi antara variabel manajemen diri dengan prokrastinasi menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel manajemen diri dengan prokrastinasi diperoleh skor $r = -0,606$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$) sehingga hipotesis dapat diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel manajemen diri dengan prokrastinasi. Tanda negatif pada koefisien korelasi menunjukkan adanya korelasi negatif antara variabel independen dengan variabel dependen.

Berdasarkan hasil analisis korelasi selanjutnya dapat diketahui koefisien determinan (r^2). Dalam penelitian ini dihasilkan koefisien determinan sebesar $r^2 = 0,368$ hal ini berarti sumbangan atau pengaruh manajemen diri dengan prokrastinasi sebesar 36,8%, dan sisanya sebesar 63,2% ditentukan oleh faktor atau variabel lain.

4. Analisis Data Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Analisis statistik deskriptif dalam menentukan jumlah subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin menggunakan SPSS Statistic 16.0 For Windows.

Tabel 15. Jumlah Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Perempuan	49	70.34	10.420	1.431
Laki-laki	54	74.83	10.647	1.476

Berdasarkan tabel 15 dapat diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini sejumlah 103 mahasiswa yaitu, 49 mahasiswa perempuan dan 54 mahasiswa laki-laki.

Tabel 16. Mean Rank

Jenis Kelamin	N	Mean Rank	Std. Deviation
Perempuan	49	44.56	2361.50
Laki-laki	54	61.72	2303.50
Total	103		

Berdasarkan hasil tabel 16 menunjukkan *mean rank* atau rata-rata peringkat tiap kelompok. yaitu pada kelompok perempuan rerata peringkatnya 44,56 lebih rendah dari pada rerata peringkat kelompok laki-laki yaitu 61.61.

F. Pembahasan

Hasil uji hipotesis penelitian menunjukkan diterimanya hipotesis yang diajukan, yakni adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi. Hasil analisis menggunakan teknik korelasi *product moment* yang dihasilkan dari hubungan kedua variabel tersebut diperoleh $r = - 0,606$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang artinya hubungan kedua variabel sangat signifikan, sehingga hipotesis peneliti dapat diterima.

Berdasarkan hasil analisis juga menunjukkan R square 0,368 artinya variabel manajemen diri memberikan sumbangan efektif sebesar 36,8% terhadap prokrastinasi. Hal ini menunjukkan adanya faktor lain di luar manajemen diri sebesar 63,2% yang dapat mempengaruhi prokrastinasi. Faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi mahasiswa yaitu faktor internal seperti regulasi emosi, resiliensi, motivasi berprestasi dan lain sebagainya, sedangkan faktor eksternal seperti lingkungan sekitar, kelompok, keluarga, teman, dosen dan

sebagainya. faktor tersebut yang menjadikan seorang mahasiswa mendapatkan dukungan untuk tetap bertahan dan berusaha dalam mewujudkan kelulusan. Faktor eksternal juga bisa dijadikan sebagai bahan referensi atau evaluasi mahasiswa tentang tepat tidaknya proses yang selama ini dilakukan. Selain itu faktor internal juga berperan penting sebagai kekuatan personal yang berkembang dalam diri mahasiswa. Faktor ini dapat diperoleh dari pembelajaran dan pengalaman secara pribadi, yang fungsinya untuk mengelola diri dalam menghadapi masalah-masalah sehingga dapat memberikan keputusan yang tepat.

Prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa skripsi berdampak pada lamanya masa studi. Hal tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian Suriyah dan Tjun Djing (2017) yang menunjukkan bahwa prokrastinasi berkorelasi positif dengan lama studi. Semakin tinggi prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa, semakin lama studi yang dilakukan. Dampak berkelanjutan pada lamanya masa studi yang melebihi waktu yang ditargetkan adalah membuat mahasiswa harus menghabiskan biaya lebih dan memicu keterlambatan dalam menyelesaikan studi. Selain itu, mahasiswa yang terlambat lulus lebih sering mengalami gangguan karier, konflik peran, kecemasan, kepercayaan diri, dan relasi sosial (McIveen, dalam Prawitasari, 2012).

Hambatan-hambatan yang umumnya dialami mahasiswa menurut Rahyono (dalam Ritonga, 2012) yaitu: kesulitan mencari topik penelitian, adanya perasaan jenuh dan bosan, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah, kesulitan mendapatkan literatur, keterbatasan dana, hambatan dalam berkomunikasi dengan dosen pembimbing, dan hambatan dari teman. Mu'tadin (dalam Ritonga, 2012)

memaparkan persoalan-persoalan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi, yaitu kesulitan dalam menentukan judul, kurangnya membaca, dana yang terbatas, dan takut menemui dosen pembimbing.

Kemampuan mengelola atau mengatur diri disebut juga manajemen diri. Manajemen diri merupakan teknik-teknik belajar yang memungkinkan individu mengelola, mengontrol dan mengevaluasi perilaku mereka sendiri secara bertanggungjawab, dan kemampuan berpikir untuk diri sendiri serta mengambil tindakan yang diperlukan baik secara fisik, emosi, pikiran, jiwa, dan spiritual, sehingga ia mampu mengelola berbagai sumber daya guna mengendalikan dan menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan tujuan hidupnya (Robbins, dalam Putra, 2013). Hal itu juga dikemukakan oleh Prijosaksono dan Roy tahun 2002 bahwa menerapkan manajemen diri dapat menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan tujuan hidup individu.

Tujuan manajemen diri adalah membuat perubahan yang melibatkan pikiran, perasaan dan perilaku pribadi individu (misal pola pikir yang konstruktif) dan membuat perubahan dalam lingkungan untuk mendukung individu dalam mencapai tujuannya (Manz & Sims, dalam Renn *et al*, 2011).

Penelitian sebelumnya telah memverifikasi bahwa prokrastinasi yang dilakukan oleh individu seringkali dipengaruhi oleh kurangnya kemampuan dalam menetapkan aturan bagi dirinya sendiri dan menjalankannya (Vahedi, Mostatafi, & Mortazanajad, 2009). Hasil penelitian Hardiyanti (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi.

Hasil penelitian sejenis oleh Gustina (2009) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi. Individu yang memiliki manajemen diri lebih mampu mengelola dirinya dan bertahan dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun tekanan dalam pekerjaannya (Hardiyanti, 2016).

Kemampuan manajemen diri membantu mahasiswa untuk mengelola diri baik pikiran, perasaan, dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal. Kemampuan manajemen diri akan membuat mahasiswa mampu memahami diri sendiri, mempunyai arah, mampu memegang kepemimpinan, membina hubungan dengan orang lain, dan hidup secara positif. Kemampuan manajemen diri mahasiswa diprediksi dapat menurunkan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

Hasil dari kategorisasi prokrastinasi menunjukkan bahwa 10% subjek memiliki tingkat prokrastinasi rendah, 74% subjek memiliki tingkat prokrastinasi sedang. Sedangkan 16% subjek memiliki tingkat prokrastinasi tinggi. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang. Sedangkan hasil kategorisasi manajemen diri menunjukkan bahwa 15% subjek memiliki tingkat manajemen diri yang tinggi dan 68% subjek memiliki tingkat manajemen diri yang sedang. Sedangkan hanya 17% subjek yang memiliki manajemen diri kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat manajemen diri yang sedang.

Berdasarkan kedua hasil kategori tersebut, sebagian besar subjek memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang, dan memiliki manajemen diri yang sedang

pula. Hal itu dikarenakan 2 minggu sebelum dilakukannya penelitian para subjek mengikuti pengarahan rutin yang dilakukan oleh pihak Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan surat peringatan bagi mahasiswa yang lebih dari 2 semester belum dapat menyelesaikan skripsinya. Pada kegiatan pengarahan tersebut mahasiswa dipertemukan oleh masing-masing dosen pembimbing dan diberikan arahan tentang pencarian topik penelitian, pencarian literatur, pemahaman tata tulis ilmiah serta diberikan motivasi agar semangat untuk menyelesaikan skripsinya. Dampak dari kegiatan pengarahan tersebut berhasil menurunkan tingkat prokrastinasi mahasiswa dan mampu meningkatkan manajemen diri dalam mengerjakan skripsinya.

Berdasarkan hasil uji normalitas sebaran, menunjukkan bahwa variabel manajemen diri dengan $p=0,716$ ($p > 0,05$) sehingga memiliki sebaran normal, variabel prokrastinasi dengan $p=0,203$ ($p > 0,05$) sehingga memiliki sebaran normal. Hasil pengujian linieritas antara variabel manajemen diri dengan variabel prokrastinasi menunjukkan nilai taraf signifikansi p (*F-linearity*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan taraf signifikansi p (*deviation from linearity*) sebesar 1,898 ($p > 0,05$) yang berarti korelasinya linier.

Berdasarkan hasil statistik ditinjau dari jenis kelamin, antara mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki dengan nilai mean rank mahasiswa perempuan sebesar 45,56, sedangkan nilai mean rank mahasiswa laki-laki sebesar 61,75. hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi mahasiswa laki-laki lebih tinggi dari pada prokrastinasi mahasiswa perempuan.

Keterbatasan atau kelemahan dalam penelitian ini adalah konfirmasi dan komunikasi kepada subjek hanya dengan melalui media sosial dan email dalam pengisian skala uji coba maupun skala penelitian. Keterbatasan lainnya adalah validitas waktu ketika melakukan penelitian yang singkat, sehingga mengakibatkan waktu untuk mengisi skala tidak terlalu optimal. Dalam proses pembahasan peneliti juga menemukan keterbatasan lain berupa kesulitan dalam menemukan referensi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang dipaparkan dalam penelitian ini maka dapat diperoleh kesimpulan:

1. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen diri dengan prokrastinasi, yang berarti semakin tinggi manajemen diri maka semakin rendah prokrastinasi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016. Sebaliknya, semakin rendah manajemen diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016.
2. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa prokrastinasi pada mahasiswa, berada pada kategori tinggi sebesar 15% dengan jumlah subyek 15, kategori sedang sebesar 68%, dan pada kategori rendah sebesar 17% dengan jumlah 18 subyek, artinya mayoritas mahasiswa memiliki prokrastinasi yang sedang. Hasil kategorisasi pada manajemen diri diketahui pada kategori rendah sebesar 10% dengan jumlah 11 subyek, kategori sedang sebesar 74% dengan jumlah 76 subyek, dan pada kategori tinggi sebesar 16% dengan jumlah 16 subyek. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki manajemen diri yang sedang sehingga dapat memberikan pengaruh pada tingkat prokrastinasinya.

3. Manajemen diri memberikan sumbangan efektif terhadap prokrastinasi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016 sebesar 36,8%, Hal ini menunjukkan adanya faktor lain di luar manajemen diri sebesar 63,2% yang dapat mempengaruhi prokrastinasi mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2016.

B. Saran

1. Saran Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi kajian ilmu psikologi pendidikan yang berkaitan dengan manajemen diri dan prokratinasi.

