

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI  
PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area**

**Oleh:**

**NURFITRI ANGGREINI**

**15.860.0334**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**2019**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, dan Penulisan Karya Ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UMA

17/10/19

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS MEDAN AREA

NAMA : NURFITRI ANGGREINI

NPM : 15.860.0334

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

Disetujui Oleh  
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

(Dr. Hj. Nur'aini M.S)

Pembimbing II

(Drs. Maryono M.Psi)

Ka. Bagian

(Azhar Azis, S.Psi, M.A)

Dekan

(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M. Pd)

Tanggal Lulus, 27 SEPTEMBER 2019

i

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK  
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT UNTUK MEMPEROLEH  
DERAJAT SARJANA (S-1) PSIKOLOGI

PADA TANGGAL

27 SEPTEMBER 2019

MENGESAHKAN

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dekan  
(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M. Pd)

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi

2. Nini Sriwahyuni, S.Psi, M.Psi

3. Dr. Hj. Nur'aini, MS

4. Drs. Maryono, M.Psi

ii

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan plagiat dalam skripsi ini.

Medan, September 2019

Peneliti



Nurfitri Anggreini  
15.860.0334



## 5.2 Format Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Mahasiswa

### HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

#### TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : NURFITRI ANGGREINI  
NPM : 15.860.0334  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : PSIKOLOGI  
Jenis karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

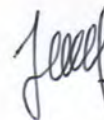
demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan antara self control dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa fakultas Teknik Universitas Medan Area

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : MEDAN

Pada tanggal : 2 September 2019

Yang menyatakan



( NURFITRI ANGGREINI )

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, dan Penulisan Karya Ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UMA

17/10/19

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI  
PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**Oleh:**

**Nurfitri Anggreini**

**15.860.0334**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik, dimana yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area stambuk 2013. *Self control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa menggunakan skala *Likert*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Korelasi-*Product Moment*, maka diperoleh hasil sebagai berikut: Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas Teknik Universitas Medan Area stambuk 2013. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = - 0,339$  :  $P = 0,004 < 0,050$ . Bahwa *self control* yang dimiliki mahasiswa mempengaruhi atau menekankan munculnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebesar 15,9 %. Dari hasil ini diketahui bahwa masih terdapat 84,1% dari faktor lain terhadap *Self control* pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dimana faktor-faktor lain tersebut antara lain adalah *self consciousness*, *self esteem*, *self efficacy* dan kecemasan sosial. bahwa mahasiswa stambuk 2013 Fakultas Teknik UMA, memiliki *self control* tinggi (mean empirik = 83,24% > mean hipotetik = 70 dimana selisih kedua mean melebihi bilangan SD = 8,589) dan prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Teknik stambuk 2013 tergolong sedang (mean empirik = 57,82 > mean hipotetik = 60 dimana selisih kedua mean tersebut melebihi bilangan SD = 5,861). Dari hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

Kata kunci : *Self Control*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa, dan Skripsi

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONTROL WITH  
ACADEMIC PROCRASTINATION IN COMPLETING THESIS  
ON STUDENTS OF ENGINEERING FACULTY  
MEDAN AREA UNIVERSITY**

**Nurfitri Anggreini**

**15.860.0334**

**ABSTRACT**

This study aims to look at the relationship between self control and academic procrastination, which the subject of this study was the students of Engineering Faculty, University of Medan, whip 2013. Self control with academic procrastination on students using Likert scale. The method of data analysis used in this study was Product Moment Correlation, the following results are obtained: There was a significant negative relationship between self control and academic procrastination in students of the Faculty of Engineering, University of Medan, Bandung Area. 2013. These results were evidenced by the correlation coefficient  $r_{xy} = -0,339$ ;  $P = 0.004 < 0.050$ . That self control owned by students influences or emphasizes the emergence of academic procrastination in students by 15.9%. From these results it was known that there were still 84.1% of other factors on self control in students completing a thesis where the other factors include self consciousness, self esteem, self efficacy and social anxiety. that the 2013 UMM Faculty of Engineering students have high self control (empirical mean = 83.24% > hypothetical mean = 70 where the second line means the SD exceeds 8.585) and the academic procrastination of the 2013 Faculty of Engineering whip students was moderate (empirical mean) = 57.82 > hypothetical mean = 60 where the difference between the two means exceeds the number SD = 5, 861). From the results of this study, the hypothesis proposed was accepted.

Keywords: Self Control, Academic Procrastination, Students, and Thesis



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, kesabaran, kemudahan, dan kelancaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dan mampu bertahan pada setiap kendala dan cobaan yang dihadapi selama menyelesaikan skripsi ini sampai dengan selesai. Sehingga tugas penyusunan skripsi dengan judul: “**Hubungan Antara Self Control dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area**”, dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerja sama yang baik dari berbagai pihak. Oleh karena itu, sudah sepantasnya dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim
2. Bapak prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng. M.Sc. selaku Rektor Universitas Medan Area
3. Bapak prof. DR. Abdul Munir, M.Pd selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
4. Bapak Hairul Anwar, S.Psi, M.Psi selaku wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



5. Ibu Dr. Hj. Nur 'aini MS, selaku pembimbing I skripsi yang telah banyak memberikan arahan, saran, dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
6. Bapak Drs. Maryono M.Psi, selaku pembimbing II skripsi yang juga telah banyak memberikan arahan, saran, dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
7. Kepada sahabat saya dina, maya, gita, widi, putri, syahfitri, junita, novitri, silvia, witri, yesi, mira yang sudah selalu menndukung saya dalam menyelesaikan skripsi, dan kepada teman-teman seperjuangan stambuk 2015 yang terkhusus kelas Psikologi D yang selalu memberikan informasi dan membantu saya selama saya menyelesaikan skripsi.
8. Dan terakhir kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak yang sebagai masukan bagi peneliti. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 27 September 2019

Nurfitri Anggreini  
15.860.0334

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
MOTTO .....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
A. Prokrastinasi Akademik .....	10
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	10
2. Faktor- faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik .....	13
3. Aspek – aspek prokrastinasi akademik .....	18
4. Ciri- ciri prokrastinasi akademik.....	21
B. <i>Self Control</i> .....	22
1. Pengertian self control .....	22
2. Faktor –faktor yang mempengaruhi <i>self control</i> .....	24
3. Aspek – aspek <i>Self Control</i> .....	25
C. Pengertian Mahasiswa.....	27
D. Hubungan antara Self Control dengan prokrastinasi akademik.....	29
E. Kerangka Konseptual .....	32
F. Hipotesis.....	32
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Tipe Penelitian .....	33

B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
D. Subjek Penelitian.....	35
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Analisis Data.....	40
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>42</b>
A. Orientasi Kanchah .....	42
B. Persiapan Penelitian .....	44
1. Persiapan Administrasi .....	44
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	44
3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	45
C. Pelaksanaan Penelitian .....	48
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	49
1. Hasil Uji Asumsi .....	50
a. Uji Normalitas Sebaran .....	50
b. Uji Lineartas Hubungan .....	51
2. Hasil Perhitungan Data .....	51
3. Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik .....	52
a. Mean Hipotetik.....	52
b. Mean Empirik .....	53
c. Kriteria .....	53
E. Pembahasan.....	54
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>59</b>
A. Kesimpulan .....	59
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Self Control</i> Setelah Uji Coba .....	48
Tabel 2 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba.....	49
Tabel 3 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas sebaran .....	51
Tabel 4 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Hubungan.....	52
Tabel 5 Rangkuman Perhitungan Analisis Product Moment .....	52
Tabel 6 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik .....	55



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi. Mahasiswa juga memiliki definisi sebagai seseorang yang belajar dan meneliti, menggunakan akal pikiran secara aktif dan cermat, serta penuh perhatian untuk dapat memahami suatu ilmu pengetahuan (Monks, Knors & Haditono, 2002). Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi. Seorang mahasiswa dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2010) berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa ialah seorang peserta didik berusia 18 sampai 25 tahun yang terdaftar menjalani pendidikannya diperguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi maupun universitas.

Mahasiswa dituntut untuk selalu menyelesaikan tugas tepat waktu, mengerjakan ujian dengan hasil yang baik, serta mempersiapkan diri dengan belajar atau membuat catatan sebelum perkuliahan dimulai dalam bidang akademik. Mahasiswa juga dituntut untuk aktif dan ikut serta dalam organisasi kemahasiswaan maupun organisasi lain yang memberikan manfaat positif bagi mahasiswa dalam bidang non akademik.

Mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik seringkali muncul rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut, sehingga tugas tidak dapat diselesaikan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut membuat mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan. Perilaku mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas ini disebut dengan prokrastinasi akademik.

Dalam khasanah ilmiah psikologi terdapat istilah prokrastinasi yang menunjukkan suatu perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu. Menurut (Ferrari, 2010) Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi cenderung melakukan menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya sebagai salah satu untuk memperoleh gelar kesarjanaan.

Kendall dan Hammen (Fibrianti, 2009) berpendapat bahwa penundaan tersebut dilakukan individu sebagai bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri terhadap situasi yang dapat membuatnya stress. Monks (2002) berpendapat bahwa pada remaja terjadi krisis yang nampak paling jelas pada penggunaan waktu luang yang sering disebut sebagai waktu pribadi orang (remaja) itu sendiri. Hal yang dapat dicatat adalah bahwa para remaja mengalami lebih banyak kesukaran dalam memanfaatkan waktu luangnya. Hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa



prokrastinasi terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya di bidang akademik. Penelitian tentang prokrastinasi pada awalnya memang banyak terjadi di lingkungan akademik, yaitu lebih dari 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi. Pada hasil survey majalah *new statement* 26 Februari 1999 juga memperlihatkan bahwa kurang lebih 20% sampai dengan 70% pelajar melakukan prokrastinasi (Yuanita, 2010).

Penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas dan penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional dalam memandang tugas. Prokrasinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat (sebagai tugas yang primer). Akan tetapi, dengan sengaja menunda-nunda secara berulang-ulang (kompulsif), hingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah dalam dirinya.

Dengan demikian prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku, yaitu *Self Control*. Menurut Goldfried dan Marbaum *Self Control* diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Sebagai salah satu sifat kepribadian, *Self Control* pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki *Self Control* yang tinggi dan ada individu yang memiliki *Self Control*

yang rendah. Individu yang memiliki *Self Control* yang tinggi disebabkan adanya tingkat kesadaran diri yang tinggi terhadap sesuatu sehingga mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku utama yang membawa pada konsekuensi positif, seperti dalam bidang akademik. Sebaliknya individu yang memiliki *Self Control* yang rendah disebabkan tidak adanya kesadaran diri seperti menunda menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sebenarnya dia mampu menyelesaikannya. sehingga individu tersebut tidak mampu mengubah kejadian dan mengatur perilaku utama pada konsekuensi positif.

Fenomena yang terjadi di Universitas Medan Area khususnya di fakultas Teknik stambuk 2013 pada data yang diperoleh dari setengah jumlah mahasiswa yang telah melaksanakan mata kuliah seminar, hanya setengah dari jumlah yang ada, dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Dari 231 mahasiswa yang telah melaksanakan mata kuliah seminar, dan seharusnya pada semester 9 mereka sudah menyelesaikan skripsinya. Tetapi data dari Biro Administrasi Kemahasiswaan Universitas yang didapat hanya 181 orang yang menyelesaikan skripsinya, dan 50 mahasiswa tidak dapat menyelesaikan skripsinya tepat pada waktu yang diharapkan. Peneliti juga melakukan komunikasi pribadi pada beberapa mahasiswa fakultas Teknik, dan kemudian dilakukan observasi awal pada tanggal 5 september 2018, terdapat berbagai alasan mengapa mereka menunda untuk memulai menyelesaikan skripsinya. Berikut kutipan wawancara:

*“saya merasa kurang memahami gimana skripsi itu, apalagi setelah saya selesai seminar proposal kemarin, saya ditawari untuk bekerja dengan teman saya, saya merasa sudah malas untuk menyelesaikan skripsi saya karna fokus pada kerjaan.”*

*“saya kemarin itu lebih memilih mengikuti organisasi jadi saya tunda dulu skripsinya setelah seminar proposal, skripsi saya terbengkalai gitu jadinya kak”*

*“setelah seminar proposal saya mau nya libur dulu lah tapi sayangnya sampai keterusan seperti ini, pusing karna dosen saya yang selalu pergi keluar kota. Saya jadi susah bimbingannya, sempat disuruh ganti dosen pembimbingnya sama pihak fakultas. Itulah yang membuat saya kelamaan menunda melanjutkan skripsi”* (komunikasi personal dengan mahasiswa B, T, J, 05 September 2018).

