

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian, Suatu Kedekatan Praktik*. Yogyakarta : Rineka Cipta
- Azwar, S. 2005. *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Boeree, C. G. 2008. *Personality Theories : Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikolog Dunia*. Yogyakarta : Primasophie
- Bungin, B. 2011. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Kencana
- Burka, J B. Yuen, L M . 2008. *Procrastination : Why You Do It, What to Do About it Now*. United Stated of America : Da Capo Press
- Chairiza, D. 2012. *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- Chaplin, J P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Endrianto, C. 2014. Hubungan Antara *Self Control* Dengan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan TMT. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol. 3 No. 1*.
- Ferrari, J R. Jhonson, J L. & McCown W G. 1995. *Procrastination and Task Avoidance : Theory, Research and Treatment*. New York : Plenum Press
- Fibrianti, I D. 2009. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang
- Ghufron, N M. Risnawita S R. 2010. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta : AR-RUZ MEDIA
- Hadi, S. 1990. *Metode Research Jilid II*. Yogyakarta : Andi
- Hadi, S. Pamardiningsih, Y. 2000. *Manual Seri Program Statistik (SPS). Paket MIDI Versi 2000*. Yogyakarta : Badan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.

- Harahap, N S P. 2011. *Hubungan Antara Perilaku Jatuh Cinta Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Negeri 11 Medan*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- Mugista, A M. 2014. Self Control Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Jurnal Online Psikologi Vol. 02 No. 02*
- Pakpahan, T. 2014. *Perbedaan Kontrol Diri Dalam Berpacaran Pada Mahasiswa-Mahasiswi Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara Dan Universitas Sumatera Utara Di Medan*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Sebayang, A B. 2012. *Pengertian Mahasiswa*. [on-line]. Diakses pada tanggal 10 November 2014 dari <http://unpaztoday.wordpress.com/akademik/mahasiswa/>
- Suryabrata, S. 2005. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta : Andi
- Ursia, N R. Siaputra, I B. Sutanto, N. 2013. Prokrastinasi Akademik dan *Self-Control* pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora, 17(1): 1-18*
- Wibisono, Y. 2013. *Ciri-ciri Kontrol Diri*. [on-line]. Diakses pada tanggal 12 November 2014 dari <http://garasikeabadian.blogspot.com/2013/03/pengendalian-diri-self-control.html>
- Widyari, H. 2011. *Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP*. Jurnal (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma



LAMPIRAN



LAMPIRAN A

**Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri
Sebelum Penelitian**

Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri Sebelum Penelitian

Scale: Kontrol Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.829	50

Item-Total Statistics

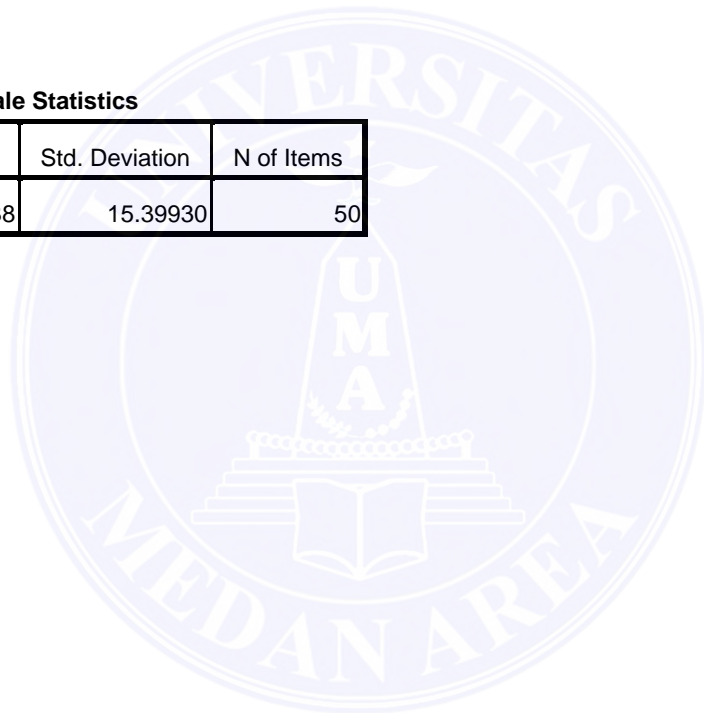
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	142.4250	222.507	.569	.820
VAR00002	142.6750	233.507	.136	.829
VAR00003	141.8250	231.943	.265	.826
VAR00004	141.8750	226.317	.510	.822
VAR00005	141.8250	225.687	.574	.821
VAR00006	142.6750	228.584	.402	.824
VAR00007	142.3750	236.958	-.021	.832