2. Saran Praktis

Diharapkan agar mahasiswa dapat memahami dan mengetahui tentang prokrastinasi dan dampaknya dalam menyelesaikan tugas skripsi. Selain itu mahasiswa juga diharapkan mampu melakukan manajemen diri seperti mampu mengelola diri sendiri untuk menghadapi tuntutan akademik. Bagi pendidik atau peneliti selanjutnya yang akan mengadakan penelitian sejenis, diharapkan penelitian ini dapat menjadi salah satu bahan acuan referensi tentang manajemen diri dengan prokrastinasi pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Manajemen Penelitian*. Edisi Baru. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astria, H. (2016). Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Anggota Muec Ums. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Aziz, R. (2015). Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana. *Journal of Islamic Education*, 1,(2).
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2010). *Sikap Manusia dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Sikap Manusia dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S (2014) *Realibilitas dan Validitas* (4 ed). Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S (2015) *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi kedua. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bintara, N. (2015). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Brown, William F. and Holtzman, Wayne H. (1967). *Survey of Study Habits and Attitudes Manual*, The Psychological Corporation. New York.
- Bruno, F.J., (1998). *Stop Procrastinating : Pahami & Hentikan Kebiasaan Anda Menunda-nunda* (terj. AR. H. Sitanggang). Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Bruno. (1987). *Kamus Istilah Psikologi*. Alih bahasa : Samekto, Seselia. Yogyakarta : Kanisius.
- Bui, N.H. (2007). Effect of Evaluation Threat on Procrastination Behavior. *Journal of Social Psychology*, Vol.147.
- Burka, J & Yuen, L. (1983). *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*. Cambridge: Da Capo.

- Conti, R. (2000). Coompeting Demands and Complimentary Motives: Procrastination and Intrinsically and Extrisincally Motivated Summer Projects. *Journal of Social Behavior and Personality, Vol.5*.
- Cormier, W.H. & Cormier, L.S. (1985). Interviewing Strategies for Helpers: Fundamental Skill Cognitive Behavioral Interventions. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Dembo, M. 2004. *Motivation and Learning Strategies for College Success (A Self-Management Approach)*. London: University of Southern California.
- Endang, S.a. & Resminingsih. (2010) *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I – Tim Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseing Provinsi DKI Jakarta*. Jakarta: Grasindo.
- Ferrari, J.R., Jhonson, J.L., & Mccown, W.G. (2007). *Procrastination And Task Avoidance*. New York: Plenum Press.
- Gantina ,Komalasari., Eka Wahyuni., dan Karsih. (2011). Teori dan Teknik. Konseling. Jakarta: Indeks.
- Ghazali, I. (2011). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, R. M. N (2014). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media
- Gie, The Liang. 2000. *Administrasi Perkantoran Modern*. Yogyakarta. Liberty.
- Gie, The Liang. 2007. *Administrasi Perkantoran Modern*. Yogyakarta : Liberty.
- Gustina, Aria. (2009). *Hubungan Antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja*. (Skripsi), Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Hadi, S. (1997), *Metodologi Penelitian*, UGM Press, Yogyakarta.
- Hadi, S. 2004. *Metodologi Research Jilid 3*. Yogyakarta : Andi.
- Hamzah, B. U. (2010). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hardiyanti, A. (2016). *Hubungan Antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Anggota MUEC UMS*.(Skripsi), Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta
- Kachgal, et. al. (2001). Academic Procrastination Prevention / Intervention: Strategies And Recomendations. *Journal Of Developmental Educations, Vol. 25 No. 1*

- Karas, D & Spada, M. M. (2009). Brief Cognitive-Behavioral Coaching For Procrastination: A Case Series. *Coaching: An International Journal Of Theory, Research and Practice Vol. 2 No. 1 Hal. 44-53*
- Knaus, W.J., (1973). *Overcoming Procrastination*. New York: Institute for Rational Living.
- Makhfudz Junaidi (2010). Hubungan Antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktivistis BEM Di Lingkungan IAN Sunan Ampel Surabaya. *Skripsi*. IAN Sunan Ampel Surabaya.
- Mariana, L. (2012). Meneliti tentang Hubungan Antara Persepsi Terhadap Standar Kompetensi Lulusan Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik.
- Negara, P. P. (2013), Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, Impulsiveness, Mood, Timing Of Rewards And Punishments, Dan Task Aversiveness Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.
- Nurgiyanto, Burhan, dkk. (2002). *Statistik Terapan*, Gajah Mada University Press
- Prawitasari, Johana E. (2012). *Psikologi Terapan: Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Prijosaksono, A. (2010), *Self Management Series*. Jakarta: Bumi Aksara
- Purwati. (2005), Hubungan Antara Self-Handicapping Dan Pesimisme Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Pembangunan Nasional 'Veteran' Yogyakarta.
- Rahmawati, D. A. (2011), Hubungan Antara Konsep Diri Akademik Dan Dukungan Sosial Teman Dengan Prokrastinasi Akademik Penulisan Skripsi Pada Mahasiswa.
- Renn, R.W., David, G.A., & Tobias, M.H. (2011). Empirical Examination of the Individual-Level Personality-Based Theory of Self-Management Failure. *Journal of Organizational Behaviors*, 32, 25-43.
- Ritonga, D. A. (2012). *Dinamika Prokrastinasi Mahasiswa dalam Proses Menulis Skripsi*. (Tesis tidak diterbitkan), Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Rizvi, A., Prawitasari, J.E., Soetjipto, H.P. (1997). Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika Nomor 3 tahun II*. 51-67
- Rizvi, A. (1998). Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Skripsi*, Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada.

- Sari, S. Z. (2014) Hubungan dukungan sosial orangtua, teman, dan dosen pembimbing skripsi dengan prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2009-2010 Universitas Islam Negeri Malang. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Schraw, G., Olafson, L., & Wadkins, T. (2007). *Doing the Things We Do: A Grounded Theory of Academic Procrastination*. *Journal of Educational Psychology*, 99, (1), 12-25.
- Solomon dan Rothblum. (1984). Academic Procrastination: Frequency And Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal Of Counseling Psychology*. 31, 503-509.
- Steel, P. The Measurement and Nature of Procrastination". *Unpublished Thesis*. (University of Minnesota, 2002).
- Steel, Piers.(2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *American Psychological Association: Psychological Bulletin*, 133, (1), 65-94.
- Sugiyono, (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Suhartini, H. (1992). Pengaruh Metode Pengelolaan Diri Sendir Terhadap Prestasi Kerja Praktek Harian, *Jurnal Psikologi*, No.1
- Surijah, E.A., & Tjundjing, S. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima, Indonesia Psychology Journal*, 22, (4), 352-374.
- Syafi'i, M. (2001). Hubungan antara Kecemasan Menghadapi Masalah dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Tuckman, B. W. (2002). APA Symposium Paper, Chicago 2002 Academic Procrastination: Their Rationalizations and Web-Course Performance, state.edu/references/procrastinator_APA_paper.htm.
- Vahedi, S. PhD., Mostafafi, Faride, Mortazanajad, Habibeh. (2009). Self-Regulation and Dimensions of Parenting Styles Predict Psychological Procrastination of Undergraduate Students. *Iran Journal of Psychiatry*, 4, 147-154.

- Wulan, R. (2000). Hubungan Antara Gaya Pengasuhan Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- You, J. W. (2015). Examining the Effect of Academic Procrastination on Achievement Using LMS Data in E- learning. *Educational Technology & Society*, 18, (3), 64–74.

LAMPIRAN 1

SKALA UJI COBA

**SKALA
PROKRASINASI**

PETUNJUK MENERJAKAN

1. Isilah terlebih dahulu kolom identitas yang tersedia.
2. Ada beberapa butir pernyataan, pada setiap pernyataan terdapat empat (4) alternatif jawaban yaitu:

SS : Jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan yang saudara rasakan.

S : Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan yang saudara rasakan.

TS : Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.

STS: Jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
3. Pilihlah salah satu jawaban saja yang paling menggambarkan keadaan teman-teman dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom pilihan jawaban.

PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
Saya rajin mengerjakan revisi skripsi	√			

4. Setelah selesai mengerjakan setiap pernyataan, telitilah kembali sebelum teman-teman kumpulkan, sehingga tidak ada butir pernyataan yang terlewatkan.
5. Selamat mengerjakan dan saya ucapkan terimakasih atas partisipasi teman-teman.

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Semester :

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak langsung mengerjakan skripsi setelah revisi dengan dosen pembimbing				
2	Saya melanggar rencana pengerjaan skripsi yang saya buat karena ada hal yang lebih menyenangkan				
3	Semakin lama saya menyelesaikan skripsi maka perasaan saya semakin cemas				
4	Saya merasa hasil revisi skripsi saya tidak sesuai dengan intruksi dari dosen pembimbing				
5	Setelah bimbingan dengan dosen pembimbing saya langsung mengerjakan revisi skripsi				
6	Saya mematuhi waktu yang saya rencanakan untuk mengerjakan skripsi				
7	Perasaan saya biasa saja meskipun revisi skripsi saya belum selesai				
8	Saya memilih untuk mengutamakan skripsi yang menjadi tanggungjawab saya, meskipun harus melawan rasa ragu atas kemampuan saya				
9	Saya orang yang lamban dalam mengerjakan skripsi sehingga sering terlambat ketika konsultasi dengan dosen pembimbing				
10	Ketika waktu yang saya rencanakan untuk mengerjakan skripsi tiba, saya malah bermain game bersama teman-teman				
11	Saya merasa gugup, ketika akan bimbingan skripsi dengan dosen saya				
12	Kemampuan saya lebih rendah daripada masalah-masalah yang saya temukan dalam mengerjakan skripsi				
13	Saya dapat menyelesaikan revisian skripsi sebelum batas waktunya tiba				
14	Saya memilih menyelesaikan skripsi terlebih dahulu baru mengerjakan kegiatan yang lain				
15	Saya tetap merasa nyaman ketika akan konsultasi skripsi dengan dosen pembimbing				
16	Saya yakin bahwa saya mampu mengerjakan revisi skripsi dari dosen pembimbing saya				

17	saya dikejar-kejar waktu dalam menyelesaikan skripsi karena tidak mengikuti jadwal yang telah saya buat				
18	Ketika saya mencari referensi skripsi di internet, saya malah mengakses media sosial yang saya miliki				
19	Saya khawatir dimarahi oleh dosen pembimbing ketika berfikir bahwa saya sudah lama tidak bimbingan skripsi				
20	Saya merasa kesulitan mengerjakan revisi skripsi ketika waktunya terbatas				
21	Saya mencari referensi terkait topik skripsi dan langsung membacanya				
22	Saya mampu menunda jadwal liburan demi mengerjakan revisi skripsi				
23	Saya tidak takut dimarahi oleh dosen pembimbing karena menunda-nunda mengerjakan skripsi				
24	Saya merasa mudah menemukan referensi-referensi sebagai bahan pengerjaan skripsi				
25	Saya sering menunggu diri saya benar-benar siap ketika akan mengerjakan skripsi				
26	Saya lebih memilih melakukan hobi saya terlebih dahulu dari pada mengerjakan skripsi				
27	Tugas skripsi membuat saya menjadi tidak bersemangat				
28	Kendala-kendala dalam proses pengerjaan skripsi membuat saya semakin pesimis				
29	Saya langsung mencari data-data yang saya butuhkan setelah bimbingan dengan dosen pembimbing				
30	Meskipun kegiatan-kegiatan lain cukup menggoda, saya tetap menyelesaikan skripsi saya				
31	Tugas skripsi tidak berdampak buruk bagi pikiran saya				
32	Tantangan dalam pengerjaan skripsi membuat saya yakin bahwa saya mampu mengerjakannya				
33	Saya mengabaikan rencana-rencana yang saya buat untuk mengerjakan skripsi				
34	Mengerjakan revisi skripsi itu membosankan sehingga saya lebih memilih pergi jalan-jalan bersama teman-teman				
35	Saya merasa tidak nyaman ketika teman-teman saya lebih dulu menyelesaikan skripsinya				
36	Saya menyerah ketika mengalami kesulitan untuk fokus mengerjakan skripsi				