Pernyataan diatas, mencerminkan bahwasanya beberapa mahasiswa tersebut lebih senang melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang harus mereka selesaikan, dan ketakutan menghadapi kegagalan, kebiasaan-kebiasaan ini akan berdampak buruk terhadap kehidupan seseorang. Mahasiswa tersebut akan menunda skripsi sampai ia merasa siap untuk melakukannya. Mahasiswa tersebut merasa tidak memahami untuk mengerjakannya, dan mahasiswa ini tidak menjadikan skripsi sebagai prioritas utama dalam dirinya sebagai seorang mahasiswa. Seseorang yang terbiasa menunda-nunda untuk menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan akan mengalami keterlambatan dalam berbagai hal.

Ferrari dkk 1995, berpendapat ada beberapa faktor yang mendasari mahasiswa mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti kemampuan individu tersebut untuk mengarahkan perilakunya dalam menyelesaikan masalah, dan dapat memahami kemampuan dirinya sendiri. sedangkan faktor eksternal seperti dukungan dari orang tua dan teman sebaya. Faktor eksternal meliputi lingkungan yang berada di luar individu misalnya, pola asuh orang tua, lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah. Sedangkan faktor



internal meliputi kondisi fisik dan psikologis individu. Kondisi fisik dapat digambarkan sebagai riwayat kesehatan yang dimiliki atau penyakit yang pernah dialami. Sedangkan yang dimaksud kondisi psikologis individu mencakup wilayah aspek kepribadian yang dimiliki seorang misalnya, motivasi, *self esteem*, tingkat kecemasan, *self control* dan *self efficacy*. Di antara kelima hal tersebut, yang dijadikan fokus pada penelitian ini adalah *Self Control*.

Secara umum orang yang mempunyai *Self Control* yang tinggi akan menggunakan waktu dengan tepat dan mengarah pada perilaku yang lebih utama. Apabila ia merupakan mahasiswa tingkat akhir, yang mempunyai kewajiban untuk menyelesaikan skripsi, bila mempunyai *Self Control* yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang penyelesaian skripsinya. Sehingga ia akan sesegera mungkin menyelesaikan skripsinya tanpa menunda-nunda. Jika ia adalah mahasiswa tingkat akhir yang memiliki *Self Control* yang rendah maka ia tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya. Ia akan mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, sehingga banyak melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. Mahasiswa-mahasiswi yang melakukan prokrastinasi kemungkinan memiliki *Self Control* yang rendah, sebab mereka tidak dapat mengatur waktu dan emosi mereka sehingga mereka menunda-nunda untuk melakukan tugas mereka.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti ada tidaknya hubungan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada

mahasiswa Fakultas Teknik dan seberapa besar *Self Control* mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik.

## **B. Identifikasi Masalah**

Permasalahan yang terjadi menunjukkan bahwa tugas yang lebih menuntut kemandirian dan lebih sulit akan cenderung lebih sering ditunda ini menjadikan salah satu penjelasan utama, mengapa banyak mahasiswa yang menunda pengerjaan skripsi. Sebagian besar mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan tugas yang sulit dan menuntut kemandirian tinggi. Hal ini banyak membuat mahasiswa dengan *self control* rendah menunda-nunda pengerjaan skripsi mereka. Salah satu faktor yang dapat memicu prokrastinasi akademik pada mahasiswa adalah *Self Control*. Mahasiswa tidak mampu mengatur waktu, emosi mereka dengan tepat sehingga mereka menunda-nunda untuk mengerjakan skripsi mereka dengan segera. Mereka lebih menghindarinya dan melakukan hal lain yang lebih menyenangkan.

Hasil wawancara lain yang dilakukan pada tanggal 8 September 2018 terhadap tiga orang mahasiswa Fakultas Teknik, tentang sikap menunda-nunda mengerjakan tugas skripsi lebih banyak berasal dari pengaruh *Self Control*. Angkatan 2013 mengaku bahwa perilaku prokrastinasi akademiknya terjadi karena dirinya sendiri yang malas dalam mengerjakan tugas , sedangkan salah

seorang responden mengaku bahwa perilaku prokrastinasi akademiknya terjadi karena pengaruh teman-temannya yang mengajaknya untuk melakukan hal lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas.

### **C. Batasan Masalah**

Adapun batasan masalah pada penelitian ini adalah Hubungan Antara *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area, penelitian ini membatasi masalahnya pada *Self Control* dan Prokrastinasi Akademik dalam menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa laki-laki dan perempuan Teknik stambuk 2013 yang sudah seminar proposal.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di latar belakang masalah dan batasan masalah, maka dapat di rumuskan masalah penelitian ini adalah Apakah ada hubungan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas Teknik Universitas Medan Area?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menguji secara empiris hubungan antara *Self Control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis.

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Manfaat teoritis dalam penelitian ini di harapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya dalam bidang ilmu psikologi perkembangan.
- b. Diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan menambah informasi dibidang psikologi khususnya psikologi perkembangan mengenai *self control* dan prokrastinasi akademik.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Mahasiswa Program Studi Psikologi & Orangtua

Penelitian ini diharapkan mampu membantu mahasiswa untuk mengetahui seberapa tinggi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi, sehingga mahasiswa dapat mengurangi prokrastinasi akademiknya. Dan memotivasi agar mahasiswa dapat meningkatkan *self control* yang lebih baik.

- b. Bagi Instansi dan Dosen Pendidik

Dapat memberikan informasi bagi seluruh dosen dan anggota akademik agar mengetahui kesiapan dari masing-masing mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area mengenai *self control* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi dan dapat memberikan inspirasi mengenai kegiatan yang perlu dilakukan oleh priodi Fakultas Teknik untuk membantu mahasiswa mengatasi prokrastinasi akademiknya.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Prokrastinasi Akademik**

##### **1. Pengertian Prokrastinasi Akademik**

Bangsa Mesir Kuno mempunyai dua kata kerja yang mengandung Pengertian. Pengertian prokrastinasi yang pertama menunjukkan suatu kebiasaan yang bermanfaat untuk menghindari kerja yang tidak penting dan usaha yang impulsif, sedangkan arti yang lain menunjukkan kebiasaan yang berbahaya akibat dari kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas yang penting untuk penghidupan, seperti mengerjakan ladang ketika waktu menanam tiba. Kesimpulannya, pada abad lalu prokrastinasi bermakna positif bila penundaan dimaksudkan sebagai upaya konstruktif untuk menghindari keputusan impulsif dan tanpa pemikiran yang matang, serta bermakna negatif apabila dilakukan berdasarkan kemalasan atau tanpa tujuan yang pasti. Ferrari (1995).

Istilah prokrastinasi menunjuk pada suatu kecenderungan menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan. Boice (1996) menjelaskan bahwa prokrastinasi mempunyai dua karakteristik. Pertama, prokrastinasi dapat berarti menunda sebuah tugas yang penting dan sulit daripada tugas yang lebih mudah, lebih cepat diselesaikan, dan menimbulkan lebih sedikit kecemasan. Kedua, prokrastinasi dapat berarti juga menunggu waktu yang tepat untuk bertindak agar hasil lebih maksimal

dan resiko minimal dibandingkan apabila dilakukan atau diselesaikan seperti biasa, pada waktu yang telah ditentukan.

Pada kalangan ilmuwan, istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Istilah ini pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman. (Ghufron, 2016). menurut Silver (Ghufron, 2003) seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi, mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu. Selain itu Basco (2010) juga menyatakan prokrastinasi merupakan cara lain dalam menghadapi kenyataan yang merupakan tempat yang menyenangkan dan diizinkan untuk meyakini, untuk sementara bahwa kita tidak memiliki sesuatu yang harus dikerjakan. Segala tugas atau pekerjaan dibuang jauh-jauh dari pikiran sehingga untuk sementara waktu seseorang tersebut merasa daftar pekerjaannya tidak pernah ada. prokrastinasi juga merupakan perilaku yang membuat seseorang merasa berani membenarkan untuk tidak bertindak, tidak aktif, ragu-ragu, dan menghindar. Penundaan yang telah menjadi respons tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu sifat prokrastinasi.

Menurut Steel (2007) prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Steel (2010) juga pernah mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan sukarela yang dilakukan oleh individu terhadap

tugas atau pekerjaannya meskipun ia tahu bahwa hal ini akan berdampak buruk pada masa depannya.

Menurut Basco (2010) seorang psikolog klinis yang ahli dibidang perilaku kognitif mengatakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku yang mengizinkan seseorang memiliki sedikit kegembiraan, kesenangan atau kebebasan dari tekanan. Sesuatu yang menyingkirkan hal-hal yang tidak disukai dan menggantinya dengan hal-hal yang lebih menyenangkan. Prokrastinasi merupakan bagian dari zona nyaman seseorang, dimana seseorang tersebut merasa selalu dalam kondisi yang paling menyenangkan dan merupakan wilayah yang dikenal baik dan diketahui cara untuk melakukannya dan bukan merupakan kondisi yang menantang ataupun mengancam.

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas yang formal yang berhubungan dengan tugas akademik atau kinerja akademik, misalnya menulis *paper*, membaca buku-buku pelajaran, mengetik makalah, mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas sekolah atau tugas kursus, belajar untuk ujian, membuat karya ilmiah seperti skripsi. Aitken (Ferrari dkk, 1995). Burka dan Yuen (Ghufron, 2016) menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irasional yang dimiliki oleh seorang prokrasinator. Seorang prokrasinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera. Dikarenakan jika segera mengerjakan tugas akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal. Burka dan Yuen (1983), mengemukakan tugas-tugas akademik yang sering diprokrastinasi, antara lain menghadiri kelas, mengerjakan pekerjaan rumah (PR), belajar untuk ujian,

menulis *paper* (karangan), mendaftar kuliah, konsultasi dengan guru atau *advistor*, dan melengkapi program kelulusan (menyelesaikan karya ilmiah/skripsi dll).

Dari beberapa penjelasan diatas prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas.

## 2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk, (1995) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

### 1. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang memengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.

#### a. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam diri individu yang turut memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak. Tingkat inteligensi yang dimiliki seseorang tidak memengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.



b. Kondisi psikologis individu

Menurut Millgram dkk, (Ghufron, 2016) *trait* kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, besarnya motivasi dan rendahnya kontrol diri. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif, Dimana semakin tinggi motivasi yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang memengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *lenient*.

a. Gaya pengasuhan orangtua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivate (Ghufron, 2016) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan procrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

b. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh

pengawasan, tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak memengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu, yang meliputi kondisi fisik dan psikis, dan faktor eksternal berupa faktor diluar diri individu, yang meliputi gaya pengasuhan orangtua, tingkat atau level sekolah, tugas yang terlalu banyak, dan kondisi lingkungan.

Menurut Burka dan Yuen (1983) terbentuknya tingkah laku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain: kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan terhadap kontrol dari figure otoritas, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu.