VAR00008	142.3500	221.823	.558	.819
VAR00009	141.8500	230.387	.288	.826
VAR00010	141.9500	225.485	.503	.822
VAR00011	142.1000	227.015	.381	.824
VAR00012	142.0500	227.279	.395	.824
VAR00013	142.8000	227.344	.371	.824
VAR00014	142.1000	232.810	.138	.829
VAR00015	143.0000	226.410	.348	.824
VAR00016	142.4500	229.382	.248	.826
VAR00017	142.1000	226.810	.427	.823
VAR00018	142.1500	229.515	.302	.825
VAR00019	142.1500	233.721	.087	.830
VAR00020	142.2750	226.666	.305	.825
VAR00021	142.0000	225.744	.563	.821
VAR00022	142.9500	238.818	-.094	.833
VAR00023	142.8750	233.753	.098	.830
VAR00024	142.0500	230.818	.242	.827
VAR00025	142.7000	232.779	.135	.829
VAR00026	142.6000	227.015	.327	.825
VAR00027	142.2750	224.102	.476	.821
VAR00028	143.0500	220.408	.558	.819
VAR00029	142.5000	221.282	.620	.819
VAR00030	142.5250	222.307	.510	.820
VAR00031	142.8750	220.728	.528	.819
VAR00032	143.1500	233.310	.111	.830
VAR00033	142.5500	235.690	.021	.832
VAR00034	142.8750	230.830	.253	.826
VAR00035	142.0250	230.589	.295	.826
VAR00036	142.1000	229.887	.264	.826
VAR00037	141.9750	223.461	.524	.821
VAR00038	142.0250	228.333	-.022	.871
VAR00039	142.2000	233.497	.114	.829
VAR00040	142.3250	221.046	.540	.819
VAR00041	142.8000	234.318	.068	.831

VAR00042	143.2000	238.985	-.100	.833
VAR00043	142.2250	223.358	.457	.821
VAR00044	142.2500	222.756	.564	.820
VAR00045	142.3500	232.849	.154	.828
VAR00046	142.8000	224.985	.490	.822
VAR00047	142.6250	225.420	.443	.822
VAR00048	142.5500	233.074	.138	.829
VAR00049	142.7000	225.703	.443	.822
VAR00050	141.5750	231.174	.308	.826

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
145.3000	237.138	15.39930	50



The image features a large, light blue watermark of the Universitas Medan Area logo in the background. The logo is circular and contains the text 'UNIVERSITAS MEDAN AREA' around the perimeter. In the center, there is a stylized emblem with a book and a tower.

LAMPIRAN B

**Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik
Sebelum Penelitian**

Scale: Prokrastinasi Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.954	78

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	172.9000	880.913	.643	.953
VAR00002	172.7750	879.512	.636	.953
VAR00003	172.8000	876.677	.547	.953
VAR00004	172.6000	900.297	.234	.954
VAR00005	172.8250	883.020	.547	.953
VAR00006	173.2500	885.013	.546	.953
VAR00007	172.5250	906.204	.135	.954

VAR00008	173.3500	879.618	.639	.953
VAR00009	172.4000	902.810	.190	.954
VAR00010	173.3500	884.746	.556	.953
VAR00011	172.8500	889.772	.548	.953
VAR00012	172.7500	872.962	.833	.952
VAR00013	173.1750	873.328	.780	.952
VAR00014	172.3000	902.164	.148	.954
VAR00015	172.6000	879.785	.641	.953
VAR00016	173.1750	877.430	.792	.952
VAR00017	173.5250	905.538	.122	.954
VAR00018	172.8250	886.917	.584	.953
VAR00019	173.3000	877.703	.650	.952
VAR00020	172.3500	887.823	.455	.953
VAR00021	173.5750	891.328	.425	.953
VAR00022	173.5500	895.126	.347	.954
VAR00023	173.3250	892.687	.330	.954
VAR00024	172.7000	884.472	.558	.953
VAR00025	173.2250	880.384	.607	.953
VAR00026	173.3750	879.369	.634	.953
VAR00027	173.6000	892.451	.521	.953
VAR00028	173.7500	894.295	.489	.953
VAR00029	172.8750	892.881	.372	.953
VAR00030	173.5750	894.661	.466	.953
VAR00031	173.1500	877.003	.692	.952
VAR00032	172.9750	877.717	.649	.952
VAR00033	172.6500	899.823	.279	.954
VAR00034	173.6250	906.548	.114	.954
VAR00035	173.0750	879.763	.634	.953
VAR00036	172.8500	880.131	.549	.953
VAR00037	172.9250	892.225	.446	.953
VAR00038	173.3500	904.336	.183	.954
VAR00039	173.4000	880.759	.675	.952
VAR00040	172.7750	886.025	.573	.953
VAR00041	173.1250	883.753	.568	.953