37	Saya mampu dengan waktu cepat dalam mengerjakan skripsi untuk mengejar jadwal konsultasi dengan dosen pembimbing				
38	Saya memilih mengerjakan skripsi dari pada melakukan kegiatan lain meskipun menyenangkan				
39	Saya tetap merasa nyaman ketika teman-teman saya sudah menyelesaikan skripsinya lebih dulu dari pada saya				
40	Saya tetap semangat mengerjakan skripsi dalam situasi apapun				
41	Saya tidak langsung membaca referensi penunjang skripsi setelah saya mendapatkannya				
42	Mengikuti kegiatan-kegiatan yang menyenangkan membuat saya malas untuk memulai mengerjakan skripsi				
43	Saya merasa malu bertemu dosen pembimbing ketika terlambat mengumpulkan hasil revisi				
44	Hasil revisi skripsi dari dosen pembimbing membuat saya semakin putus asa				
45	Saya menyiapkan pekerjaan terkait skripsi sesuai dengan rancangan jadwal yang saya buat				
46	Saya tetap mempersiapkan sidang skripsi, meskipun jadwal sidang skripsi saya masih lama				
47	Saya percaya diri bertemu dengan dosen pembimbing meskipun saya terlambat dalam mengumpulkan hasil revisi				
48	Hasil revisi skripsi dari dosen pembimbing membuat saya semakin percaya diri dan semangat untuk mengerjakan				

TOLONG DIPERIKSA KEMBALI, JANGAN ADA YANG TERLEWATKAN

TERIMA KASIH

**SKALA
MANAJEMEN DIRI**

PETUNJUK MENGERJAKAN

6. Isilah terlebih dahulu kolom identitas yang tersedia.
7. Ada beberapa butir pernyataan, pada setiap pernyataan terdapat empat (4) alternatif jawaban yaitu:
- SS** : Jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- S** : Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- TS** : Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- STS**: Jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
8. Pilihlah salah satu jawaban saja yang paling menggambarkan keadaan teman-teman dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom pilihan jawaban.

PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
Saya rajin mengerjakan revisi skripsi	√			

9. Setelah selesai mengerjakan setiap pernyataan, telitilah kembali sebelum teman-teman kumpulkan, sehingga tidak ada butir pernyataan yang terlewatkan.
10. Selamat mengerjakan dan saya ucapkan terimakasih atas partisipasi teman-teman.

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Semester :

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya melakukan upaya maksimal untuk mencapai tujuan				
2	Saya mengatur pikiran saya agar lebih efisien untuk memperoleh hasil yang saya harapkan				
3	Saya memiliki tekad yang kuat dalam usaha mencapai tujuan				
4	Saya memiliki kemampuan yang cukup baik untuk menunjang saya dalam menyelesaikan tugas				
5	Saya merasa memiliki banyak keterbatasan untuk mencapai tujuan saya				
6	Pikiran saya mudah terganggu saat mengatur diri dalam mendapatkan hasil dari tujuan saya				
7	Dalam upaya saya mencapai tujuan saya merasa tekad saya lemah				
8	Saya merasa tugas-tugas saya lebih berat dari pada kemampuan kecerdasan yang saya miliki				
9	Saya berusaha keras dalam melakukan hal-hal yang berkaitan dengan tujuan yang akan saya raih				
10	Saya memilih tempat yang kondusif agar pikiran saya mudah fokus untuk mengerjakan tugas-tugas yang harus saya selesaikan				
11	Dalam mengerjakan tugas-tugas saya berusaha disiplin				
12	Saya terus mengasah kemampuan pada diri agar semakin meningkat				
13	Saya tergantung pada orang lain saat berupaya membentuk manajemen diri				
14	Saya kesulitan menentukan tempat yang nyaman, sehingga pikiran saya kurang jernih saat mengerjakan tugas-tugas				
15	Saya biasa terlambat saat mengerjakan tugas-tugas				
16	Permasalahan yang saya miliki, membuat saya semakin pesimis				
17	Dalam upaya membentuk prinsip yang kuat, saya berusaha dengan kemampuan saya sendiri				

18	Saya mengelola tenaga yang saya miliki agar hasil yang saya kerjakan sesuai dengan harapan				
19	Saya berusaha tegas kepada orang lain yang mengganggu saya dalam menyelesaikan tugas				
20	Saya meningkatkan kepribadian agar lebih baik dan dapat mendukung penyelesaian tugas-tugas saya				
21	Saya menunggu orang lain memberikan dukungan ketika menghadapi masalah				
22	Tenaga saya terbuang sia-sia saat mengerjakan hal yang berhubungan dengan cita-cita saya				
23	Saya segan untuk menegur orang lain yang dapat menghambat saya dalam menyelesaikan tugas				
24	Kepribadian yang saya miliki masih belum stabil				
25	Dorongan batin saya berasal dari diri saya sendiri				
26	Saya menyusun strategi agar tenaga saya tetap terjaga ketika mengerjakan tugas-tugas				
27	Saya mengerahkan semua tenaga untuk melaksanakan suatu tugas				
28	Saya bisa merasakan apa yang dialami oleh orang lain, yang dapat mendukung pengembangan diri saya				
29	Dorongan batin saya lemah dalam upaya mencapai tujuan				
30	Saya mengerjakan tugas-tugas tanpa persiapan apapun, sehingga tubuh saya mudah lelah				
31	Saya hanya bekerja semampu saya dalam mengerjakan tugas				
32	Dalam upaya pengembangan diri, saya merasa belum belum peka terhadap lingkungan				
33	Saya mampu memberi motivasi pada diri sendiri dalam meraih tujuan				
34	Saya mampu mengontrol waktu yang saya miliki untuk mengerjakan tugas-tugas dalam kehidupan				
35	Saya memprioritaskan tugas utama saya daripada kegiatan yang lain				
36	Saya meningkatkan kesehatan jasmani agar cukup untuk menunjang pengembangan diri saya				
37	Saya ragu atas kemampuan diri saya dalam mencapai tujuan				
38	Saya kesulitan membagi waktu antara tugas utama dengan kegiatan lain				
39	Saya sering mengabaikan tugas utama saya demi kegiatan yang lain				
40	Saya memiliki beberapa keluhan fisik yang dapat menghambat proses pengembangan diri saya				

41	Dalam menyelesaikan tugas saya mampu memberikan semangat pada diri sendiri				
42	Saya terbiasa menyusun jadwal agar kegiatan saya sesuai dengan rencana				
43	Saya menghindari sesuatu yang dapat menghambat saya dalam menyelesaikan tugas				
44	Saya memiliki kesehatan rohani yang bagus untuk menunjang kemampuan saya dalam menyelesaikan tugas				
45	Saya berharap pada orang lain untuk memberikan dorongan semangat pada diri saya				
46	Saya mengerjakan tugas setelah tugas tersebut menumpuk				
47	Saya tidak mampu menahan diri untuk kegiatan yang lebih menyenangkan dibanding dengan menyelesaikan tugas utama				
48	Saya mengabaikan kemampuan fisik dan kejiwaan yang saya miliki saat ini				

**TOLONG DIPERIKSA KEMBALI, JANGAN ADA YANG
TERLEWATKAN
TERIMA KASIH**

LAMPIRAN 2

DATA TRY OUT

Data Try Out Skala Prokrastinasi Akademik

		<i>Item</i>																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
S u b j e k	1	1	2	3	1	1	3	2	1	1	1	3	2	3	3	3	1	1	2
	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	1	3	2	3	3	3	2	1	2
	3	2	3	4	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
	4	4	3	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3
	6	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3
	7	1	4	4	1	1	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3
	8	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2
	9	1	3	4	1	1	1	3	1	4	3	4	4	4	3	2	1	2	1
	10	1	3	3	1	1	2	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2
	11	2	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2
	12	2	3	4	2	2	1	3	1	4	3	4	4	4	3	2	1	2	1
	13	2	3	4	2	2	1	3	1	4	3	4	4	4	3	2	1	2	1
	14	1	3	4	1	1	1	3	2	4	3	4	4	4	3	2	1	2	1
	15	1	3	3	1	1	3	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2
	16	1	2	3	1	1	3	2	1	1	1	3	2	3	3	3	1	1	2
	17	2	2	3	2	2	3	2	1	1	1	3	2	3	3	3	1	1	2
	18	1	2	3	1	1	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	1
	19	1	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2
	20	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2
	21	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	1
	22	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4
	23	1	4	4	1	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4
	24	2	3	4	2	2	2	2	1	1	1	3	4	3	3	3	2	1	1
	25	1	3	3	1	1	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	3
	26	1	3	4	1	1	2	1	1	1	1	4	3	4	4	3	1	1	2
	27	1	3	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	1	3
	28	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1	3	4	4	4	4	4	1	2
	29	1	3	3	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2
	30	3	2	3	3	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	2

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
1	1	2	4	1	1	3	4	3	1	1	1	3	1	4	2	4	1
1	1	2	4	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2

3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4
4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3
4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	
4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3
2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	4	3
3	3	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3
1	1	4	4	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3
1	1	3	4	1	1	3	4	3	1	1	1	3	4	4	4	3	3
3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4
3	3	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2
3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	2
1	1	3	4	1	1	3	3	3	1	1	1	4	4	3	4	1	2
1	1	2	4	1	1	3	2	2	1	1	1	1	3	2	2	2	2
1	1	2	4	1	1	3	4	2	1	1	1	2	4	4	4	2	1
1	2	3	4	1	1	2	4	1	1	1	1	4	4	4	3	3	2
4	2	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	1
2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2
2	1	4	4	1	1	2	4	3	1	1	1	3	4	4	4	4	2
3	4	3	4	4	4	4	1	2	3	3	3	2	1	1	2	1	3
4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
2	1	2	4	1	1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	2	2
1	3	2	4	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4
1	1	4	4	1	1	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2
3	3	3	4	3	3	2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	4	2
3	1	3	4	1	2	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3
3	1	3	4	1	1	1	4	2	1	3	3	3	4	4	2	1	1

37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
2	4	4	1	3	2	4	1	1	2	1	1
3	3	4	4	3	1	1	4	4	2	1	1
3	3	1	4	3	3	1	4	4	2	3	3
3	4	4	4	4	1	1	1	3	1	3	3
4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3
3	3	4	4	4	3	1	4	4	3	3	3
4	4	4	4	3	3	1	1	4	4	3	3
3	3	4	4	3	3	1	3	3	3	2	2
3	3	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3
1	1	4	4	1	1	3	3	3	1	1	1