Catrunada, ( 2008) yang mengungkapkan tentang sepuluh wilayah magnetis yang menjadi faktor-faktor dilakukannya prokrastinasi:

a. *Anxiety*

Anxiety dapat diartikan sebagai kecemasan. Kecemasan pada akhirnya menjadi kekuatan magnetic yang berlawanan dimana tugas-tugas yang diharapkan dapat diselesaikan berinteraksi dengan kecemasan yang tinggi, sehingga seseorang cenderung menunda tugas tersebut.

b. *Self Depreciation*

Dapat diartikan sebagai pencelaan diri sendiri. Seseorang memiliki penghargaan yang rendah atas dirinya dan selalu siap untuk menyalahkan

dirinya sendiri ketika terjadi kesalahan dan juga merasa tidak percaya diri untuk mendapat masa depan yang cerah.

c. *Low Discomfort Tolerance*

Dapat diartikan sebagai rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan. Adanya kesulitan pada tugas yang dikerjakan membuat seseorang mengalami kesulitan untuk menoleransi rasa frustrasi dan kecemasan, sehingga mereka mengalihkan diri sendiri kepada tugas-tugas yang mengurangi ketidaknyamanan dalam diri mereka.

d. *Pleasure-Seeking*

Dapat diartikan sebagai pencari kesenangan. Seseorang yang mencari kenyamanan cenderung tidak mau melepaskan situasi yang membuat nyaman tersebut. Jika seseorang memiliki kecenderungan tinggi dalam mencari situasi yang nyaman, maka orang tersebut akan memiliki hasrat yang kuat untuk bersenang-senang dan memiliki kontrol implus yang rendah.

e. *Time Disorganization*

Dapat diartikan sebagai tidak teraturnya waktu. Mengatur waktu berarti bisa memperkirakan dengan baik berapa lama seseorang membutuhkan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut. Aspek lain dari lemahnya pengaturan waktu adalah sulitnya seseorang memutuskan pekerjaan penting dan kurang penting untuk dikerjakan hari ini. Semua pekerjaan terlihat sangat penting sehingga muncul kesulitan untuk menentukan apa yang dikerjakan terlebih dahulu.

f. *Environmental Disorganization*

Dapat diartikan sebagai berantakan atau tidak teraturnya lingkungan. Salah satu faktor prokrastinasi adalah pernyataan bahwa lingkungannya berantakan atau tidak teratur dengan baik hal itu terjadi kemungkinan karena kesalahan individu tersebut. Tidak teraturnya lingkungan bisa dalam bentuk interupsi dari orang lain, kurangnya privasi, kertas yang bertebaran dimana-mana, dan alat-alat yang dibutuhkan dalam pekerjaan tersebut tidak tersedia. Adanya begitu banyak gangguan pada area pekerjaan menyulitkan seseorang untuk berkonsentrasi sehingga pekerjaan tersebut tidak bisa diselesaikan tepat pada waktunya.

g. *Poor Task Approach*

Dapat diartikan sebagai pendekatan yang lemah terhadap tugas. Jika akhirnya seseorang merasa siap untuk bekerja, kemungkinan dia akan meletakan kembali pekerjaan tersebut karena tidak tahu dari mana harus memulai sehingga cenderung menjadi tertahan oleh ketidaktahuan tentang bagaimana harus memulai dan menyelesaikan pekerjaan tersebut.

h. *Lack of Assertion*

Dapat diartikan sebagai kurangnya memberikan pernyataan yang tegas. Contohnya adalah seseorang yang mengalami kesulitan untuk berkata tidak terhadap permintaan yang ditujukan kepadanya. Banyak hal yang harus dikerjakan karena telah dijadwalkan terlebih dahulu. Hal ini bisa terjadi karena mereka kurang memberikan kehormatan atas semua komitmen dan tanggung jawab yang dimiliki.



i. *Hostility with Others*

Dapat diartikan sebagai permusuhan terhadap orang lain. Kemarahan terus menerus dapat menimbulkan dendam sikap bermusuhan sehingga bisa menuju sikap menolak atau menentang apapun yang dikatakan orang tersebut.

j. *Stress and Fatigue*

Dapat diartikan sebagai rasa tertekan dan kelelahan. Stress adalah hasil dari sejumlah intensitas tuntutan negative dalam hidup yang digabung dalam gaya hidup dan kemampuan mengatasi masalah pada diri individu. Semakin banyak tuntutan dan semakin lemah sikap seseorang dalam memecahkan masalah, dan gaya hidup yang kurang baik, semakin tinggi stress seseorang.

Menurut Janssen dan Carton (1999) ada lima yang mempengaruhi tingginya kecenderungan prokrastinasi, yaitu :

1. *Self control*
2. *Self-consciousness*
3. *Self-esteem*
4. *Self-efficacy*
5. Kecemasan sosial

Dalam penelitian ini yang menjadi fokus peneliti adalah *Self control*

### **3. Aspek –Aspek Prokrastinasi Akademik**

Menurut Sokolowska ( 2009), prokrastinasi memiliki 4 aspek yaitu:

a. Perilaku

Perilaku menekankan pada penundaan mengerjakan tugas dengan cara menghindar dan memperlambat penyelesaian tugas. Oleh karena itu, karakteristik perilaku prokrastinasi berkaitan dengan aksi penundaan atau penghindaran. Seorang prokrastinator cenderung mengalami kesulitan untuk melakukan hal-hal yang tidak disenangi dan ketika mungkin untuk melakukan, akan menghindarinya. Ia lebih cenderung untuk melakukan hal – hal yang disenangi.

b. Afektif

Afektif menekankan pada ketidaknyamanan yang dirasakan individu. Secara khusus, dimensi ini berhubungan dengan kecemasan dan kekhawatiran. Beberapa peneliti menginvestigasi penundaan sebagai mekanisme jalan keluar dari tekanan emosional yang diasosiasikan dengan tugas. Orang yang melakukan penundaan juga rentan menderita kekhawatiran dan frustrasi, khususnya sebelum atau sesudah batas waktu yang ditentukan.

c. Kognitif

Kognitif menekankan kepada mengapa individu tetap membuat keputusan untuk menunda meskipun mengetahui konsekuensi negatifnya, pendekatan secara kognitif membahas kesenjangan untuk menunda diawal atau menyelesaikan suatu tugas. Kognitif dari prokrastinasi melibatkan kesulitan memprioritaskan suatu tugas, dan manajemen waktu yang buruk.

d. Motivasi

Prokrastinasi juga dapat dilihat sebagai motivasi untuk tidak menyelesaikan tugas. Termasuk di dalamnya persepsi individu akan pentingnya tugas, manfaat, dan ketertarikan instrinsik yang melekat dalam diri individu. Beberapa penelitian secara umum menunjukkan bahwa siswa yang melihat tugasnya sebagai hal yang tidak penting, tidak relevan dengan tujuan utamanya, dan tidak tertarik terhadap tugas tersebut, menunjukkan level prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang menilai tugas sebagai suatu hal yang penting.

Adapun aspek-aspek prokrastinasi menurut Scouwenberg ( Fibrianti, 2009) adalah sebagai berikut:

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan skripsi

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa skripsi yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi cenderung menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya sampai tuntas jika subjek sudah mulai mengerjakannya sebelumnya.

- b. Keterlambatan dan kelambanan dalam mengerjakan tugas.

Mahasiswa cenderung memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan skripsi.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Mahasiswa prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya.

- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan skripsi. Mahasiswa prokrastinator cenderung dengan sengaja tidak segera

menyelesaikan skripsinya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, sehingga menyita waktu.

Menurut Tuckman (Mugista, 2014) aspek-aspek prokrastinasi adalah sebagai berikut yaitu:

1. Membuang waktu

Seorang procrastinator biasanya memiliki kecenderungan untuk membuang waktu hingga pada akhirnya melakukan prokrastinasi.

2. *Task avoidance* (menghindari tugas)

*Task avoidance* merupakan keadaan dimana seseorang cenderung menghindar dalam mengerjakan tugas dikarenakan mengalami kesulitan ketika melakukan hal yang dianggap tidak menyenangkan.

3. *Blaming others* (menyalahkan orang lain)

Kecenderungan menyalahkan kejadian eksternal atau orang lain untuk konsekuensi dari prokrastinasi.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan ada tiga aspek prokrastinasi, yaitu membuang waktu, *task avoidance* (menghindari tugas), *blaming others* (menyalahkan orang lain).

#### 4. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk, (1995) mengatakan, bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu. Berikut adalah keterangannya:



### 1. Penundaan Untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas

Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi dia menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

### 2. Keterlambatan

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu, yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan.

### 3. Kesenjangan Waktu Antara Rencana Dan Kinerja Aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri

### 4. Melakukan Aktivitas Yang Lebih Menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja, actual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang dikerjakan.

## **B. *Self Control***

### **1. Pengertian *Self Control***

*Self control* atau kontrol diri merupakan salah satu fungsi pusat yang berada dalam diri individu. *Self control* dapat dikembangkan dan digunakan individu untuk mencapai kesuksesan dalam proses kehidupan. Pengaruh *self control* terhadap timbulnya tingkah laku dianggap cukup besar, karena salah satu hasil proses pengontrolan diri seseorang adalah tingkah laku yang tampak. Zulkarnain, 2012 (Ardilasari, 2016). Calhoun dan Acocella (Ghufron, 2016) mendefinisikan *self control* (kontrol diri) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Hurlock (1999) menyatakan bahwa *Self Control* berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam dirinya. Mengatasi emosi berarti mendekati suatu situasi dengan menggunakan sikap yang rasional untuk merespon situasi tersebut dan mencegah munculnya reaksi yang berlebihan.

*Self Control* menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Menurut Goldfried dan Marbaum (Ghufron,

2016), mendefinisikan *Self Control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Menurut Baimester (2002), *self control* mengacu pada kapasitas untuk mengubah atau mengarahkan respon individu, termasuk pikiran, emosi, dan tindakan secara sadar, terutama mengendalikan impuls dan melawan godaan.

Callhoun dan Acocella (Ghufron, 2003), mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu untuk mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya, sehingga dalam rangka memenuhi tuntutan tersebut dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Menurut Lounge (Muharsih, 2008) ciri-ciri orang yang mampu mengendalikan dirinya adalah sebagai berikut: a) memegang teguh atau tetap bertahan dengan tugas yang seharusnya ia kerjakan, walaupun ia menghadapi banyak gangguan. b) mengubah perilakunya sendiri melalui perubahan dari beberapa pengaruh aturan norma yang ada. c) tidak menunjukkan atau melibatkan perilaku yang dipengaruhi oleh kemarahan dan emosional. d) bersifat toleran terhadap stimulus yang berlawanan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka *Self Control* dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung

makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi *Self Control* semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.

## **2. Faktor –Faktor Yang Mempengaruhi *Self Control***

Menurut Ghufon & Risnawita (2016), *Self Control* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Control* terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).

### **1. Faktor Internal**

Faktor internal yang ikut andil terhadap *Self Control* adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

### **2. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah, 2000, (Ghufon, 2016), menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya.

## **3. Aspek –aspek *Self Control***

Tangney, Baumeister dan Boone (2004), menyebutkan *self control* memiliki aspek- aspek yakni kontrol terhadap pemikiran (kognitif), kontrol terhadap impulse (dorongan hati), kontrol terhadap emosi, dan kontrol terhadap unjuk kerja (*performance*).



- a. Kontrol terhadap pemikiran (kognitif) adalah kemampuan dari individu untuk mengendalikan pikiran sehingga menghasilkan sikap yang positif atau mengarah kepada perilaku yang objektif.
- b. Kontrol terhadap impulse (dengan hati) adalah kemampuan individu untuk mengendalikan diri serta bertindak secara bijak terhadap setiap dorongan hati negative yang muncul secara tiba-tiba.
- c. Kontrol terhadap emosi adalah kemampuan individu untuk memiliki kesadaran diri emosi dalam hubungan dengan diri sendiri maupun dengan orang lain.
- d. Kontrol terhadap unjuk kerja adalah kemampuan individu untuk memperoleh nilai yang lebih baik dalam jangka waktu panjang, karena mereka akan lebih baik dalam mengerjakan tugas tepat waktu, mencegah dari aktivitas-aktivitas untuk menunda-nunda waktu saat bekerja, belajar dengan efektif, memilih mata pelajaran dengan tepat dan mampu menjaga emosi negatif yang merusak kinerja.

Averill (Ghufron & Risnawita, 2016), menyebut kontrol diri sebagai kontrol personal, terbagi atas tiga aspek, yaitu:

1. Kontrol diri (*behavior control*)

Kontrol diri merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.

2. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, tau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.

### 3. Mengontrol keputusan (*decisional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau yang disetujuinya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa ada beberapa aspek yang mempengaruhi *Self Control* antara lain: kontrol perilaku (*Behavior control*), kontrol kognitif (*Cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*Decesional control*).

## C. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa digambarkan sebagai generasi muda yang sarat dengan edukasi, terdidik dan terpelajar. Generasi muda adalah fase dimana mereka dipersiapkan untuk bekerja ketika dewasa, untuk kemudian beristirahat ketika tua. Umumnya, ada dua aspek yang diharapkan Negara dari generasi mudanya. Pertama, Negara merancang generasi muda sebagai ‘pekerja masa depan’, dengan mempersiapkan generasi muda sebaik mungkin, Negara akan mampu mempertahankan daya kompetisinya di pasar ekonomi global di hari depan. Kedua, generasi muda diharapkan menjadi pewaris nilai dan tradisi generasi tua yang tengah mengontrol Negara. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam undang-undang tentang kepemudaan disebutkan bahwa pemuda adalah mereka yang berumur 16-30. Di sini, bisa ditemukan banyak narasi

ideal tentang pemuda : bersemangat, suka berjuang, sukarela, bertanggung jawab, ksatria, keritis, idealis, inovatif, progresif, dinamis, reformis dan futuristik. Sejalan dengan Undang-undang No.12 Tahun 2012 tentang pendidikan tinggi menuliskan bahwa mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi. Mahasiswa dibebaskan untuk memilih, untuk menjadi intelektual, ilmuwan, praktisi dan atau professional, dengan syarat tetap menjunjung nilai agama dan bangsa. Mahasiswa sebagai seorang civitas akademika juga diharapkan menjadi sosok yang inovatif, responsive, kreatif, terampil, berdaya saing dan kooperatif.