VAR00042	173.5000	889.846	.416	.953
VAR00043	172.7250	893.640	.422	.953
VAR00044	173.4000	894.503	.371	.953
VAR00045	173.2000	896.010	.348	.953
VAR00046	172.5750	911.430	.000	.955
VAR00047	173.2000	879.600	.661	.952
VAR00048	172.9500	925.536	-.290	.955
VAR00049	173.6000	891.938	.501	.953
VAR00050	172.9250	890.892	.387	.953
VAR00051	172.5500	890.203	.497	.953
VAR00052	172.4750	892.717	.412	.953
VAR00053	172.9750	879.871	.607	.953
VAR00054	172.9750	892.538	.374	.953
VAR00055	172.5250	899.589	.225	.954
VAR00056	172.7250	882.922	.615	.953
VAR00057	172.9500	883.638	.548	.953
VAR00058	172.9250	885.046	.613	.953
VAR00059	172.4500	907.074	.075	.955
VAR00060	173.3750	886.240	.516	.953
VAR00061	173.3500	893.823	.351	.954
VAR00062	173.2500	899.679	.195	.954
VAR00063	172.6000	883.631	.490	.953
VAR00064	173.3500	885.003	.550	.953
VAR00065	173.4750	891.640	.417	.953
VAR00066	172.7750	880.487	.511	.953
VAR00067	173.0250	876.999	.594	.953
VAR00068	173.7250	889.999	.570	.953
VAR00069	173.2500	879.885	.568	.953
VAR00070	173.1500	885.977	.459	.953
VAR00071	173.0250	884.846	.431	.953
VAR00072	172.9000	884.195	.573	.953
VAR00073	172.5500	892.972	.433	.953
VAR00074	172.6250	910.240	.021	.955
VAR00075	173.0750	883.866	.496	.953

VAR00076	172.7500	906.756	.114	.954
VAR00077	172.4500	884.613	.478	.953
VAR00078	171.8500	894.131	.332	.954

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
175.2500	912.192	30.20252	78





LAMPIRAN C

**Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri
Setelah Penelitian**

Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri Setelah Penelitian

Scale: Kontrol Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	74	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	74	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.850	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	80.0405	78.916	.260	.849
VAR00002	79.4865	77.842	.454	.844
VAR00003	79.3649	78.372	.401	.845
VAR00004	80.1757	79.544	.233	.849
VAR00005	79.8108	77.060	.408	.844
VAR00006	79.6081	78.269	.366	.846
VAR00007	79.4730	74.938	.517	.841
VAR00008	79.5000	79.486	.217	.850
VAR00009	80.3378	77.925	.309	.847

VAR00010	80.3649	75.906	.401	.844
VAR00011	79.7297	77.241	.430	.844
VAR00012	79.7432	74.906	.498	.841
VAR00013	79.7297	73.707	.533	.840
VAR00014	79.5811	79.562	.234	.849
VAR00015	80.3784	78.047	.300	.848
VAR00016	79.6622	79.706	.255	.848
VAR00017	80.2027	79.150	.172	.853
VAR00018	80.2838	78.918	.190	.852
VAR00019	80.0946	71.703	.669	.834
VAR00020	80.3649	76.372	.301	.849
VAR00021	79.6486	78.615	.290	.848
VAR00022	79.9595	73.300	.514	.840
VAR00023	79.7432	76.714	.407	.844
VAR00024	79.7703	74.618	.561	.839
VAR00025	80.1757	74.366	.552	.839
VAR00026	80.1622	77.371	.394	.845
VAR00027	79.9865	76.863	.347	.846
VAR00028	79.2432	78.159	.389	.845

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
82.8378	82.412	9.07809	28

The image features a large, light blue watermark of the Universitas Medan Area logo in the background. The logo is circular and contains the text 'UNIVERSITAS' at the top and 'MEDAN AREA' at the bottom. In the center, there is a crest with a star, a book, and a building.