1	1	3	4	1	1	3	4	3	1	1	1
3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	3
3	3	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3
3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3
1	1	3	4	1	1	3	3	3	1	1	1
1	1	2	4	1	1	3	2	2	1	1	1
1	1	2	4	1	1	3	4	2	1	1	1
1	2	3	4	1	1	2	4	1	1	1	1
4	2	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2
2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2
2	1	4	4	1	1	2	4	3	1	1	1
3	4	3	4	4	4	4	1	2	3	3	3
4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4
2	1	2	4	1	1	1	2	2	1	4	4
1	3	2	4	2	4	2	2	2	2	3	3
1	1	4	4	1	1	4	3	3	1	3	3
3	3	3	4	3	3	2	4	1	1	3	3
3	1	3	4	1	2	2	4	3	1	3	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3
3	1	3	4	1	1	1	4	2	1	3	3

		<i>Item</i>																		
S u b j e k		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
	31	2	3	4	2	2	1	3	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1
	32	2	3	4	2	2	1	3	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1
	33	1	3	4	1	1	1	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1
	34	1	3	3	1	1	3	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2
	35	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2
	36	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	1	1
	37	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4
	38	1	4	4	1	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4
	39	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2
	40	1	3	3	1	1	2	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2
	41	2	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2
	42	1	3	4	1	1	2	1	1	1	1	4	3	4	4	4	3	1	1	2
	43	1	3	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	2	1	3
	44	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1	3	4	4	4	4	4	4	1	2
	45	1	4	4	1	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4

46	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4
47	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	
48	1	2	3	1	1	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	1	
49	1	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	
50	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	
51	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	1	
52	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	
53	1	4	4	1	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	
54	2	3	4	2	2	2	2	1	1	1	3	4	3	3	3	2	1	1	
55	1	3	3	1	1	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	3	
56	2	2	3	4	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	2	
57	2	1	4	4	3	3	1	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	
58	3	2	2	1	1	3	1	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	
59	3	3	1	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	
60	3	3	1	2	4	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	2	
61	3	3	2	2	3	3	1	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	
62	3	3	2	3	3	3	1	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	
63	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	
64	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	
65	4	4	3	4	2	4	3	2	2	4	3	3	4	4	2	4	4	4	
66	4	1	1	4	3	3	4	4	4	4	1	1	4	3	3	4	4	4	
67	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	
68	3	1	1	2	3	1	1	1	3	3	1	1	2	3	1	1	1	3	
69	3	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3	
70	4	1	1	2	1	1	1	1	4	4	1	1	2	1	1	1	1	4	

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
1	3	3	2	2	3	3	4	3	1	1	1	3	1	4	2	4	1
1	3	3	3	4	3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3
1	1	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	4	3	2	3	2
3	3	1	1	3	1	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4
2	2	4	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3
3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3
3	3	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	1	1	3	3	3	1
2	2	4	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	1	3	2	2	1
3	3	4	4	1	3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	3
1	1	4	4	1	1	3	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	3
1	1	3	4	1	1	3	4	3	1	1	1	3	4	4	4	3	3
3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4

3	3	3	1	1	1	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2
3	2	2	1	1	1	1	3	2	3	3	3	1	3	3	3	4	2
3	4	2	1	1	1	2	4	4	1	1	1	4	4	3	4	1	2
2	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	3	2	2	2	2
3	4	3	2	2	2	3	4	4	1	1	1	2	4	4	4	2	1
3	3	3	1	1	1	4	4	3	1	1	1	4	4	4	3	3	2
4	2	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	1
3	3	3	1	1	1	4	4	3	4	1	3	3	2	2	4	2	2
3	2	2	1	1	1	1	3	2	2	2	3	3	4	4	4	4	2
3	4	2	1	1	1	2	4	4	4	2	3	2	1	1	2	1	3
2	4	1	1	1	1	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3
2	1	2	4	1	1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	2	2
1	3	2	4	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4
1	1	4	4	1	1	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2
3	3	3	4	3	3	2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	4	2
3	1	3	4	1	2	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3
2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	4	2	3	4	4	2	1	1
2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	2	2	1	1	2	1	3
2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	3
1	4	2	1	3	3	3	4	4	2	1	1	3	3	2	2	2	2
4	1	2	3	3	3	2	1	1	2	1	4	3	2	2	2	2	4
3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2

37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	1
4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1
1	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3
3	2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	3
2	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3
2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3
3	1	1	2	2	1	4	4	3	4	2	3
3	4	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2
1	1	4	3	3	1	3	3	3	2	2	3
1	3	2	4	1	1	3	3	3	1	1	1
1	2	2	4	3	1	3	3	3	1	1	1
3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3

1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	3
4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1
1	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1
3	2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	1
2	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	1
2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2
3	3	4	4	2	4	2	3	4	4	2	2
3	3	3	4	3	3	2	2	1	1	2	1
1	1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	3
4	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4
2	1	4	3	3	1	3	3	3	3	3	4
1	3	2	4	1	1	3	3	3	4	4	3
1	2	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3
3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	3
3	3	3	4	4	2	4	2	3	4	4	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3
3	1	3	4	1	1	1	4	2	1	3	3

Data Try Out Skala Manajemen Diri

		<i>Item</i>																		
S u b j e k		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
	1	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1	2	3	3	3	1	1	2
	2	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	1	2
	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3
	4	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1	3	3	3	3	2	2	3
	5	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1	3	4	4	4	4	4	3
	6	1	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	3	2	4	4	4	3
	7	1	1	1	3	1	4	3	4	1	1	3	1	4	3	4	4	4	4	3
	8	2	1	2	3	1	1	1	1	3	1	2	3	1	1	1	3	2	1	2
	9	1	2	3	3	1	1	1	1	3	2	3	3	1	1	1	2	1	2	1
	10	1	2	1	3	1	4	3	4	2	1	3	1	4	3	3	3	3	1	2
	11	2	3	3	2	2	3	3	1	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2
	12	2	3	4	2	2	1	3	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1
	13	2	3	4	2	2	1	3	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	2	1
	14	1	3	4	1	1	1	1	3	2	4	3	4	4	4	3	2	1	2	1
	15	1	3	3	1	1	3	3	1	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2
	16	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	1	1	2
	17	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	1	1	2

18	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	3	2	1
19	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	3	1	2
20	4	3	4	4	3	4	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	1	2
21	4	3	3	4	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	1	1
22	2	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	4	3	4
23	1	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	4	4
24	2	3	4	2	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	1	1
25	1	3	3	1	1	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	1	2	3
26	1	3	4	1	1	2	2	2	1	1	1	3	4	3	3	1	1	2
27	1	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3
28	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1	1	4	3	4	4	4	1	2
29	1	3	3	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2
30	3	2	3	3	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	2

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	1	1	3	1	4	2	4	1
4	3	3	4	4	4	4	4	4	1	2	1	3	3	3	3	3	3
2	2	1	1	1	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	2	3	2
1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3	3	3	3	3	4	4
2	1	1	1	1	4	3	4	4	4	1	3	3	4	2	3	3	3
2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2
4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	1	3	3	4	4	4	4	3
2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	4	3
3	3	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3
2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	4	1	3	3	3	3	3	3
3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	4	4	4	3	3
3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4
3	4	3	1	1	1	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2
3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	1	3	3	3	4	2
3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	4	4	3	4	1	2
2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	4	1	1	3	2	2	2	2
1	1	2	4	1	1	3	4	2	1	1	1	2	4	4	4	2	1
2	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	3	3	2
3	4	3	2	2	2	3	4	4	2	2	2	3	4	4	4	3	1
2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2
2	4	3	1	1	1	3	4	4	1	1	1	3	4	4	4	4	2
2	4	1	1	1	1	4	4	4	3	3	3	2	1	1	2	1	3
3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
3	3	3	4	3	4	3	2	2	1	4	4	3	3	2	2	2	2

4	3	3	1	1	4	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4
4	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2
4	1	3	3	2	2	3	4	1	1	3	3	3	4	4	2	4	2
3	1	3	4	1	2	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3
3	1	3	4	1	1	1	4	2	1	3	3	3	4	4	2	1	1

37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
3	4	4	4	4	4	4	3	1	2	1	1
2	1	4	4	3	3	2	2	4	2	1	1
2	2	3	3	3	2	2	2	4	2	3	3
3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
1	1	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3
3	4	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3
4	4	1	1	2	4	3	4	4	4	3	3
3	4	4	4	4	1	2	3	3	3	2	2
4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3
2	4	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1
2	4	2	4	2	2	2	2	3	1	1	1
4	4	1	1	4	3	3	4	4	3	3	3
3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3
3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3
1	1	3	4	1	1	3	3	3	1	1	1
1	1	2	4	1	1	3	2	2	1	1	1
1	1	2	4	1	1	3	4	2	1	1	1
1	2	3	4	1	1	2	4	1	1	1	1
4	2	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2
2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2
2	1	4	4	1	1	2	4	3	1	1	1
3	4	3	4	4	4	4	1	2	3	3	3
4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4
2	1	2	4	1	1	1	2	2	1	4	4
1	3	2	4	2	4	2	2	2	2	3	3
1	1	4	4	1	1	4	3	3	1	3	3
3	3	3	4	3	3	2	4	1	1	3	3
3	1	3	4	1	2	2	4	3	1	3	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3
3	1	3	4	1	1	1	4	2	1	3	3

		<i>Item</i>																		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
S	u	31	3	4	2	2	2	2	2	3	4	2	4	4	4	3	2	1	2	1
		32	4	4	1	1	2	4	3	4	4	1	4	4	4	3	2	1	2	1
		33	3	4	4	4	4	1	2	3	4	4	4	4	4	3	2	1	2	1
		34	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	2
		35	2	4	1	1	1	2	2	2	4	1	3	3	3	3	3	2	1	2
		36	2	4	2	4	2	2	2	2	4	2	3	3	3	3	3	2	1	1
		37	4	4	1	1	4	3	3	4	4	1	4	4	4	3	3	4	3	4
		38	3	4	2	2	2	2	2	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4
		39	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2
		40	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	1	2
		41	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	1	2
		42	1	1	1	1	4	3	4	4	3	1	1	1	1	4	3	1	1	2
		43	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3
		44	2	1	1	1	3	4	4	4	4	4	2	1	1	4	4	4	1	2
		45	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4
		46	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4
		47	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	2	3	3	4
		48	1	2	3	1	1	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	1
		49	1	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2
		50	2	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	1	2
		51	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	1	1
		52	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	4
		53	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	1	3	4	4	3	3	4	4
		54	4	4	3	1	1	1	1	4	3	1	1	4	3	3	3	2	1	1
		55	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	3
		56	2	2	3	4	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	2
		57	2	1	4	4	3	3	1	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3
		58	3	2	2	1	1	3	1	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3
		59	1	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	1	3	3	3	2	3	3
		60	1	3	3	3	1	3	4	4	3	3	4	1	3	3	3	2	1	2
		61	1	4	3	1	1	4	3	3	3	2	1	1	4	2	3	3	3	3
		62	3	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3
		63	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3
		64	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4
		65	4	1	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4
		66	4	1	3	3	3	1	3	4	4	3	1	1	4	3	3	4	4	4