Menurut Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi (Kamus Bahasa Indonesia) seorang mahasiswa dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pemantapan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

Adapun peran mahasiswa ada tiga, yaitu: (1) *agent of change*, (2), *iron stock*, (3), *social control*. Mahasiswa sebagai *agent of change* diartikan sebagai agen perubahan, memiliki makna bahwa mahasiswa adalah lapisan masyarakat yang diharapkan dapat menjadi penggagas perubahan dan menjadi objek atau pelaku dari perubahan menuju kehidupan lebih baik. Mahasiswa sebagai *iron stock* yaitu mahasiswa adalah generasi penerus bangsa yang diharapkan memiliki kemampuan, keterampilan, dan akhlak mulia untuk menjadi calon pemimpin masa depan. Mahasiswa sebagai *social control* yaitu sebagai mahasiswa harus peduli terhadap masyarakat karena mahasiswa adalah bagian dari masyarakat. Bentuk kepedulian tersebut dapat ditunjukkan dari pemikiran-

pemikiran cemerlang mahasiswa, diskusi-diskusi, atau memberikan bantuan moril dan materil kepada masyarakat dan bangsa.

Mahasiswa secara harafiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa. Menurut Budiman (2006), mahasiswa adalah orang yang belajar di sekolah tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya bagi suatu keahlian tingkat sarjana.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa ialah seorang peserta didik berusia 18 sampai 25 tahun yang terdaftar menjalani pendidikannya diperguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi maupun universitas.

#### **D. Hubungan Antara *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik**

*Self Control* adalah kemampuan individu mengendalikan diri dalam menentukan prioritas yang telah dibuat dan mengarahkan perilakunya kearah yang positif dengan memperhatikan konsekuensi jangka panjang terkait bidang akademik. Menurut Callhoun dan Acocella (Ghufron, 2016), mendefinisikan *Self Control* sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Sebagai salah satu sifat kepribadian, *Self Control* pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki *Self Control* yang tinggi dan ada individu yang memiliki *Self Control* yang rendah. Individu yang memiliki *Self Control* yang tinggi mampu mengubah kejadian dan dapat mengarahkan serta mengatur perilaku utama yang membawa pada konsekuensi positif. Contohnya sebagai seorang mahasiswa bila mempunyai *Self Control* yang



tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang tugas utamanya yaitu belajar dan mengerjakan tugas. Sehingga individu tersebut akan terhindar dari melakukan penundaan.

Individu yang *Self Control* nya rendah akan kurang mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya. Sehingga diasumsikan jika seorang mahasiswa dengan *Self Control* yang rendah akan berperilaku lebih bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya, bahkan akan menunda-nunda tugas yang seharusnya ia kerjakan terlebih dahulu sehingga banyak melakukan penundaan dalam bidang akademik. Perilaku menunda-nunda waktu dan pekerjaan yang berkaitan dengan bidang akademik ini mempunyai dampak yang cukup serius antara lain mampu menurunkan tingkat produktifitas seseorang, merusak mental dan etos kerja seseorang serta akan mengakibatkan rendahnya kualitas sumber daya manusia itu sendiri. Perilaku menunda waktu dan pekerjaan dalam istilah psikologi disebut dengan prokrastinasi. Orang yang melakukan perilaku menunda disebut *procrastinator*.

Perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik itu disebut juga dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bisa diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang.

Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Ferray (Fibriana, 2009), menemukan bahwa sekitar 15% sampai dengan 20% usia dewasa termasuk dalam keadaan prokrastinasi kronis. Hal ini menunjukkan bahwa begitu banyak mahasiswa

yang melakukan prokrastinasi, padahal mahasiswa adalah penerus bangsa yang diharapkan kelak dapat memajukan bangsa ini.

Goldfried & Marbaum menyatakan bahwa mahasiswa yang mempunyai *Self Control* yang tinggi akan menggunakan waktu yang sesuai dan mengarah pada perilaku yang lebih utama yaitu belajar atau kuliah sehingga tingkat prokrastinasi akan rendah sedangkan mahasiswa yang mempunyai *Self Control* yang rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya sehingga akan lebih mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan dan diasumsikan banyak menunda-nunda atau prokrastinasi.

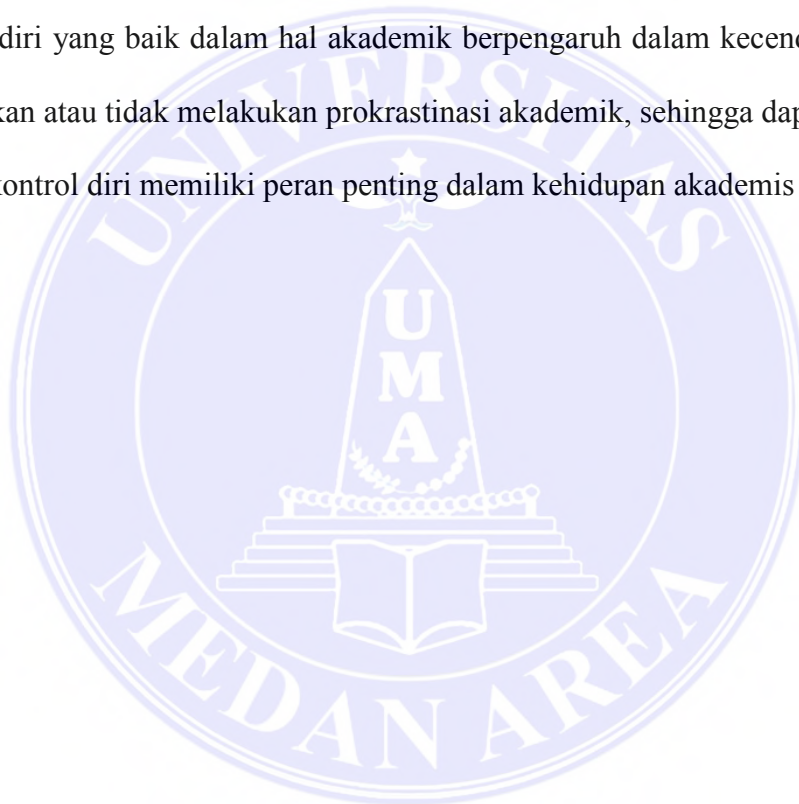
Hasil penelitian menurut Aini (2011), uji korelasi menunjukkan hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik sebesar ( $r_{xy}$ ) sebesar -0,401 hal ini berarti terdapat korelasi negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan arah hubungan antara dua variabel adalah negatif karena nilai  $r$  negatif. Tingkat signifikansi atau probabilitas sebesar  $p= 0,000$  ( $p<0,01$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dengan prokrastinasi, atau dapat dikatakan bahwa peran *self control* terhadap prokrastinasi akademik UMK dalam menyelesaikan skripsi ialah sebesar 16,08%.

Hasil penelitian Fajarwati (2015), hasil analisis dengan menggunakan teknik analisis regresi ganda menunjukkan *self control* dengan prokrastinasi akademik. Bahwa nilai koefisien Regresi sebesar 57, 458 dengan signifikansi atau probabilitas  $p=0,000$ . dengan koefisien determinan sebesar  $R^2$  0,475. dengan demikian dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka ada hubungan antara self control dan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UNY yang sedang

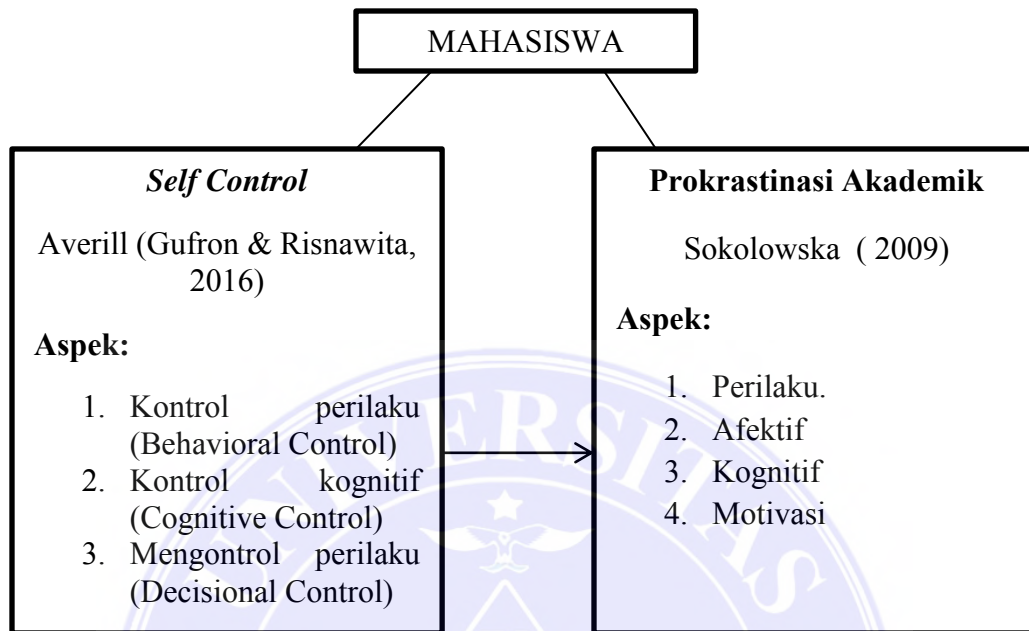
menyusun skripsi. *Self control* memberikan sumbangan sebesar 46,01% dan *self efficacy* sebesar 1,49%.

Surijah (2007), menambahkan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan lebih lama untuk menyelesaikan masa studinya dibandingkan mahasiswa yang tidak melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa memiliki kontrol diri yang baik dalam hal akademik berpengaruh dalam kecenderungan untuk melakukan atau tidak melakukan prokrastinasi akademik, sehingga dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki peran penting dalam kehidupan akademis mahasiswa.



## E. Kerangka Konseptual



## F. Hipotesis

Dari paparan teoritis dan kerangka konseptual di atas maka hipotesis sementara pada penelitian ini dapat dirumuskan bahwa ada hubungan negatif antara *self control* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area. dengan asumsi semakin rendah *self control* mahasiswa nya maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya, begitu juga sebaliknya semakin tinggi *self control* pada mahasiswa nya maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional yang bertujuan untuk mempelajari dan mengetahui sejauh mana satu variabel berkaitan dengan variabel lainnya. Penelitian ingin melihat hubungan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel–variabel yang digunakan dalam penelitian ini, terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan terikat. Diantaranya yaitu:

1. Variabel Bebas : *Self Control* (X)
2. Variabel Terikat : Prokrastinasi Akademik (Y)

#### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Adapun definisi operasional variabel diatas sebagai berikut :

Definisi operasional variabel bertujuan untuk mengarahkan variabel yang digunakan dalam penelitian agar sesuai dengan metode pengukuran yang telah disiapkan. Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel penelitian sebagai berikut:

##### a. *Self Control*

*Self control* adalah kemampuan individu mengendalikan diri dalam menentukan prioritas yang telah dibuat dan mengarahkan perilakunya kearah yang positif dengan memperhatikan konsekuensi jangka panjang terkait bidang akademik.



*Self Control* dapat diketahui dengan menggunakan skala kontrol diri dengan model skala likert yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Averill (Ghufron, 2016). Adapun indikator dari kontrol diri yang diteliti adalah: 1. Kemampuan mengontrol perilaku, 2. Kemampuan mengontrol stimulus, 3. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, 4. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, 5. Kemampuan mengambil keputusan. Semakin tinggi skor total yang diperoleh semakin tinggi pula tingkat *Self Control* nya. Sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan semakin rendah pula tingkat *Self Control* nya.

#### b. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik. Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik stambuk 2013 dapat diketahui menggunakan skala prokrastinasi akademik dengan model skala likert yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Ferrari (1995). Adapun indikator dari prokrastinasi akademik yang diteliti adalah: 1. penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, 2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, 3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, 4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Semakin tinggi skor total yang diperoleh semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademiknya.

## **D. Subjek Penelitian**

### **1. Populasi Penelitian**

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian, populasi dibatasi sebagai jumlah subyek atau individu yang paling sedikit memiliki suatu sifat yang sama (Hadi, 2001).

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sugiyono, (2013). Populasi dalam penelitian ini ada sebanyak 50 Mahasiswa Fakultas Teknik stambuk 2013 Universitas Medan Area.