67	3	1	4	3	1	1	4	3	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3
68	3	3	3	3	2	1	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	3
69	3	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3
70	4	1	2	4	3	3	3	2	2	3	1	1	2	1	1	1	1	4

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
1	3	3	1	3	3	3	1	3	4	3	1	3	1	4	2	4	1
1	3	3	1	3	3	3	1	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3
1	1	3	1	4	3	1	1	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2
3	3	1	3	3	3	2	1	2	2	1	3	3	3	3	3	4	4
2	2	4	2	1	1	1	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	3
2	1	2	4	3	3	2	1	1	3	2	2	1	3	3	3	4	3
3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	1	3	3	3	1
1	3	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	1	1	3	2	2	1
1	3	4	3	1	1	1	3	4	4	4	3	1	1	2	2	2	3
3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3
1	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3
1	1	3	2	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4
2	1	2	4	3	3	2	1	1	3	2	2	3	3	2	2	2	2
3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	3	3	3	4	2
3	4	2	1	1	1	2	4	4	1	1	1	4	4	3	4	1	2
2	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	3	2	2	2	2
3	4	3	2	2	2	3	4	4	1	1	1	2	4	4	4	2	1
3	3	3	1	1	1	4	4	3	1	1	1	4	4	4	3	3	2
4	4	3	1	1	1	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	1
3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	3	2	2	4	2	2
4	4	3	4	1	3	3	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	2
1	3	2	2	2	3	3	4	4	4	1	3	2	1	1	2	1	3
2	4	4	4	2	3	2	1	1	2	2	4	4	4	4	3	3	3
4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	2	2
1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	4
2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2
4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	2
2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	2	4	3	3	4	3	3	3
2	2	3	4	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3
2	4	1	1	3	3	3	4	4	2	4	2	3	4	4	2	1	1
2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	2	2	1	1	2	1	3
2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	3
1	4	2	1	3	3	3	4	4	2	1	1	3	3	2	2	2	2

4	1	2	3	3	3	2	1	1	2	1	4	3	2	2	2	2	4
3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2

37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	1
4	4	3	1	1	1	4	4	2	2	2	1
3	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3
4	4	3	4	1	3	3	2	4	4	2	3
1	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3
2	4	4	4	2	3	2	1	3	4	2	3
4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	2	3
1	2	2	1	4	4	3	3	3	1	2	2
2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3
4	3	3	1	3	3	3	3	3	1	1	1
4	4	3	1	1	1	4	4	4	3	1	1
3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3
4	4	3	4	1	3	3	2	2	4	3	3
1	3	2	2	2	3	3	4	4	4	2	3
2	4	4	4	2	3	2	1	1	2	2	1
4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	1
1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	2	1
2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	1
2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2
3	3	4	4	2	4	2	3	4	4	2	2
3	3	3	4	3	3	2	2	1	1	2	1
1	1	1	2	2	1	4	4	3	3	2	3
4	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4
2	1	4	3	3	1	3	3	3	3	3	4
1	3	2	4	1	1	3	3	3	4	4	3
4	4	3	1	1	1	4	3	3	3	4	3
3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3
4	4	3	4	1	3	3	2	3	4	4	3
1	3	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3
2	4	4	4	2	3	2	4	2	1	3	3

Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Putaran 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	70	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	70	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	127.8000	400.779	.555	.913
VAR00002	127.0000	405.487	.764	.912
VAR00003	126.7250	419.538	.349	.915
VAR00004	127.8500	402.490	.560	.913
VAR00005	127.8750	405.240	.478	.914
VAR00006	127.5750	413.071	.343	.915
VAR00007	127.4250	409.738	.533	.914
VAR00008	128.0250	401.153	.651	.912
VAR00009	127.6250	396.138	.640	.912
VAR00010	127.7250	389.692	.876	.909
VAR00011	126.6500	416.900	.572	.914
VAR00012	126.9000	409.323	.610	.913
VAR00013	126.8500	416.849	.386	.915
VAR00014	126.8500	413.003	.521	.914
VAR00015	127.0750	423.661	.160	.917
VAR00016	127.5500	402.664	.582	.913
VAR00017	127.8750	387.702	.878	.909

VAR00018	127.5000	400.154	.659	.912
VAR00019	127.5750	396.661	.747	.911
VAR00020	127.7500	399.218	.683	.912
VAR00021	127.0500	421.228	.205	.916
VAR00022	126.2250	436.025	-.449	.919
VAR00023	128.0000	399.538	.666	.912
VAR00024	127.5250	389.692	.807	.910
VAR00025	127.2750	417.692	.297	.916
VAR00026	127.1000	435.477	-.197	.920
VAR00027	127.1750	415.994	.350	.915
VAR00028	127.7250	389.692	.876	.909
VAR00029	127.5000	407.333	.470	.914
VAR00030	127.6500	413.721	.312	.916
VAR00031	127.1750	429.071	-.034	.918
VAR00032	126.8750	427.702	.002	.918
VAR00033	126.8000	424.831	.081	.918
VAR00034	127.0750	419.610	.229	.916
VAR00035	126.9500	412.151	.405	.915
VAR00036	127.4250	414.763	.368	.915
VAR00037	127.1750	432.712	-.135	.919
VAR00038	126.9500	421.177	.198	.916
VAR00039	127.0500	405.792	.488	.914
VAR00040	127.2250	407.358	.467	.914
VAR00041	127.7250	389.692	.876	.909
VAR00042	127.2500	434.038	-.183	.919
VAR00043	127.1000	440.503	-.290	.922
VAR00044	127.4250	429.020	-.034	.919
VAR00045	126.8000	420.933	.195	.917
VAR00046	127.2750	433.589	-.134	.921
VAR00047	127.7250	389.692	.876	.909
VAR00048	127.7500	390.705	.855	.910

17 item gugur

Putaran 2**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.956	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	77.6500	381.105	.612	.955
VAR00002	76.8500	387.926	.776	.954
VAR00003	76.5750	402.558	.326	.956
VAR00004	77.7000	383.138	.612	.954
VAR00005	77.7250	384.871	.550	.955
VAR00006	77.4250	395.738	.341	.957
VAR00007	77.2750	391.743	.553	.955
VAR00008	77.8750	383.651	.661	.954
VAR00009	77.4750	377.333	.679	.954
VAR00010	77.5750	371.430	.910	.952
VAR00011	76.5000	398.923	.598	.955
VAR00012	76.7500	392.244	.602	.955
VAR00013	76.7000	400.421	.349	.956
VAR00014	76.7000	396.831	.477	.955
VAR00016	77.4000	386.605	.554	.955
VAR00017	77.7250	370.153	.895	.952
VAR00018	77.3500	381.054	.710	.954
VAR00019	77.4250	379.789	.743	.953
VAR00020	77.6000	379.938	.738	.953
VAR00023	77.8500	380.541	.714	.954
VAR00024	77.3750	370.753	.855	.952
VAR00027	77.0250	398.333	.356	.956
VAR00028	77.5750	371.430	.910	.952
VAR00029	77.3500	389.772	.477	.956
VAR00035	76.8000	395.446	.387	.956
VAR00036	77.2750	395.640	.418	.956
VAR00039	76.9000	390.862	.434	.956

VAR00040	77.0750	392.789	.401	.956
VAR00041	77.5750	371.430	.910	.952
VAR00047	77.5750	371.430	.910	.952
VAR00048	77.6000	372.554	.886	.952

Putaran 3

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.957	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	75.2000	366.574	.610	.956
VAR00002	74.4000	373.221	.776	.955
VAR00003	74.1250	387.548	.327	.957
VAR00004	75.2500	368.756	.606	.955
VAR00005	75.2750	370.102	.552	.956
VAR00007	74.8250	376.866	.556	.956
VAR00008	75.4250	369.122	.658	.955
VAR00009	75.0250	362.333	.690	.955
VAR00010	75.1250	357.035	.910	.953
VAR00011	74.0500	383.946	.601	.956
VAR00012	74.3000	376.882	.622	.955
VAR00013	74.2500	385.628	.343	.957
VAR00014	74.2500	382.141	.470	.956
VAR00016	74.9500	372.818	.531	.956
VAR00017	75.2750	356.358	.881	.953
VAR00018	74.9000	367.067	.694	.955
VAR00019	74.9750	364.999	.749	.954
VAR00020	75.1500	364.695	.756	.954
VAR00023	75.4000	366.144	.709	.955
VAR00024	74.9250	355.969	.864	.953
VAR00027	74.5750	383.635	.349	.957
VAR00028	75.1250	357.035	.910	.953

VAR00029	74.9000	374.862	.480	.957
VAR00035	74.3500	380.438	.391	.957
VAR00036	74.8250	380.456	.427	.957
VAR00039	74.4500	375.895	.438	.957
VAR00040	74.6250	377.779	.406	.957
VAR00041	75.1250	357.035	.910	.953
VAR00047	75.1250	357.035	.910	.953
VAR00048	75.1500	358.079	.888	.953

Warna hijau adalah *item* yang dibuang untuk menyesuaikan bobot *blue print*.

Tahap Penyesuaian

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.960	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	46.5000	220.821	.585	.960
VAR00002	45.7000	225.856	.748	.958
VAR00005	46.5750	223.276	.535	.961
VAR00007	46.1250	227.856	.563	.960
VAR00008	46.7250	221.435	.677	.959
VAR00009	46.3250	215.302	.732	.958
VAR00010	46.4250	212.507	.917	.955
VAR00011	45.3500	233.721	.594	.960
VAR00014	45.5500	233.587	.403	.961
VAR00017	46.5750	212.610	.867	.956
VAR00018	46.2000	220.164	.703	.958
VAR00019	46.2750	218.666	.755	.958
VAR00020	46.4500	216.869	.816	.957
VAR00023	46.7000	218.523	.749	.958
VAR00024	46.2250	210.897	.895	.956
VAR00028	46.4250	212.507	.917	.955
VAR00030	46.3500	229.977	.359	.963

VAR00041	46.4250	212.507	.917	.955
VAR00047	46.4250	212.507	.917	.955
VAR00048	46.4500	213.433	.891	.956

Reliabilitas Skala Manajemen Diri

Putaran1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	70	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	70	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	141.5250	417.589	.817	.931
VAR00002	141.4750	420.410	.854	.931
VAR00003	141.8250	428.712	.670	.933
VAR00004	141.7750	433.512	.554	.934
VAR00005	142.1500	446.028	.095	.937
VAR00006	141.6750	428.225	.558	.933
VAR00007	141.9250	426.994	.623	.933
VAR00008	141.6000	412.810	.907	.930
VAR00009	142.1000	445.272	.115	.937
VAR00010	141.5750	422.815	.723	.932
VAR00011	141.8750	426.881	.633	.933
VAR00012	141.6000	425.118	.671	.933
VAR00013	141.7750	427.922	.527	.934
VAR00014	141.6000	412.810	.907	.930
VAR00015	142.2250	440.846	.227	.936
VAR00016	141.6250	424.599	.675	.933
VAR00017	141.6500	426.849	.705	.933
VAR00018	141.3250	419.353	.850	.931