### **2. Sampel Penelitian**

Subjek pada sampel adalah sebagian dari subjek populasi dengan kata lain sampel adalah bagian dari populasi. Setiap bagian dari populasi merupakan sampel (Saifuddin Azwar, 2007).

Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah keseluruhan populasi atau dinamakan sampel jenuh (*saturation sampling*) atau penelitian populasi. Sampel jenuh merupakan teknik penentuan sampel dimana setiap anggota populasi dipilih menjadi sampel (Sarjono & Julianita 2015). Pada penelitian ini, sampel yang digunakan adalah keseluruhan Mahasiswa Fakultas Teknik stambuk 2013 Universitas Medan Area berjumlah 50 Mahasiswa.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis, dimana skala psikologis ini berbentuk angket yang berpedoman pada skala likert. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Responden hanya tinggal memilih salah satu dari pilihan yang tersedia ( Sugiyono, 2009).

### 1. Skala Prokrastinasi Akademik

Untuk variabel Prokrastinasi Akademik menggunakan skala psikologi yang berpedoman pada skala likert. Skala likert mencakup pertanyaan *Favorable* (pertanyaan yang mendukung) dan *Unfavorable* (pertanyaan yang tidak mendukung). Skala likert memiliki empat alternative jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Pemberian skor pada masing-masing aitem *Favorable* diberi rentang nilai 4-1 sedangkan yang bersifat *Unfavorable* diberi rentangan nilai 1-4.

**TABEL 1.1 Skor Skala Likert**

<b>NO</b>	<b><i>Favorable</i></b>	<b>Skor</b>	<b><i>Unfavorable</i></b>	<b>Skor</b>
1	Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Setuju (SS)	1
2	Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Tidak Setuju (STS)	4

Adapun blue print dari skala prokrastinasi dapat dilihat dari tabel di bawah ini, yaitu:

**TABEL 1.2**  
**Blueprint Skala Prokrastinasi Sebelum Uji Coba**

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1. Perilaku	1. Penundaan mengerjakan tugas	2, 12, 1	7, 17, 6	6
	2. Mengalami kesulitan	11, 5, 15	16, 10, 20	6
	3. Memiliki perilaku penghindaran	23, 27, 29	26, 28, 30	6
2. Afektif	1. Memiliki penekanan pada ketidaknyamanan	3, 13, 21	8, 18, 24	6
	2. Memiliki kecemasan & kekhawatiran	4, 14, 22	9, 9, 25	6
3. Kognitif	1. Mampu membuat keputusan	31, 32	33, 34	4
	2. Mampu memprioritaskan suatu tugas	36	35	2
4. Motivasi	1. Memiliki persepsi pentingnya tugas	39, 40, 38	37, 46, 42	6
	2. Memiliki ketertarikan instrinsik dalam diri individu	44, 41	45, 43	4
	Jumlah			46

## 2. Skala *Self Control*

Untuk Variabel *Self Control* menggunakan skala psikologis yang berpedoman pada skala likert. Skala likert mencakup pertanyaan *Favorable* (pertanyaan yang mendukung) dan *Unfavorable* (pertanyaan yang tidak mendukung). Skala likert memiliki empat alternative jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Pemberian skor pada masing-masing aitem

*Favorable* diberi rentang nilai 4-1 sedangkan yang bersifat *Unfavorable* diberi rentangan nilai 1-4.

**Tabel 2.1 SKOR SKALA LIKERT**

NO	<i>Favorable</i>	Skor	<i>Unfavorable</i>	Skor
1	Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Setuju (SS)	1
2	Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Tidak Setuju (STS)	4

Adapun kisi-kisi atau blue print dari variabel *self control* dapat dilihat dari tabel dibawah ini, yaitu:

**TABEL 2.2**

**Blueprint Skala *Self Control* Sebelum Uji Coba**

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self control</i>	Kontrol Perilaku (Behavior Control)	1.Kemampuan mengontrol perilaku	2, 12, 1, 11, 5, 15	7, 17, 6, 16, 10, 20	12
		2.Kemampuan mengontrol stimulus	23, 27, 29, 3, 13	26, 28, 30, 8, 18	10
	Kontrol Kognitif (Cognitive Control)	1.Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian	21, 4, 14, 22	24, 9, 19, 25	8
		2.Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian	31	33	2



	Kontrol keputusan (Deceisional Control)	1.Kemampuan mengambil keputusan	32	34	2
	Jumlah				34

Sebelum melakukan penelitian maka terlebih dahulu menguji Validitas dan Realibilitas dari masing-masing Variabel Bebas.

#### a. Validitas

Validitas suatu tes berkaitan dengan apa yang diukur oleh tes dan seberapa baik tes mengukurnya (Anastasia & Urbina, 1997) validitas merupakan kesepakatan antara skor atau hasil pengukuran dengan kualitas yang dianggap diukur (Kaplan & Saccuzzo, 1989). Perhitungan validitas ini menggunakan validitas konstruk berkenaan dengan konstruk atau struktur dan karakteristik aspek psikologi yang akan di ukur oleh instrument penelitian. Validitas konstruk digunakan untuk mengetahui kemampuan suatu tes dalam mengukur konstruk psikologis yang ingin diukur (Yulianto, 2005).

Teknik statistik yang digunakan adalah *product moment*, yaitu dengan taraf signifikan 5%, jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  berarti valid, sebaliknya jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  berarti tidak valid. Besarnya korelasi untuk dianggap suatu item valid adalah  $r \geq 0,3$  (Sugiono, 2007). Dengan Validitas tinggi berarti setiap item pada skala tersebut mengukur hal yang sama seperti item lain secara keseluruhan. Uji validitas ini akan menggunakan alat bantu uji statistik SPSS versi 21.0. Dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{(\sum X^2) - \frac{(\sum X)^2}{N}\right\} \left\{(\sum Y^2) - \frac{(\sum Y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap butir) dengan variabel Y (total skor subjek dari keseluruhan butir).

$\sum XY$  = jumlah hasil perkalian antara Variabel X dan Y

$\sum X$  = Jumlah skor keseluruhan subjek setiap butir

$\sum Y$  = Jumlah skor keseluruhan item pada subjek

$\sum X^2$  = Jumlah kwardat X

$\sum Y^2$  = Jumlah kwardat skor Y

N = Jumlah subjek

### b. Realibilitas

Selain valid, alat ukur yang digunakan juga harus reliable. Realibilitas adalah konsistensi skor yang diperoleh seseorang yang sama ketika dilakukan pengukuran kembali pada saat berbeda dengan tes yang sama atau dengan tes yang berbeda dengan tes yang berbeda umum item-itemnya ekuivalen atau variabel – variabel lain diperiksa (Yulianto, 2005). Konsep realibilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran terhadap kelompok subyek yang sama diperoleh hasil yang yang relatif sama, apabila aspek yang diukur dalam diri subyek memang tidak berubah. Perhitungan realibilitas dilakukan dengan menggunakan rumus Cronbach's Alpha sebagai berikut:

$$a = \left( \frac{K}{K-1} \right) \left( \frac{Sr^2 - \sum Si^2}{Sx^2} \right)$$

Keterangan :

a = koefisien realibilitas Alpha Cronbach

K = Jumlah item pertanyaan yang di uji

$\sum Si^2$  = Varians skor belahan 1 dan varians skor belahan 2

$Sx^2$  = Varians skor-skor tes (seluruh item K)

## F. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Alasan digunkannya teknik korelasi ini disebabkan karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (*Self Control*) dengan satu variabel terikat (Prokrastinasi Akademik). Formula dari teknik *product moment* yang dimaksud adalah sebagai berikut (Arikunto, 1998).

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X) \cdot (\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \left( \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \right) \left( \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right) \right\}}}$$

Keterangan :

- $r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y)  
 $\sum XY$  = jumlah hasil perkalian antara variabel X dan Y.  
 $\sum X$  = Jumlah skor variabel bebas X  
 $\sum Y$  = jumlah skor Variabel bebas Y  
 $\sum X^2$  = jumlah kwadrat skor X  
 $\sum Y^2$  = Jumlah kwadrat skor Y  
N = jumlah subjek

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *Product Moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

1. Uji normalitas yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji linearitas yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan simpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan kesimpulan dari penelitian ini dan pada bagian berikutnya akan dikemukakan saran-saran yang mungkin dapat digunakan bagi para pihak yang terkait.

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pembahasan maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik dilihat dari  $p = 0,004 < 0,050$  dan nilai kolerasional  $r = - 0,339$ .
2. Kemudian berdasarkan perbandingan kedua nilai rata-rata (Mean Hipotetik dan Mean Empirik), maka dapat dinyatakan bahwa *self control* berada pada kategori tinggi, sebab mean hipotetiknya (70) lebih kecil dari pada empirik (83, 24) dimana selisihnya melebihi nilai SD (8,589) dan prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang, sebab mean hipotetiknya (60) lebih besar dari mean empirik ( 57, 82) dimana selisihnya lebih dari nilai SD (5, 861).
3. Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel *self control* dengan variabel prokrastinasi akademik adalah 0, 159 ini menunjukkan bahwa *self control* dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar

15,9 % yang artinya masih ada 84,1 % faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik, antara lain *self consciousness*, *self esteem*, *self efficacy* dan kecemasan sosial.

## B. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan diatas, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

### 1. Untuk Mahasiswa

Untuk mahasiswa disarankan agar dapat mengontrol dirinya menjadi lebih baik lagi, terutama untuk mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi agar dapat mengontrol perilaku serta dapat membagi waktu dengan baik, sehingga tingkat perilaku prokrastinasi akademiknya tidak tinggi

### 2. Kepada Penelitian Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai Prokrastinasi Akademik sebaiknya mengaitkannya dengan variabel lain, sebab masih ada 84,1% faktor lain dan kelemahan dalam penelitian ini yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik. Seperti *self consciousness*, *self esteem*, *self efficacy*, kecemasan sosial.

### 3. Saran Kepada Fakultas

Melihat dari hasil penelitian, maka diharapkan bagi Fakultas dapat lebih mengevaluasi aturan-aturan yang ada didalam fakultas dengan menerapkan kebijakan kepada mahasiswa yang sudah mengambil mata kuliah seminar, untuk tidak terlalu lama menunda atau melakukan bimbingan skripsi dengan



dosennya masing-masing lebih dari 3 bulan, apabila masih dilanggar maka pihak fakultas berhak memberikan sanksi.



### Self Control

Respon de n	Aitem																												T ot al	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
1	2	2	4	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	72	
2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	69	
3	1	2	2	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	4	2	4	3	4	2	1	1	3	79	
4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	68	
5	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
6	4	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	96	
7	2	3	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	62	
8	4	1	3	3	3	2	4	2	1	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	1	4	3	4	4	89	
9	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	93	
10	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	85	
11	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	68	
12	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	88	
13	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	77	
14	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	3	82	
15	2	3	2	3	1	2	2	2	1	1	4	2	1	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	62	
16	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	83	
17	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	68	
18	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	96
19	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	1	4	4	2	2	3	4	2	4	3	3	2	3	75	
20	2	2	2	3	2	1	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	59	
21	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	77	
22	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	88	
23	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	76	
24	3	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	1	3	4	3	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	72	
25	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	3	4	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	3	68	
26	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	66	
27	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	66	
28	1	2	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	66	
29	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2	2	4	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	62	
30	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	67	
31	3	4	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	76	
32	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	2	4	3	3	88	
33	2	2	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	73	
34	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	77	
35	3	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	77	
36	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	95	
37	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	71	
38	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	1	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	88	
39	2	3	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	61	
40	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	4	4	2	3	2	82	
41	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	3	1	3	3	1	2	69	
42	2	3	1	2	2	2	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	66	
43	3	3	4	4	1	2	2	3	2	4	4	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	76	
44	3	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	65	
45	3	3	3	4	2	1	3	1	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	1	3	3	69	
46	2	3	2	3	1	2	2	2	1	1	4	1	1	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	61	

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber  
 2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, dan Penulisan Karya Ilmiah  
 3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UMA

<b>47</b>	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	70
<b>48</b>	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	1	4	4	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	69
<b>49</b>	1	2	2	3	2	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	57
<b>50</b>	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	66



Prokrastinasi Akademik

Responde n	Aitem																									Tota l
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	1	1	3	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3	2	48	
2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	2	63	
3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	2	1	3	1	1	3	3	2	2	4	3	1	64	
4	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	54	
5	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	65	
6	3	2	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	2	3	2	3	4	2	4	2	2	4	2	4	73	
7	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	62	
8	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	1	65	
9	2	3	3	4	1	1	2	3	3	3	4	2	2	1	2	3	3	3	3	1	2	3	2	2	58	
10	1	2	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	2	4	3	3	71	
11	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	56	
12	2	3	3	3	2	2	1	1	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	59	
13	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	60	
14	2	3	4	3	1	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	2	69	
15	1	1	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	51	
16	1	3	2	2	1	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	57	
17	1	4	4	2	1	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	3	1	2	49	
18	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	52	
19	2	2	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	56	
20	1	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	1	60	
21	3	2	3	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	1	3	1	52	
22	1	2	2	3	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	47	
23	1	2	3	3	1	2	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	48	
24	1	2	2	2	1	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	51	
25	1	1	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	45	
26	2	2	3	3	2	1	2	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	53	
27	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	53	
28	3	4	3	3	2	3	2	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	2	2	2	3	2	70	
29	1	2	2	3	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	53	
30	2	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	57	
31	1	3	3	3	3	1	2	4	4	3	3	2	4	2	4	4	1	2	2	3	2	2	2	3	63	
32	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	64	
33	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	60	
34	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	1	3	1	4	4	4	61	
35	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	4	3	3	2	2	2	57	
36	1	2	2	3	1	2	4	3	3	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	63	
37	1	3	3	3	2	3	1	1	3	4	3	2	1	4	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	56	
38	1	2	3	2	2	2	1	3	4	4	3	4	3	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	57	
39	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	4	3	55	
40	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	3	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	3	3	4	63	
41	3	1	3	2	3	2	3	4	2	2	3	2	2	3	4	3	1	3	1	3	3	3	2	3	61	
42	2	4	2	3	1	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	66	
43	2	2	3	2	1	3	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	1	56	
44	1	3	4	3	1	3	1	1	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	58	
45	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3	60		

<b>46</b>	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	1	2	2	2	52
<b>47</b>	3	3	3	2	3	1	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	62
<b>48</b>	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	4	3	63
<b>49</b>	1	2	3	4	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	57
<b>50</b>	2	4	2	4	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	70





Responden	Self Control																																						
	Aitem Pernyataan																																						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34					
1	2	2	4	3	1	3	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3			
2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3		
3	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	4	3	1	3	4	4	3	3	4	2	2	4	2	4	3	4	2	1	2	1	2	1	3			
4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3		
5	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
6	4	4	3	3	2	4	4	4	2	1	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4		
7	2	3	1	2	1	3	3	4	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3		
8	4	1	3	3	3	2	4	2	4	1	2	1	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	3	4	4			
9	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4			
10	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4		
11	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3		
12	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	
13	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
14	3	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
15	2	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	1	1	4	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3
16	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	
17	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	
18	3	3	4	4	4	3	3	3	2	1	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4		
19	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	1	4	2	4	2	2	3	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3		
20	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	
21	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3		
22	3	2	2	4	2	2	3	1	3	1	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3		
23	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
24	3	2	4	4	2	2	2	4	2	1	2	2	3	3	3	2	1	3	1	3	4	4	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	
25	2	2	4	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	4	4	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	
26	2	2	3	4	2	2	2	4	2	1	2	2	3	3	3	3	1	3	2	2	3	4	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	
27	2	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
28	1	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	1	3	3	3	2	1	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

17/10/19

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, dan Penulisan Karya Ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UMA



24	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	4	2	3	1	2	2	1	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
25	1	2	3	2	3	2	1	1	2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	
26	1	2	4	2	3	2	2	1	2	3	3	2	4	3	3	2	1	2	2	2	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	
27	2	2	4	3	3	2	2	1	2	3	2	2	4	3	3	2	2	1	2	3	4	3	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	3	2	3	2	2	2	2
28	2	2	3	2	4	2	3	2	1	4	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	
29	1	2	4	2	3	2	1	1	2	3	2	2	4	2	3	2	2	1	2	3	4	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	
30	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	



## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifudin, 2017. *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian :suatu pendekatan praktik*. (edisi revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Basco. M. R (2010). *Never Say Later: cara ampuh membunuh kebiasaan menunda-nunda*. Bandung: Kaifa PT Mijan Pustaka
- Boice, R.(1996). *Procrastination and blocking: A Novel, practical Approach*. westport: Praegar Publishers.
- Burka, J.B., & Yuen, L.M. 1983. *Procrastination: Why you do it. What to do about it*.New York: Perseus Books
- Catrunada, L. (2008). *Skripsi: perbedaan kecenderungan prokrastinasi berdasarkan tipe kepribadian Introvert dan Ekstrovert*. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Ferrari, J.R., Jhonson, J.L., & McCown, W.G. 1995. *Procrastination And Task Avoidance : Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press.
- Fibrianti, D. (2009). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. (Skripsi tidak diterbitkan).
- Green, L. 1982. *Minority Students, Self Control Of Procrastination*. Journal of Counseling Psychology, 29. 636-646.
- Ghufron M. Nur & Risnawita Rini. 2016. *Teori –Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Ghufron, M. (2003). *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua terhadap prokrastinasi akademik*. (Tesis tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Hadi, Sutrisno. (2001). *Metodologi Research*.Yogyakarta: Andi Offset.
- Janssen, T., & Carton, J.S. (1999). *The effects of locus of control and task difficulty on Procrastination*. The Journal pf Genetic Psychology, 160 (4), 436-42

- Muharsih, L. (2008). *Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku konsumtif pada remaja di Jakarta Pusat*. (Skripsi tidak diterbitkan). Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Monks, F.J. (2006). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Steel, P. (2007). *The nature of procrastination: A meta analytic and theoretical review of quintessential self regulatory failure*. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Steel, P. (2010). *Arousal, avoidant and decisional procrastinator: Do They exist?* *Personality and individual differences*, 48, 926-934.
- Sugiyono, (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono, S. (2006). *Psikologi remaja*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Solomon, L.J. & Rothblum, E.D. (1984). *Academic procrastination: frequency and Cognitive-Behavioral Correlates*. *Journal of counseling Psychology*. Vol.31.
- Sokolowska, J. (2009). Behavioral, Cognitive, affective, and motivational dimensions Of academic procrastination among community college students: AQ methodology approach. *Disertation: AA, LaGuardia Community College, City University of New York*.
- Tangney, J.P. , Baumeister, R. F. , & Boone, A. L. (2004). *High Self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success*. *Journal of personality*, 72(2), 271-322.
- Tim Dosen. (2015). *Pedoman Penyusunan Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. Untuk Kalangan Sendiri
- Tuckman, B.W. (2002). *The development and concurrent validity of the procrastination scale*. *Educational and Psychological Measurement*, 51, 2000, 473-480.







**LAMPIRAN A**  
**ALAT UKUR PENELITIAN UJI COBA**

- 1. Uji Coba Skala *Self Control***
- 2. Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik**

### A. IDENTITAS RESPONDEN

Mohon isi data anda terlebih dahulu

Nama :  
Fakultas & angkatan :  
Sedang ambil skripsi : Ya / Tidak

### B. PETUNJUK PENGISIAN

Jawablah setiap butir pernyataan dibawah ini dengan memberikan pilihan terhadap satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan cara memberikan tanda (√) pada kolom jawaban yang anda pilih.

Keterangan :

SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

### SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

PERNYATAAN		Alternatif jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mengerjakan skripsi dengan tepat waktu				
2.	Saya rajin bimbingan dengan dosen pembimbing saya				
3.	Saya ingin bimbingan skripsi tanpa dipaksa				
4.	Saya optimis skripsi saya akan selesai tepat waktu				
5.	Saya merasa mudah saat berdiskusi dengan teman-teman saya				
6.	Saya suka menunda mengerjakan skripsi				
7.	Saya malas bimbingan dengan dosen yang susah ditemui				
8.	Ketika saya dipaksa bimbingan skripsi setiap hari saya akan malas				
9.	Saya takut skripsi saya tidak akan selesai tepat waktu				
10.	Saya merasa sulit berdiskusi dengan teman-teman saya				
11.	Saya mudah bimbingan dengan dosen pembimbing				
12.	Saya senang mengerjakan skripsi saat berkumpul dengan teman-teman				
13.	Saya senang jika pembimbing saya berkata dengan lemah lembut				
14.	Saya yakin dosen pembimbing saya mau membimbing saya				

15.	Dalam mengerjakan skripsi saya mudah memahami teori				
16.	Saya sulit bimbingan dengan dosen yang tidak kooperatif				
17.	Saya kurang suka mengerjakan skripsi jika ada teman-teman saya				
18.	Saya kurang nyaman ketika pembimbing saya tidak ramah				
19.	Saya takut dosen pembimbing tidak mau dijumpai				
20.	Saya merasa sulit dalam memahami teori				
21.	Saya senang jika bimbingan skripsi di kampus				
22.	Saya percaya diri dengan apa yang saya kerjakan				
23.	Ketika bimbingan saya selalu mengejar dosen pembimbing saya				
24.	Saya kurang nyaman jika bimbingan di luar kampus				
25.	Saya tidak percaya diri dengan apa yang saya kerjakan				
26.	Saya malas bertemu dengan dosen untuk pembimbingan				
27.	Saya akan datang saat jadwal bimbingan				
28.	Saya sering absen saat bimbingan				
29.	Saya lebih memilih mengerjakan skripsi dari pada menonton film				
30.	Mengerjakan skripsi masih bisa ditunda, lebih baik saya menonton film yang sudah saya tunggu				
31.	Saya lebih senang mendahulukan skripsi, dibandingkan bermain dengan teman				
32.	Saya tetap mengerjakan skripsi tepat waktu walaupun kekurangan referensi				
33.	Bermain game dahulu, mengerjakan skripsi kemudian				
34.	Saya menunggu semua referensi baru mengerjakan skripsi				
35.	Saya selalu mengecek HP ketika mengerjakan skripsi				
36.	Saya menonaktifkan HP ketika mengerjakan skripsi				
37.	Saya kurang yakin dengan teori yang ada dalam skripsi saya				
38.	Saya mampu bimbingan skripsi dengan waktu yang sudah ditentukan				
39.	Teori yang saya pakai, sangat cocok dalam skripsi saya				
40.	Saya merasa lebih cepat mengerjakan skripsi dibanding teman saya				
41.	Ketika melakukan perbaikan saya banyak membaca buku referensi				

42.	Saya suka menunda untuk bimbingan				
43.	Saya kurang suka membaca buku untuk memperoleh referensi				
44.	Saya akan segera melakukan perbaikan skripsi setelah bimbingan				
45.	Saya menunda mengerjakan perbaikan skripsi setelah bimbingan				
46.	Saya lambat mengerjakan skripsi dibandingkan teman saya				





## A. IDENTITAS RESPONDEN

Mohon isi data anda terlebih dahulu

Nama :  
Fakultas & angkatan :  
Sedang ambil skripsi : Ya / Tidak

## B. PETUNJUK PENGISIAN

Jawablah setiap butir pernyataan dibawah ini dengan memberikan pilihan terhadap satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan cara memberikan tanda (√) pada kolom jawaban yang anda pilih.