VAR00019	141.8250	435.943	.514	.934
VAR00020	141.5250	416.974	.833	.931
VAR00021	141.6000	412.810	.907	.930
VAR00022	141.4250	426.199	.635	.933
VAR00023	141.5000	418.872	.850	.931
VAR00024	141.5500	422.408	.678	.932
VAR00025	141.5250	416.974	.833	.931
VAR00026	141.9750	450.128	-.025	.938
VAR00027	141.1750	431.225	.568	.934
VAR00028	141.4750	419.692	.763	.932
VAR00029	141.2750	454.512	-.150	.938
VAR00030	141.5500	453.126	-.092	.939
VAR00031	141.6750	447.097	.032	.938
VAR00032	141.4750	450.974	-.044	.938
VAR00033	140.9000	448.759	.047	.936
VAR00034	141.4750	430.358	.418	.935
VAR00035	140.9250	436.994	.568	.934
VAR00036	141.7000	461.805	-.295	.940
VAR00037	141.5000	436.718	.321	.935
VAR00038	141.1500	444.695	.164	.936
VAR00039	140.8500	440.131	.351	.935
VAR00040	141.1250	431.292	.497	.934
VAR00041	141.5250	416.102	.832	.931
VAR00042	141.7000	455.754	-.156	.939
VAR00043	141.5250	416.102	.832	.931
VAR00044	141.6750	454.687	-.119	.940
VAR00045	141.5000	417.231	.792	.931
VAR00046	141.1250	443.651	.187	.936
VAR00047	141.0000	435.846	.519	.934
VAR00048	141.3250	428.635	.726	.933

Pada putaran pertama terdapat 16 *item* yang gugur

Putaran 2**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.974	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	94.1000	389.990	.849	.972
VAR00002	94.0500	393.331	.870	.972
VAR00003	94.4000	400.041	.733	.973
VAR00004	94.3500	405.874	.579	.973
VAR00006	94.2500	401.372	.559	.974
VAR00007	94.5000	398.462	.676	.973
VAR00008	94.1750	384.815	.952	.971
VAR00010	94.1500	395.208	.751	.973
VAR00011	94.4500	399.587	.649	.973
VAR00012	94.1750	398.712	.662	.973
VAR00013	94.3500	398.644	.592	.973
VAR00014	94.1750	384.815	.952	.971
VAR00016	94.2000	395.805	.736	.973
VAR00017	94.2250	400.179	.702	.973
VAR00018	93.9000	392.349	.865	.972
VAR00019	94.4000	408.759	.520	.974
VAR00020	94.1000	389.118	.873	.972
VAR00021	94.1750	384.815	.952	.971
VAR00022	94.0000	399.026	.647	.973
VAR00023	94.0750	391.661	.871	.972
VAR00024	94.1250	394.215	.720	.973
VAR00025	94.1000	389.118	.873	.972
VAR00027	93.7500	404.397	.566	.973
VAR00028	94.0500	391.844	.800	.972
VAR00035	93.5000	410.359	.547	.973
VAR00040	93.7000	407.856	.397	.974
VAR00041	94.1000	388.041	.877	.972

VAR00043	94.1000	388.195	.873	.972
VAR00045	94.0750	389.251	.833	.972
VAR00046	93.7000	416.318	.189	.975
VAR00047	93.5750	409.533	.491	.974
VAR00048	93.9000	401.118	.752	.973

Pada putaran kedua terdapat 1 *item* yang gugur

Putaran 3

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.975	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	90.6750	383.815	.852	.974
VAR00002	90.6250	387.163	.873	.974
VAR00003	90.9750	393.769	.738	.974
VAR00004	90.9250	399.866	.572	.975
VAR00006	90.8250	395.328	.556	.975
VAR00007	91.0750	392.635	.667	.975
VAR00008	90.7500	378.705	.955	.973
VAR00010	90.7250	389.025	.754	.974
VAR00011	91.0250	393.153	.658	.975
VAR00012	90.7500	392.500	.664	.975
VAR00013	90.9250	392.687	.588	.975
VAR00014	90.7500	378.705	.955	.973
VAR00016	90.7750	389.615	.739	.974
VAR00017	90.8000	394.062	.701	.974
VAR00018	90.4750	386.204	.867	.974
VAR00019	90.9750	402.794	.510	.975
VAR00020	90.6750	383.046	.873	.973
VAR00021	90.7500	378.705	.955	.973
VAR00022	90.5750	392.661	.654	.975
VAR00023	90.6500	385.515	.874	.973

VAR00024	90.7000	388.010	.723	.974
VAR00025	90.6750	383.046	.873	.973
VAR00027	90.3250	398.430	.559	.975
VAR00028	90.6250	385.676	.802	.974
VAR00035	90.0750	404.122	.548	.975
VAR00040	90.2750	401.794	.393	.976
VAR00041	90.6750	381.969	.878	.973
VAR00043	90.6750	382.071	.875	.973
VAR00045	90.6500	383.156	.834	.974
VAR00047	90.1500	403.567	.481	.975
VAR00048	90.4750	394.922	.754	.974

Warna hijau adalah *item* yang dibuang untuk menyesuaikan bobot *blue print*.

Tahap Penyesuaian

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.978	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	68.8500	279.721	.871	.976
VAR00002	68.8000	283.190	.873	.976
VAR00003	69.1500	288.490	.751	.977
VAR00006	69.0000	290.256	.552	.978
VAR00007	69.2500	289.064	.623	.978
VAR00008	68.9250	275.661	.965	.975
VAR00010	68.9000	285.631	.723	.977
VAR00011	69.2000	288.164	.662	.978
VAR00014	68.9250	275.661	.965	.975
VAR00016	68.9500	284.715	.758	.977
VAR00017	68.9750	289.769	.674	.978
VAR00018	68.6500	283.362	.831	.977
VAR00020	68.8500	279.105	.892	.976

VAR00021	68.9250	275.661	.965	.975
VAR00022	68.7500	288.038	.648	.978
VAR00023	68.8250	281.892	.869	.976
VAR00024	68.8750	283.394	.739	.977
VAR00025	68.8500	279.105	.892	.976
VAR00027	68.5000	293.179	.545	.978
VAR00028	68.8000	281.241	.824	.977
VAR00041	68.8500	278.182	.895	.976
VAR00043	68.8500	278.285	.892	.976
VAR00045	68.8250	279.122	.854	.976
VAR00048	68.6500	289.259	.778	.977

LAMPIRAN 3
SKALA PENELITIAN

**SKALA PENELITIAN
PROKRASINASI**

PETUNJUK MENGERJAKAN

11. Isilah terlebih dahulu kolom identitas yang tersedia.
12. Ada beberapa butir pernyataan, pada setiap pernyataan terdapat empat (4) alternatif jawaban yaitu:
- SS** : Jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- S** : Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- TS** : Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- STS**: Jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
13. Pilihlah salah satu jawaban saja yang paling menggambarkan keadaan teman-teman dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom pilihan jawaban.

PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
Saya rajin mengerjakan revisi skripsi	√			

14. Setelah selesai mengerjakan setiap pernyataan, telitilah kembali sebelum teman-teman kumpulkan, sehingga tidak ada butir pernyataan yang terlewatkan.
15. Selamat mengerjakan dan saya ucapkan terimakasih atas partisipasi teman-teman.

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Semester :

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak langsung mengerjakan skripsi setelah revisi dengan dosen pembimbing				
2	Saya melanggar rencana pengerjaan skripsi yang saya buat karena ada hal yang lebih menyenangkan				
3	Setelah bimbingan dengan dosen pembimbing saya langsung mengerjakan revisi skripsi				
4	Perasaan saya biasa saja meskipun revisi skripsi saya belum selesai				
5	Saya memilih untuk mengutamakan skripsi yang menjadi tanggungjawab saya, meskipun harus melawan rasa ragu atas kemampuan saya				
6	Saya orang yang lamban dalam mengerjakan skripsi sehingga sering terlambat ketika konsultasi dengan dosen pembimbing				
7	Ketika waktu yang saya rencanakan untuk mengerjakan skripsi tiba, saya malah bermain game bersama teman-teman				
8	Saya merasa gugup, ketika akan bimbingan skripsi dengan dosen saya				
9	Saya memilih menyelesaikan skripsi terlebih dahulu baru mengerjakan kegiatan yang lain				
10	saya dikejar-kejar waktu dalam menyelesaikan skripsi karena tidak mengikuti jadwal yang telah saya buat				
11	Ketika saya mencari referensi skripsi di internet, saya malah mengakses media sosial yang saya miliki				
12	Saya khawatir dimarahi oleh dosen pembimbing ketika berfikir bahwa saya sudah lama tidak bimbingan skripsi				
13	Saya merasa kesulitan mengerjakan revisi skripsi ketika waktunya terbatas				
14	Saya tidak takut dimarahi oleh dosen pembimbing karena menunda-nunda mengerjakan skripsi				
15	Saya merasa mudah menemukan referensi-referensi sebagai bahan pengerjaan skripsi				

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
16	Kendala-kendala dalam proses pengerjaan skripsi membuat saya semakin pesimis				
17	Meskipun kegiatan-kegiatan lain cukup menggoda, saya tetap menyelesaikan skripsi saya				
18	Saya tidak langsung membaca referensi penunjang skripsi setelah saya mendapatkannya				
19	Saya percaya diri bertemu dengan dosen pembimbing meskipun saya terlambat dalam mengumpulkan hasil revisi				
20	Hasil revisi skripsi dari dosen pembimbing membuat saya semakin percaya diri dan semangat untuk mengerjakan				

TOLONG DIPERIKSA KEMBALI, JANGAN ADA YANG TERLEWATKAN

TERIMAKASIH

**SKALA PENELITIAN
MANAJEMEN DIRI**

PETUNJUK MENGERJAKAN

16. Isilah terlebih dahulu kolom identitas yang tersedia.
17. Ada beberapa butir pernyataan, pada setiap pernyataan terdapat empat (4) alternatif jawaban yaitu:
- SS** : Jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- S** : Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- TS** : Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
- STS**: Jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan yang saudara rasakan.
18. Pilihlah salah satu jawaban saja yang paling menggambarkan keadaan teman-teman dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom pilihan jawaban.

PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
Saya rajin mengerjakan revisi skripsi	√			

19. Setelah selesai mengerjakan setiap pernyataan, telitilah kembali sebelum teman-teman kumpulkan, sehingga tidak ada butir pernyataan yang terlewatkan.
20. Selamat mengerjakan dan saya ucapkan terimakasih atas partisipasi teman-teman.