Keterangan :

SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

### SKALA SELF CONTROL

		SS	S	TS	STS
1.	Saya akan mengerjakan suatu tugas dengan segera				
2.	Saya memilih mengerjakan skripsi saat teman mengajak hang out				
3.	Saya berusaha tetap fokus sekalipun dalam keadaan marah				
4.	Saya akan melakukan bimbingan jika sulit mendapatkan referensi				
5.	Saya mampu mengerjakan skripsi dimana saja				
6.	Saya suka menunda pekerjaan yang akan saya lakukan				
7.	Saya akan mengikuti teman yang mengajak pergi dari pada mengerjakan skripsi				
8.	Ketika saya marah, tidak dapat mengontrol perilaku saya				
9.	Saya akan menunggu mengumpulkan bahan referensi untuk perbaikan				
10.	Saya dapat mengerjakan tugas, saat perasaan saya sedang baik				
11.	Saya mengisi waktu luang dengan membaca buku				
12.	Saya mampu mengerjakan skripsi meskipun saat saya sedang sakit				
13.	Walaupun banyak yang salah saya tetap semangat mengerjakan revisi				
14.	Saya akan mengerjakan hal-hal yang penting				

15.	Saya berusaha tepat waktu untuk bertemu dosen pembimbing				
16.	Waktu luang saya selalu digunakan untuk bermain media sosial				
17.	Saya malas mengerjakan skripsi saat sedang sakit				
18.	Saya menjadi malas karena selalu salah walaupun sudah revisi				
19.	Karena banyak kerjaan, saya tidak tahu mana yang harus saya kerjakan terlebih dahulu				
20.	Saya suka terlambat saat akan bimbingan				
21.	Saya mempunyai alternatif lain apabila rencana pertama gagal				
22.	Saya akan memikirkan secara matang sebelum mengerjakan skripsi				
23.	Kapan saja bisa bermain, saya lebih senang mengerjakan skripsi				
24.	Ketika rencana saya gagal, saya tidak dapat mencari jalan keluar				
25.	Saya akan menunda dulu dari pada bekerja terburu-buru dan bisa salah				
26.	Saya lebih senang bermain dari pada mengerjakan skripsi				
27.	Walaupun sering tidak sependapat dengan dosen tapi saya akan tetap bimbingan				
28.	Saya jadi malas bimbingan dengan dosen, karena sering tidak sependapat				
29.	Saya melewatkan film favorite untuk fokus mengerjakan perbaikan skripsi				
30.	Saya akan meninggalkan skripsi untuk menonton film favorite				
31.	Sebelum saya bimbingan saya belajar terlebih dahulu				
32.	Saya akan tetap bimbingan sekalipun saya harus simpati dengan dosen pembimbingnya				
33.	Saya tidak melakukan persiapan ketika akan bimbingan				
34.	Saya jarang bimbingan karena tidak menyukai dosennya				



**LAMPIRAN B**  
**DISTRIBUSI SKOR UJI COBA SKALA *SELF***  
***CONTROL* DAN PROKRASTINASI AKADEMIK**



**LAMPIRAN C**  
**HASIL UJI COBA VALIDITAS DAN**  
**RELIABILITAS ITEM SKALA *SELF CONTROL***  
**DAN PROKRASTINASI AKADEMIK**

RELIABILITY

```

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006
VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013
VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027
VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034
    
```

```

/SCALE('Self Control') ALL
    
```

```

/MODEL=ALPHA
    
```

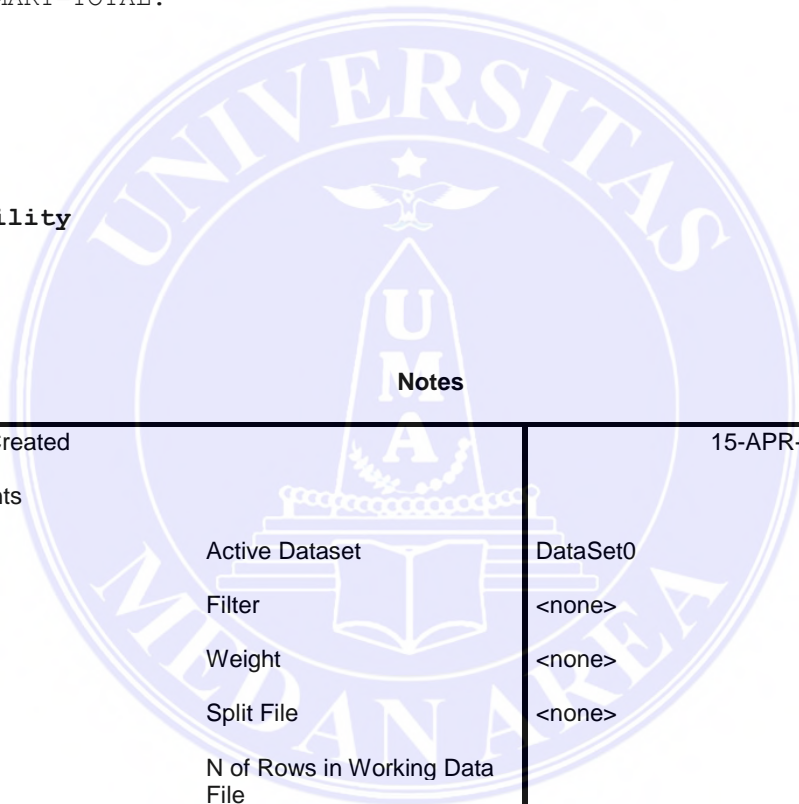
```

/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
    
```

```

/SUMMARY=TOTAL.
    
```

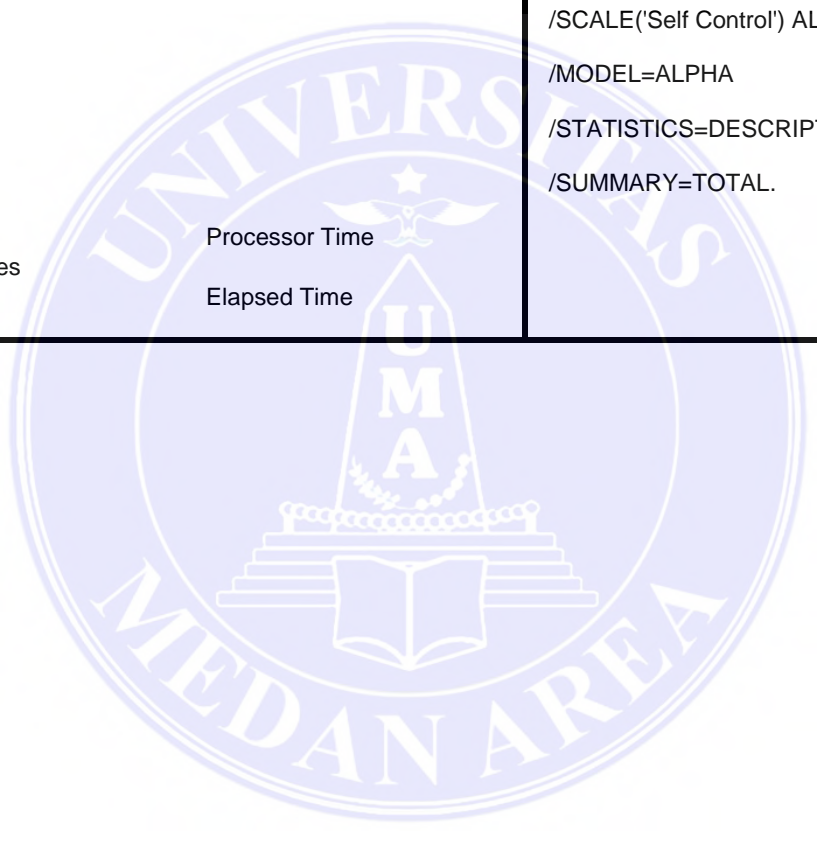
**Reliability**



Output Created	15-APR-2019 00:21:07	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	30
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.



<p>Syntax</p>	<p>RELIABILITY</p> <pre> /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034  /SCALE('Self Control') ALL  /MODEL=ALPHA  /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE  /SUMMARY=TOTAL. </pre>
<p>Resources</p>	<p>Processor Time 00:00:00,02</p> <p>Elapsed Time 00:00:00,02</p>



[DataSet0]

**Scale: Self Control**

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

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

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,904	34

#### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,50	,731	30
VAR00002	2,37	,669	30
VAR00003	2,90	,759	30
VAR00004	3,03	,615	30
VAR00005	2,33	,758	30
VAR00006	2,50	,630	30
VAR00007	2,60	,724	30

VAR00008	3,00	,743	30
VAR00009	2,23	,568	30
VAR00010	1,67	,606	30
VAR00011	2,47	,571	30
VAR00012	2,13	,681	30
VAR00013	2,83	,592	30
VAR00014	3,17	,531	30
VAR00015	3,07	,640	30
VAR00016	2,47	,681	30
VAR00017	2,17	,913	30
VAR00018	2,63	,809	30
VAR00019	2,40	,855	30
VAR00020	2,77	,728	30
VAR00021	3,13	,629	30
VAR00022	3,10	,662	30
VAR00023	2,57	,679	30
VAR00024	2,83	,592	30
VAR00025	1,97	,809	30
VAR00026	2,73	,691	30
VAR00027	3,23	,430	30
VAR00028	3,03	,556	30
VAR00029	2,60	,814	30
VAR00030	2,77	,626	30
VAR00031	2,70	,702	30
VAR00032	2,80	,484	30
VAR00033	2,70	,651	30
VAR00034	3,10	,548	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	88,00	116,483	,581	,899
VAR00002	88,13	121,775	,269	,904
VAR00003	87,60	120,041	,335	,903
VAR00004	87,47	121,844	,292	,903
VAR00005	88,17	116,351	,566	,899
VAR00006	88,00	117,379	,617	,899
VAR00007	87,90	115,541	,650	,898
VAR00008	87,50	125,500	,008	,908
VAR00009	88,27	123,306	,203	,904
VAR00010	88,83	124,213	,119	,906
VAR00011	88,03	120,654	,415	,902
VAR00012	88,37	118,102	,515	,900
VAR00013	87,67	120,023	,448	,901
VAR00014	87,33	118,989	,598	,899
VAR00015	87,43	116,737	,654	,898
VAR00016	88,03	123,895	,121	,906
VAR00017	88,33	110,851	,755	,895
VAR00018	87,87	117,154	,479	,901
VAR00019	88,10	115,886	,520	,900
VAR00020	87,73	116,616	,575	,899
VAR00021	87,37	121,137	,336	,903
VAR00022	87,40	123,903	,125	,906
VAR00023	87,93	115,582	,695	,897
VAR00024	87,67	120,713	,394	,902
VAR00025	88,53	118,740	,386	,902
VAR00026	87,77	114,668	,746	,896
VAR00027	87,27	121,789	,444	,902

VAR00028	87,47	119,430	,531	,900
VAR00029	87,90	119,955	,313	,904
VAR00030	87,73	117,789	,589	,899
VAR00031	87,80	117,959	,507	,900
VAR00032	87,70	124,424	,142	,905
VAR00033	87,80	119,338	,452	,901
VAR00034	87,40	116,800	,768	,897

#### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
90,50	126,190	11,233	34



NEW FILE.

DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.

RELIABILITY

```
/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006  
VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013  
VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020  
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027  
VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034  
VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038 VAR00039 VAR00040 VAR00041  
VAR00042 VAR00043 VAR00044 VAR00045 VAR00046
```

```
/SCALE('Prokrastinasi Akademik') ALL
```

```
/MODEL=ALPHA
```

```
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
```

```
/SUMMARY=TOTAL.
```

**Reliability**

**Notes**

Output Created		15-APR-2019 00:21:54
Comments		
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
Input	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	30
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.

	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax		RELIABILITY  /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034 VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038 VAR00039 VAR00040 VAR00041 VAR00042 VAR00043 VAR00044 VAR00045 VAR00046  /SCALE('Prokrastinasi Akademik') ALL  /MODEL=ALPHA  /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE  /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

[DataSet1]

**Scale: Prokrastinasi Akademik**

**Case Processing Summary**

		N	%
	Valid	30	100,0
Cases	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

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

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,657	46

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	1,63	,490	30
VAR00002	2,43	,679	30
VAR00003	3,43	,679	30
VAR00004	2,50	,682	30
VAR00005	2,87	,629	30
VAR00006	2,10	,662	30
VAR00007	1,87	,819	30
VAR00008	1,90	,923	30
VAR00009	1,97	,615	30
VAR00010	2,87	,681	30
VAR00011	2,83	,699	30
VAR00012	2,37	,765	30
VAR00013	3,57	,504	30
VAR00014	2,80	,551	30
VAR00015	2,77	,568	30
VAR00016	1,77	,679	30
VAR00017	2,10	,712	30
VAR00018	1,63	,556	30
VAR00019	2,00	,871	30
VAR00020	2,83	,531	30

VAR00021	3,23	,626	30
VAR00022	3,03	,615	30
VAR00023	2,23	,626	30
VAR00024	2,07	,785	30
VAR00025	3,03	,556	30
VAR00026	2,73	,640	30
VAR00027	3,10	,607	30
VAR00028	2,67	,606	30
VAR00029	2,83	3,649	30
VAR00030	2,47	,776	30
VAR00031	2,50	,682	30
VAR00032	2,43	,679	30
VAR00033	2,47	,730	30
VAR00034	2,77	3,683	30
VAR00035	1,97	,615	30
VAR00036	2,07	,450	30
VAR00037	2,87	,571	30
VAR00038	2,17	,747	30
VAR00039	2,87	,681	30
VAR00040	1,87	,507	30
VAR00041	2,57	,679	30
VAR00042	2,63	,765	30
VAR00043	2,47	,681	30
VAR00044	2,47	,730	30
VAR00045	2,00	,643	30
VAR00046	1,83	,379	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	111,93	126,892	,152	,653
VAR00002	111,13	126,671	,110	,655
VAR00003	110,13	130,189	-,119	,665
VAR00004	111,07	128,547	-,013	,660
VAR00005	110,70	126,838	,111	,655
VAR00006	111,47	126,740	,109	,655
VAR00007	111,70	118,769	,524	,632
VAR00008	111,67	124,161	,184	,650
VAR00009	111,60	129,628	-,086	,662
VAR00010	110,70	126,493	,121	,654
VAR00011	110,73	127,651	,042	,658
VAR00012	111,20	121,338	,408	,639
VAR00013	110,00	128,276	,024	,658
VAR00014	110,77	124,875	,295	,648
VAR00015	110,80	125,200	,258	,649
VAR00016	111,80	122,510	,388	,642
VAR00017	111,47	121,775	,415	,640
VAR00018	111,93	127,444	,084	,656
VAR00019	111,57	121,771	,326	,642
VAR00020	110,73	127,099	,119	,654
VAR00021	110,33	129,195	-,055	,661
VAR00022	110,53	126,740	,122	,654
VAR00023	111,33	125,678	,195	,651
VAR00024	111,50	124,052	,237	,648
VAR00025	110,53	123,016	,444	,642
VAR00026	110,83	122,282	,432	,641
VAR00027	110,47	121,016	,555	,637
VAR00028	110,90	122,645	,431	,642