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Semester :

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya melakukan upaya maksimal untuk mencapai tujuan				
2	Saya mengatur pikiran saya agar lebih efisien untuk memperoleh hasil yang saya harapkan				
3	Saya memiliki tekad yang kuat dalam usaha mencapai tujuan				
4	Pikiran saya mudah terganggu saat mengatur diri dalam mendapatkan hasil dari tujuan saya				
5	Dalam upaya saya mencapai tujuan saya merasa tekad saya lemah				
6	Saya merasa tugas-tugas saya lebih berat dari pada kemampuan kecerdasan yang saya miliki				
7	Saya memilih tempat yang kondusif agar pikiran saya mudah fokus untuk mengerjakan tugas-tugas yang harus saya selesaikan				
8	Dalam mengerjakan tugas-tugas saya berusaha disiplin				
9	Saya kesulitan menentukan tempat yang nyaman, sehingga pikiran saya kurang jernih saat mengerjakan tugas-tugas				
10	Permasalahan yang saya miliki, membuat saya semakin pesimis				
11	Dalam upaya membentuk prinsip yang kuat, saya berusaha dengan kemampuan saya sendiri				
12	Saya mengelola tenaga yang saya miliki agar hasil yang saya kerjakan sesuai dengan harapan				
13	Saya meningkatkan kepribadian agar lebih baik dan dapat mendukung penyelesaian tugas-tugas saya				
14	Saya menunggu orang lain memberikan dukungan ketika menghadapi masalah				
15	Tenaga saya terbuang sia-sia saat mengerjakan hal yang berhubungan dengan cita-cita saya				
16	Saya segan untuk menegur orang lain yang dapat menghambat saya dalam menyelesaikan tugas				
17	Kepribadian yang saya miliki masih belum stabil				

18	Dorongan batin saya berasal dari diri saya sendiri				
19	Saya mengerahkan semua tenaga untuk melaksanakan suatu tugas				
20	Saya bisa merasakan apa yang dialami oleh orang lain, yang dapat mendukung pengembangan diri saya				
21	Dalam menyelesaikan tugas saya mampu memberikan semangat pada diri sendiri				
22	Saya menghindari sesuatu yang dapat menghambat saya dalam menyelesaikan tugas				
23	Saya berharap pada orang lain untuk memberikan dorongan semangat pada diri saya				
24	Saya mengabaikan kemampuan fisik dan kejiwaan yang saya miliki saat ini				

**TOLONG DIPERIKSA KEMBALI, JANGAN ADA YANG
TERLEWATKAN**

TERIMAKASIH

LAMPIRAN 4
HASIL DATA PENELITIAN

HASIL ANALISIS DATA PENELITIAN

Data Penelitian Skala Manajemen Diri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1	3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	1	3	2	3	2	1
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3
3	3	1	3	1	3	1	2	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	3
4	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
7	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3
8	1	1	3	3	1	3	3	3	1	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3
9	3	3	3	3	3	1	2	3	1	1	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3
10	1	3	1	1	3	1	2	1	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	3	2
11	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	3
12	3	2	3	1	1	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	1	3	3	3
13	3	3	3	3	1	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2
14	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1
15	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	3	2	3
16	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	1
17	3	3	1	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	1
18	2	1	3	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3
19	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3
20	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	1	2	3
21	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3
22	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	1	3	3
23	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	2	1	2	1	3	1	3	3	1	1
24	1	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3
25	3	1	3	3	3	1	3	1	3	1	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3
26	1	1	1	3	1	1	3	2	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	3
27	1	1	1	3	1	1	3	2	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	2
28	3	1	1	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	1	2	2	1	3	2	1
29	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3
30	1	1	3	1	3	3	2	3	2	1	3	3	3	1	1	1	3	1	3	3
31	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
32	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	1	1	3	2	1	1	3

33	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3
34	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	3	3	3
35	1	2	1	3	3	1	2	1	2	3	1	1	3	1	2	3	1	1	1	1
36	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	2	3	2	3	1	1	3	1
37	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2	3
38	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
40	3	3	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3
41	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
42	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
43	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
44	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
45	3	1	1	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3
46	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	3
47	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
48	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3
49	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
50	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
51	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
52	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
53	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
54	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
55	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2	3
56	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
58	3	3	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3
59	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
60	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
61	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
62	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
63	3	1	1	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3
64	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	3
65	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
66	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
67	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
68	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
69	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3

70	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
71	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
72	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2	3
73	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
74	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
75	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
76	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
77	3	1	1	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3
78	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	3
79	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
80	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
81	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
82	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
83	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
84	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
85	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
86	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
87	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2
88	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
89	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
90	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
91	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
92	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
93	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
94	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
95	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
96	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
97	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
98	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
99	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2
100	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
101	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
102	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
103	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3

	21	22	23	24
1	3	3	1	3

2	3	1	2	2
3	3	1	1	3
4	1	3	1	1
5	1	1	1	3
6	2	1	1	1
7	1	1	2	2
8	3	3	3	3
9	3	1	2	3
10	3	3	3	1
11	1	2	3	1
12	1	2	1	3
13	1	3	1	1
14	1	3	3	3
15	1	3	2	2
16	3	1	3	3
17	3	2	3	3
18	3	2	3	3
19	3	2	3	3
20	3	2	3	3
21	3	1	3	2
22	3	3	1	3
23	1	3	1	1
24	2	3	1	1
25	2	3	1	1
26	1	3	3	3
27	3	3	3	3
28	2	1	3	2
29	3	1	1	1
30	3	3	3	2
31	2	3	3	3
32	2	1	3	3
33	3	1	3	1
34	3	3	3	3
35	3	3	3	3
36	1	1	1	1
37	2	3	1	1
38	2	3	3	3

39	2	3	3	1
40	3	1	2	3
41	3	1	3	2
42	3	3	3	3
43	2	3	1	3
44	2	3	3	1
45	2	3	2	3
46	3	3	3	3
47	3	3	3	3
48	2	3	3	1
49	2	3	3	1
50	3	1	2	3
51	3	1	3	2
52	3	3	3	3
53	2	3	3	3
54	3	3	1	3
55	1	3	3	3
56	3	3	3	3
57	3	3	3	3
58	3	3	1	3
59	3	2	1	3
60	1	1	3	1
61	3	3	1	3
62	3	3	1	3
63	3	1	1	3
64	1	1	1	1
65	3	3	3	3
66	3	3	1	3
67	1	1	1	1
68	3	2	1	3
69	1	1	3	1
70	3	3	1	3
71	3	3	1	3
72	1	3	3	3
73	3	3	3	3
74	1	1	3	1
75	3	3	1	3

76	3	3	1	3
77	3	1	1	3
78	1	1	1	1
79	3	3	3	3
80	3	3	1	3
81	3	3	1	3
82	1	1	1	1
83	3	2	1	3
84	1	1	3	1
85	3	3	1	3
86	3	3	1	3
87	1	3	3	3
88	3	3	3	3
89	1	1	3	1
90	3	3	1	3
91	3	3	3	3
92	3	3	1	3
93	3	3	1	3
94	1	1	1	1
95	2	3	3	3
96	2	3	3	1
97	3	1	2	3
98	3	1	3	2
99	3	3	3	3
100	2	3	1	3
101	2	3	3	1
102	2	3	2	3
103	3	3	3	3

Data Penelitian Skala Prokrastinasi

NO.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	1	1
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3
4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
5	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2
6	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2
7	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2
8	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	3
9	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	1
10	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	2
11	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2
12	3	3	3	2	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3	2	2	3	4	3	2
13	2	2	3	3	4	1	3	3	3	3	4	3	1	3	2	3	3	3	3	2
14	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3
15	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	1
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3
17	3	3	3	4	2	1	3	3	1	3	2	2	2	4	3	2	2	4	4	1
18	4	3	4	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	3	1	3	3	4	4	1
19	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2
20	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	4	3	1
21	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	1
22	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	4	4	2
23	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	1	1
24	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	2
25	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3
26	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4
27	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	2
28	2	4	2	3	4	2	3	4	4	3	4	4	1	1	3	3	3	2	4	2
29	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2
30	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3
31	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	1
32	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	4	1
33	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
34	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
35	3	2	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	2	4	2	3	4	4	4	2

36	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2
37	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
40	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	2
41	3	2	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	2
42	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	2
43	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3
44	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
45	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3
46	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4
47	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2
48	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
49	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3
50	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	1
51	1	3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	1	3	2	3	2	1
52	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3
53	3	1	3	1	3	1	2	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	3
54	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
55	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
56	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
57	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3
58	1	1	3	3	1	3	3	3	1	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3
59	3	3	3	3	3	1	2	3	1	1	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3
60	1	3	1	1	3	1	2	1	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	3	2
61	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	3
62	3	2	3	1	1	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	1	3	3	3
63	3	3	3	3	1	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2
64	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1
65	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	3	2	3
66	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	1
67	3	3	1	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	1
68	2	1	3	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3
69	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3
70	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	1	2	3
71	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3
72	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	1	3	3

73	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	2	1	2	1	3	1	3	3	1	1
74	1	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3
75	3	1	3	3	3	1	3	1	3	1	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3
76	1	1	1	3	1	1	3	2	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	3
77	1	1	1	3	1	1	3	2	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	2
78	3	1	1	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	1	2	2	1	3	2	1
79	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3
80	1	1	3	1	3	3	2	3	2	1	3	3	3	1	1	1	3	1	3	3
81	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
82	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	1	1	3	2	1	1	3
83	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3
84	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	3	3	3
85	1	2	1	3	3	1	2	1	2	3	1	1	3	1	2	3	1	1	1	1
86	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	2	3	2	3	1	1	3	1
87	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2	3
88	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
89	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
90	3	3	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3
91	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
92	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
93	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3
94	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
95	3	1	1	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3
96	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	3
97	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
98	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3
99	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1
100	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	3
101	3	2	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1
102	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
103	3	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3

STATISTIK DESKRIPTIF

NPAR TESTS

/K-S(NORMAL)=X Y

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

[DataSet0]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Manajemen Diri	103	62.98	5.498	52	78
Prokratinasi	103	55.82	9.158	32	71

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Manajemen Diri	Prokratinasi Akademik
N		103	103
Normal Parameters ^a	Mean	62.98	55.82
	Std. Deviation	5.498	9.158
Most Extreme	Absolute	.099	.151
Differences	Positive	.099	.082
	Negative	-.066	-.151
Kolmogorov-Smirnov Z		.697	1.070
Asymp. Sig. (2-tailed)		.716	.203
a. Test distribution is Normal.			

NPar Tests: UJI NORMALITAS

CORRELATIONS

/VARIABLES=X Y

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING=PAIRWISE.

MEANS TABLES=Y BY X

/CELLS MEAN COUNT STDDEV

/STATISTICS LINEARITY.