VAR00029	110,73	93,651	,309	,665
VAR00030	111,10	120,162	,473	,636
VAR00031	111,07	121,582	,449	,639
VAR00032	111,13	123,844	,298	,646
VAR00033	111,10	121,059	,449	,638
VAR00034	110,80	120,028	-,059	,746
VAR00035	111,60	126,524	,138	,653
VAR00036	111,50	124,534	,405	,646
VAR00037	110,70	125,597	,225	,650
VAR00038	111,40	122,317	,359	,642
VAR00039	110,70	129,734	-,090	,663
VAR00040	111,70	124,562	,352	,647
VAR00041	111,00	129,793	-,094	,663
VAR00042	110,93	120,478	,461	,637
VAR00043	111,10	124,438	,257	,648
VAR00044	111,10	125,334	,180	,651
VAR00045	111,57	124,668	,259	,648
VAR00046	111,73	127,720	,110	,655

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
113,57	128,806	11,349	46



### C. IDENTITAS RESPONDEN

Mohon isi data anda terlebih dahulu

Nama :  
Fakultas & angkatan :  
Sedang ambil skripsi : Ya/ Tidak

### D. PETUNJUK PENGISIAN

Jawablah setiap butir pernyataan dibawah ini dengan memberikan pilihan terhadap satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan cara memberikan tanda (√) pada kolom jawaban yang anda pilih.

Keterangan :

SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

### SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

PERNYATAAN		Alternatif jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya malas bimbingan dengan dosen yang susah ditemui				
2.	Saya senang mengerjakan skripsi saat berkumpul dengan teman-teman				
3.	Pembimbing saya pasti bersedia meluangkan waktu untuk pembimbingan				
4.	Saya mudah memahmi teori dalam mengerjakan skripsi				
5.	Saya sulit bimbingan dengan dosen yang tidak kooperatif				
6.	Saya kurang suka mengerjakan skripsi jika ada teman-teman saya				
7.	Saya takut dosen pembimbing tidak mau dijumpai				
8.	Saya merasa tidak nyaman saat bimbingan di luar kampus				
9.	Saya tidak percaya diri dengan apa yang saya kerjakan				
10.	Saya malas bertemu dengan dosen untuk pembimbingan				
11.	Saya akan datang saat jadwal bimbingan				
12.	Saya sering absen saat bimbingan				
13.	Saya lebih memilih mengerjakan skripsi dari pada menonton film				

14	Mengerjakan skripsi masih bisa ditunda, lebih baik saya menonton film yang sudah saya tunggu				
15	Saya lebih senang mendahulukan skripsi, dibandingkan bermain dengan teman				
16	Walaupun kekurangan referensi saya tetap berusaha untuk menyelesaikan skripsi				
17	Bermain game dahulu, mengerjakan skripsi kemudian				
18	Saya menonaktifkan HP ketika mengerjakan skripsi				
19	Saya ragu dengan teori yang saya pakai dalam skripsi saya				
20	Saya mampu bimbingan skripsi dengan waktu yang sudah ditentukan				
21	Saya merasa lebih cepat mengerjakan skripsi dibanding teman saya				
22	Saya suka menunda untuk bimbingan				
23	Saya malas mencari referensi untuk menyelesaikan skripsi				
24	Setelah bimbingan saya tidak langsung memperbaiki kesalahan pada skripsi saya				

### A. IDENTITAS RESPONDEN

Mohon isi data anda terlebih dahulu

Nama :  
Fakultas & angkatan :  
Sedang ambil skripsi :Ya/Tidak

### B. PETUNJUK PENGISIAN

Jawablah setiap butir pernyataan dibawah ini dengan memberikan pilihan terhadap satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan cara memberikan tanda (√) pada kolom jawaban yang anda pilih.

**Keterangan :**

SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

### SKALA SELF CONTROL

PERNYATAAN		Alternatif jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya akan mengerjakan suatu tugas dengan segera				
2.	Saya memilih mengerjakan skripsi saat teman mengajak hang out				
3.	Saya berusaha tetap fokus sekalipun dalam keadaan marah				
4.	Saya akan melakukan bimbingan jika sulit mendapatkan referensi				
5.	Saya mampu mengerjakan skripsi dimana saja				
6.	Saya suka menunda pekerjaan yang akan saya lakukan				
7.	Saya akan mengikuti teman yang mengajak pergi dari pada mengerjakan skripsi				
8.	Saya mengisi waktu luang dengan membaca buku				
9.	Saya mampu mengerjakan skripsi meskipun saat saya sedang sakit				
10.	Walaupun banyak yang salah saya tetap semangat mengerjakan revisi				
11.	Saya akan mengerjakan hal-hal yang penting				
12.	Saya berusaha tepat waktu untuk bertemu dosen pembimbing				
13.	Saya malas mengerjakan skripsi saat sedang sakit				



14.	Saya menjadi malas karena selalu salah walaupun sudah revisi				
15.	Karena banyak kerjaan, saya tidak tahu mana yang harus saya kerjakan terlebih dahulu				
16.	Saya suka terlambat saat akan bimbingan				
17.	Saya mempunyai alternatif lain apabila rencana pertama gagal				
18.	Kapan saja bisa bermain, saya lebih senang mengerjakan skripsi				
19.	Ketika rencana saya gagal, saya tidak dapat mencari jalan keluar				
20.	Saya akan menunda dulu dari pada bekerja terburu-buru dan bisa salah				
21.	Saya lebih senang bermain dari pada mengerjakan skripsi				
22.	Walaupun sering tidak sependapat dengan dosen tapi saya akan tetap bimbingan				
23.	Saya jadi malas bimbingan dengan dosen, karena sering tidak sependapat				
24.	Saya melewatkan film favorite untuk fokus mengerjakan perbaikan skripsi				
25.	Saya akan meninggalkan skripsi untuk menonton film favorite				
26.	Sebelum saya bimbingan saya belajar terlebih dahulu				
27.	Saya tidak melakukan persiapan ketika akan bimbingan				
28.	Saya jarang bimbingan karena tidak menyukai dosennya				



**LAMPIRAN E**  
**HASIL ANALISIS REGRESI ANTARA *SELF***  
***CONTROL* DENGAN PROKRASTINASI**  
**AKADEMIK**

NPAR TESTS

/K-S (NORMAL)=x y

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

## NPar Tests

Notes		
Output Created		06-MAY-2019 15:16:52
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax		NPAR TESTS
		/K-S(NORMAL)=x y
		/STATISTICS DESCRIPTIVES
		/MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02
	Number of Cases Allowed <sup>a</sup>	157286

a. Based on availability of workspace memory.



[DataSet1]

### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self Control	50	83,24	8,589	66	96
Prokrastinasi Akademik	50	57,82	5,861	45	70

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Self Control	Prokrastinasi Akademik
N	50	50
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	83,24
	Std. Deviation	57,82
	Absolute	8,589
Most Extreme Differences	Positive	5,861
	Negative	,130
Kolmogorov-Smirnov Z	,071	,060
Asymp. Sig. (2-tailed)	-,130	-,092
	,921	,648
	,364	,796

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.



```

MEANS TABLES=y BY x

/CELLS MEAN COUNT STDDEV

/STATISTICS ANOVA LINEARITY.

```

## Means

Notes	
Output Created	06-MAY-2019 15:17:35
Comments	
Input	Active Dataset DataSet1
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 50
Missing Value Handling	Definition of Missing For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax	MEANS TABLES=y BY x  /CELLS MEAN COUNT STDDEV  /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time 00:00:00,02
	Elapsed Time 00:00:00,02

[DataSet1]

### Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Prokrastinasi Akademik * Self Control	50	100,0%	0	0,0%	50	100,0%

### Report

#### Prokrastinasi Akademik

Self Control	Mean	N	Std. Deviation
66	58,00	2	11,314
68	55,00	2	1,414
69	63,00	2	4,243
72	65,50	2	3,536
76	59,50	2	,707
77	60,25	4	2,872
78	67,50	2	3,536
79	60,50	2	4,950
81	62,00	1	.
82	62,00	2	1,414
83	57,50	2	,707
84	63,00	1	.
85	54,33	3	7,506
86	56,00	1	.
87	62,00	1	.
88	55,00	6	4,775

89	57,33	3	7,095
90	49,00	2	,000
92	49,00	2	5,657
93	54,67	3	3,512
95	59,33	3	6,351
96	53,50	2	2,121
Total	57,82	50	5,861



ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			988,963	21	47,093	1,899	,056
Prokrastinasi Akademik * Self Control	Between Groups	Linearity	268,293	1	268,293	10,818	,003
		Deviation from Linearity	720,671	20	36,034	1,453	,178
	Within Groups		694,417	28	24,801		
Total			1683,380	49			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Prokrastinasi Akademik * Self Control	-,399	,159	,766	,587

CORRELATIONS

/VARIABLES=x y

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING=PAIRWISE.

## Correlations

Notes	
Output Created	06-MAY-2019 15:19:10
Comments	
Input	Active Dataset DataSet1
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 50
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax	CORRELATIONS /VARIABLES=x y /PRINT=TWOTAIL NOSIG /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time 00:00:00,02
	Elapsed Time 00:00:00,02





UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, dan Penulisan Karya Ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UMA

17/10/19

[DataSet1]

### Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Self Control	83,24	8,589	50
Prokrastinasi Akademik	57,82	5,861	50

### Correlations

		Self Control	Prokrastinasi Akademik
Self Control	Pearson Correlation	1	-,399**
	Sig. (2-tailed)		,004
	N	50	50
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-,399**	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	N	50	50

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



**LAMPIRAN F**

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

17/10/19

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, dan Penulisan Karya Ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UMA



# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 1016 /FPSI/01.10/III/2019  
Lampiran :-  
Hal : Pengambilan Data

Medan, 27 Maret 2019

Yth, Ibu Wakil Rektor Bidang Administrasi Universitas Medan Area  
Jl. Kolam No.1 Medan Estate  
Di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Nurfitri Anggreini  
NPM : 15 860 0334  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di Fakultas Teknik Universitas Medan Area Jl. Kolam No. 1 Medan Estate guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Antara Self Control dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih..

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
  
Haryo Sinwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





# UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1067/UMA/B/01.7/III/2019  
Lamp. : -  
Hal : **Izin Pengambilan Data.**

Medan, 31 Maret 2019.

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area  
di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi nomor: 1016/FPSI/01.10/III/2019 tertanggal 27 Maret 2019, tentang permohonan izin pengambilan data di Fakultas Teknik Universitas Medan Area oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : Nurfitri Anggreini  
No. Pokok Mahasiswa : 15 860 0334  
Program Studi : Ilmu Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan untuk melaksanakan pengambilan data guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Antara Self Control dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area."**

Demikian kami sampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.



Wakil Rektor Bidang Administrasi,

**Henry Maharani Barus, SH., M.Hum**

Tembusan :  
1. Mahasiswa Ybs  
2. Arsip.







# UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

## SURAT KETERANGAN

Nomor : 1243/UMA/B/01.7/IV/2019

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Nurfitri Anggreini  
No. Pokok Mahasiswa : 15 860 0334  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan Judul Skripsi "**Hubungan Antara Self Control dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Medan Area.**"

Kami harapkan data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 15 April 2019.  
a.n Rektor  
Wakil Rektor Bidang Administrasi,



Dr. Utary Maharani Barus, SH., M.Hum

Tembusan :  
1. Dekan Fakultas Psikologi  
2. File