Means: UJI LINIERITAS

[DataSet0]

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Prokratinasi * Manajemen Diri	103	100.0%	0	.0%	103	100.0%

Report

Prokratinasi

Akademik

Manaje men Diri	Mean	N	Std. Deviation
52	53.00	4	.
53	61.00	6	.
54	58.00	5	.
55	55.00	6	2.828
56	65.00	7	.
57	56.00	4	.
58	59.20	5	10.060
59	71.00	5	.
60	61.50	4	2.646
61	58.40	5	5.771
62	60.25	4	2.872
63	58.80	6	3.701

64	60.67	3	6.807
65	54.75	4	11.471
66	61.00	3	6.083
67	41.00	7	.000
68	45.50	5	2.121
70	50.00	5	.
73	41.00	6	.
74	42.00	3	1.000
78	32.00	6	.
Total	55.82	103	9.158

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokratinasi * Manajemen Diri	Between Groups	(Combined)	2894.913	19	152.364	3.764	.001
		Linearity	1511.536	1	1511.536	37.338	.000
		Deviation from Linearity	1383.377	18	76.854	1.898	.058
	Within Groups		1214.467	30	40.482		
Total			4109.380	49			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Prokratinasi * Manajemen Diri	-.606	.368	.839	.704

Correlations: UJI ANALISIS KORELASI PRODUCT MOMENT

[DataSet0]

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Prokratinasi	62.98	5.498	103

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Prokratinasi	62.98	5.498	103
Manajemen Diri	55.82	9.158	103

Correlations

		<i>Self Regulated Learning</i>	Resilensi Akademik
Manajemen Diri	Pearson Correlation	1	-.606**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	103	103
Prokratinasi	Pearson Correlation	-.606**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	103	103

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

```
FREQUENCIES VARIABLES=X Y
/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN
/HISTOGRAM
/ORDER=ANALYSIS.
```

Frequencies

[DataSet0]

Statistics

		Manajemen Diri	Prokratinasi
N	Valid	103	103
	Missing	0	0
Mean		62.98	55.82

Std. Deviation	5.498	9.158
Minimum	52	32
Maximum	78	71

Frequency Table

Manajemen Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 52	1	2.0	2.0	2.0
54	3	2.0	2.0	4.0
55	3	4.0	4.0	8.0
56	3	2.0	2.0	10.0
57	4	2.0	2.0	12.0
58	6	10.0	10.0	22.0
59	1	2.0	2.0	24.0
60	5	8.0	8.0	32.0
61	6	10.0	10.0	42.0
62	5	8.0	8.0	50.0
63	6	10.0	10.0	60.0
64	4	6.0	6.0	66.0
65	5	8.0	8.0	74.0
66	4	6.0	6.0	80.0
67	3	4.0	4.0	84.0
68	3	4.0	4.0	88.0
70	2	2.0	2.0	90.0
73	2	2.0	2.0	92.0
74	4	6.0	6.0	98.0
78	2	2.0	2.0	100.0
Total	103	100.0	100.0	

Prokratinasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	32	2	2.0	2.0	2.0
	38	3	2.0	2.0	4.0
	41	5	8.0	8.0	12.0
	42	3	2.0	2.0	14.0
	43	2	2.0	2.0	16.0
	44	2	2.0	2.0	18.0
	47	3	2.0	2.0	20.0
	48	1	2.0	2.0	22.0
	50	5	6.0	6.0	28.0
	53	4	6.0	6.0	34.0
	54	2	2.0	2.0	36.0
	55	1	2.0	2.0	38.0
	56	1	2.0	2.0	40.0
	57	6	6.0	6.0	46.0
	58	6	10.0	10.0	56.0
	59	3	4.0	4.0	60.0
	60	3	4.0	4.0	64.0
	61	4	6.0	6.0	70.0
	62	4	6.0	6.0	76.0
	63	3	4.0	4.0	80.0
	64	4	6.0	6.0	86.0
	65	3	4.0	4.0	90.0
	66	2	2.0	2.0	92.0
	68	5	4.0	4.0	96.0
	70	1	2.0	2.0	98.0
	71	1	2.0	2.0	100.0
Total		103	100.0	100.0	

LAMPIRAN 5

TRANSKIP WAWANCARA

PEDOMAN WAWANCARA

A. Pedoman Wawancara Untuk Mahasiswa

1. Identitas Subjek

- a. Nama :
- b. Jenis Kelamin :
- c. Usia :
- d. Jenis Kelamin :

2. Latar Belakang

- Sudah berapa lama menunda skripsi?
- Aktivitas apa saja yang dilakukan disamping mengerjakan skripsi?
- Siapa saja yang berperan dalam mendukung selesainya skripsi?
- Hambatan apa saja yang ditemui saat mengerjakan skripsi?

3. Pengalaman Prokrastinasi

- Bagaimana pengalaman saat gagal menepati deadline skripsi?
- Bagaimana keinginan dalam mengerjakan skripsi yang tak terealisasikan?
- Bagaimana perasaan saat menunda menyelesaikan skripsi?
- Bagaimana kemampuan dalam menyelesaikan skripsi saat ini?

4. Dampak Prokrastinasi

- Apa dampak fisik yang dirasakan saat menunda dalam mengerjakan skripsi?
- Apa dampak dalam pikiran yang dirasakan saat menunda dalam mengerjakan skripsi?
- Apa dampak secara emosi yang dirasakan saat menunda dalam mengerjakan skripsi?

DATA VERBATIM

Wawancara ini dilaksanakan pada:

Tanggal : 5 November 2021

Pukul : 14:00 s/d selesai (WIB)

Via : *Video Call (Whatsapp)*

Wawancara ini dilaksanakan dengan mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan Fakultas Bimbingan Konseling angkatan 2016. Mahasiswa tersebut antara lain: A, B, dan C. Peneliti menghubungi satu persatu mahasiswa yang bisa diajak untuk wawancara secara *online* melalui media *Video Call (Whatsapp)*. Ketika sudah ditentukan waktunya, mahasiswa yang berkesempatan melakukan wawancara sejumlah 3 mahasiswa tersebut.

P: selamat siang teman-teman perkenalkan saya Tulus Prabowo dari prodi psikologi Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta. Pada hari ini saya mau melakukan wawancara pada teman-teman semua, silahkan teman-teman secara bergantian menjawab atau menceritakan pengalamannya selama proses pengerjaan skripsi yang akan kita bahas nanti. Sebelumnya saya mohon ijin akan merekam aktivitas kita dengan *voice note*, namun tenang ya teman-teman karena data pribadi kalian saya rahasiakan mengingat kode etik kita selaku mahasiswa psikologi.

A,B,C : iya mas

P: sebelumnya silahkan memperkenalkan diri terlebih dahulu bergantian ya silahkan dari mas A

A: nama saya A, saya usia saat ini 24 tahun, dari prodi BK ya mas, semester saat ini udah semester 10, asal saya dari malang jawa timur, udah mas

P: baik makasih mas A, silahkan dilanjut mas B

B: Baik nama saya B saya berasal dari subang sama seperti teman teman saya kuliah di UAD smeseter 10 prodi bimbingan konseling

P: trimakasih mas B, lanjut terakhir mas C, silahkan

C: nama saya C saya dari pekanbaru ya teman teman saya berusia 24 tahun saat ini semester 10 sama dengan teman teman semua, gitu aja mas

P: trimakasih teman-teman atas perkenalannya, lanjut kebagian wawancara ya teman-teman

A,B,C,D: iya mas

P: sudah berapa lama teman-teman menunda skripsi?

B: kalo saya dah 2 semseter mas baru bab 2

D: sama mas sama mas B

A: kalo saya kurang lebih 3 semester mas dari semester 7 sudah ambil skripsi tapi belum kelar sampai sekarang

C: saya juga 3 semester kayaknya, ini masih bab 2 belum ada progres lagi mas

P: okee, lalu aktivitas apa aja nih yang teman-teman lakukan disamping ngerjain skripsi?

A: kalo saya ada komunitas motor mas, tapi ini sepi karena pandemi cuma masih males ngerjain skripsi

B: saya *ngegame* sama kumpul temen-temen aja mas

C: saya sama mas kalo gak *ngegame* ya nongkrong sama teman teman

P: baik jadi yang banyak *ngegame* ya, biasanya berapa lama kalo *ngegame* temen temen

C: wah bisa seharian mas

B: iya mas dari malem sampek pagi, paginya baru tidur

P: kalo boleh tau siapa aja yang berperan dalam mendukung selesainya skripsi teman teman?

A: saya sih orangtua ya mas pastinya dah suruh cepet cepet lulus, kadang gak enak juga sama mereka dah biayain

B: saya ya kakak mas, karena kan yang biayain kuliah saya kakak saya jadi biar gak jadi beban katanya

C: saya temen temen saya sih yang dah pada lulus, diajarin juga tapi karena malesnya itu mas jadi ketunda-tunda

P: terus hambatan apa saja yang temen temen temui ketika mengerjakan skripsi?

C: dah pasti malesnya itu mas

A,B : iya mas males

P: temen temen sering gak gagal nepati waktu deadline ngumpulin revisi skripsi ke dosen?

A: bukan sering lagi mas, sampek lupa yang harus direvisi apa

C: sering banget mas, malah setiap bimbingan saya aja yang gak dateng, padahal dah dihubungi dosen

B: lumayan sering juga sih mas, karna udah males, kebiasaannya begadang juga, trus ada yang ga ngerti sama maksud dosennya mintanya banyak banget revisinya tanya teman, temen juga gak ngerti

P: seberapa kuat sih keinginan teman-teman dalam menyelesaikan skripsi?

B: kalo pas abis ditelpon kakak, diceramahin lah gitu saya pengen cepet cepet nyelesain mas, tapi kalo dah lupa ya mau gimana lagi tetep ketunda lagi

A: iya mas sama pas telponan sama ortu saya semangat karena kasian kan sama mereka, tapi pas ketemu temen temen yang santai, jadi ikutan mas

C: kalo saya dah males banget gitu minta dimotivasi sama temen temen yang dah lulus itu mas trus dibantuin, tapi dasarnya saya ya mas, jadi nyelesainnya pengen cepet cuma, baru satu revisi udahan tutup laptop gitu terus

P: Trus gimana perasaan temen temen saat menunda skripsi itu?

B: kacau mas khawatir nanti kalo gak selesai gimana

A: kalo saya ya pasti cemas mas, takut kalo gak di biayain lagi sama kakak

C: iya mas bingung juga, gak enak sama teman yang bantuin mereka ikhlas bantuin tapi ssaya masih rebahan aja

P: kalo kemampuan teman-teman ini sebenarnya mampu gak untuk memahami dan mengerjakan sesuai permintaan dosen?

C: sebenarnya kalo kita serius ya bisa mas, masalahnya kan kita kayak sepelein halah temen temennya masih banyak jadi tenang

A: iya sama mas sebenarnya kita mampu cuma kita banyak malesnya

B: sama sih mas sama teman-teman

P: sekarang saya tanya tentang dampaknya ya, kalo dampak secara fisik apa yang kalian rasakan?

A: sama mas badan rasanya gak enak

C: kurang semangat mas aktivitas apapun kepikiran

B: jadi bingung sendiri mas

P: kalo pikiran gimana rasanya, pas mikir skripsi gak selesai-selesai gitu?

A: kacau lah mas

C: kayak dah buntu aja mas, sulit konsentrasi

B: pusing itu tadi mas, takut resikonya kan fatal

P; kalo perasaan yang dirasakan apa emosinya gimana teman-teman:

B: gak karuan mas suka sebel sendiri ma diri sendiri, koq gak maju maju gitu

C: kadang marah kadang kecewa campur aduk mas

A: sedih, bingung juga mas, kita pengennya cepet tapi banyak malesnya kahirnya ketunda, disitu dah kecewa lah yang pasti sama diri sendiri

P: baik temen temen itu tadi ya yang temen-temen rasakan, mungkin jika lebih baik kita mulai meskipun bertahap, semoga temen-temen cepet segera dapat menyelesaikan dan segera lulus, amiin

A,B,C: amiin mas

P: baik trimakasih atas waktu dan jawaban dari temen-temen semua, selanjutnya dipertemuan berikutnya saya akan mengadakan penelitian, dimohon temen-temen berpartisipasi. Oleh sebab itu untuk semuanya saya ucapkan banyak banyak terimakasih.