LAMPIRAN D

**Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik
Setelah Penelitian**

Scale: Prokrastinasi Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	74	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	74	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.912	63

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	139.4730	322.116	.752	.907
VAR00002	139.4189	325.397	.602	.908
VAR00003	139.6081	336.707	.178	.912
VAR00004	139.4459	328.387	.520	.909
VAR00005	139.8108	328.320	.466	.909
VAR00006	140.0405	330.889	.426	.910
VAR00007	139.8378	326.001	.604	.908
VAR00008	139.4730	329.623	.417	.910

VAR00009	139.3919	328.707	.535	.909
VAR00010	139.5811	334.986	.310	.911
VAR00011	139.0676	326.913	.543	.909
VAR00012	139.5135	332.719	.427	.910
VAR00013	139.2568	334.632	.307	.911
VAR00014	139.6351	336.345	.183	.912
VAR00015	139.1757	328.339	.480	.909
VAR00016	140.0270	332.547	.311	.911
VAR00017	140.0541	329.066	.508	.909
VAR00018	139.8919	324.673	.609	.908
VAR00019	139.5811	341.973	.000	.913
VAR00020	139.6892	332.875	.326	.911
VAR00021	139.8784	330.848	.401	.910
VAR00022	139.8514	324.594	.650	.908
VAR00023	140.2027	331.534	.416	.910
VAR00024	139.2973	339.527	.085	.913
VAR00025	139.8243	331.791	.399	.910
VAR00026	139.5946	326.710	.639	.908
VAR00027	139.7162	332.316	.399	.910
VAR00028	139.7297	328.364	.469	.909
VAR00029	139.4324	318.742	.735	.906
VAR00030	139.5541	344.250	-.087	.914
VAR00031	139.9054	337.868	.204	.911
VAR00032	139.3514	338.423	.153	.912
VAR00033	139.5946	335.916	.228	.911
VAR00034	139.2568	343.974	-.067	.915
VAR00035	139.1892	345.114	-.121	.914
VAR00036	139.8108	329.087	.515	.909
VAR00037	139.6892	331.505	.410	.910
VAR00038	139.7027	326.376	.621	.908
VAR00039	140.1892	331.197	.479	.909
VAR00040	139.6757	327.181	.561	.909
VAR00041	139.2568	333.043	.361	.910
VAR00042	139.3378	337.103	.194	.912

VAR00043	139.5000	325.459	.510	.909
VAR00044	139.6757	341.428	.029	.913
VAR00045	139.1486	330.758	.430	.910
VAR00046	139.3378	329.843	.487	.909
VAR00047	139.4324	329.591	.459	.909
VAR00048	139.7432	329.673	.398	.910
VAR00049	139.6081	330.022	.422	.910
VAR00050	139.2162	330.966	.304	.911
VAR00051	139.7297	330.090	.408	.910
VAR00052	139.9730	334.794	.352	.910
VAR00053	139.7162	324.891	.530	.909
VAR00054	139.8514	333.142	.335	.910
VAR00055	139.9865	332.589	.416	.910
VAR00056	139.6892	332.053	.366	.910
VAR00057	139.9324	334.119	.291	.911
VAR00058	139.3108	331.724	.325	.911
VAR00059	139.3108	339.039	.083	.913
VAR00060	138.9865	334.397	.276	.911
VAR00061	139.3649	339.194	.082	.913
VAR00062	139.1622	333.179	.279	.911
VAR00063	140.0946	343.155	-.044	.914

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
141.8514	342.484	18.50634	63



LAMPIRAN E

Uji Asumsi dan Hipotesis

Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
VAR00001	74	82.8378	9.07809	63.00	102.00
VAR00002	74	141.8514	18.50634	96.00	184.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		VAR00001	VAR00002
Normal Parameters ^{a,b}	N	74	74
	Mean	82.8378	141.8514
	Std. Deviation	9.07809	18.50634
Most Extreme Differences	Absolute	.077	.103
	Positive	.077	.059
	Negative	-.073	-.103
	Kolmogorov-Smirnov Z	.665	.882
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.768	.417

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
VAR00002	74	100.0%	0	.0%	74	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error
VAR00002	Mean	141.8514	2.15132
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	137.5638	
	Upper Bound	146.1389	
	5% Trimmed Mean	142.1171	
	Median	141.5000	
	Variance	342.484	
	Std. Deviation	18.50634	
	Minimum	96.00	
	Maximum	184.00	
	Range	88.00	
	Interquartile Range	26.25	
	Skewness	-.307	.279
	Kurtosis	-.174	.552

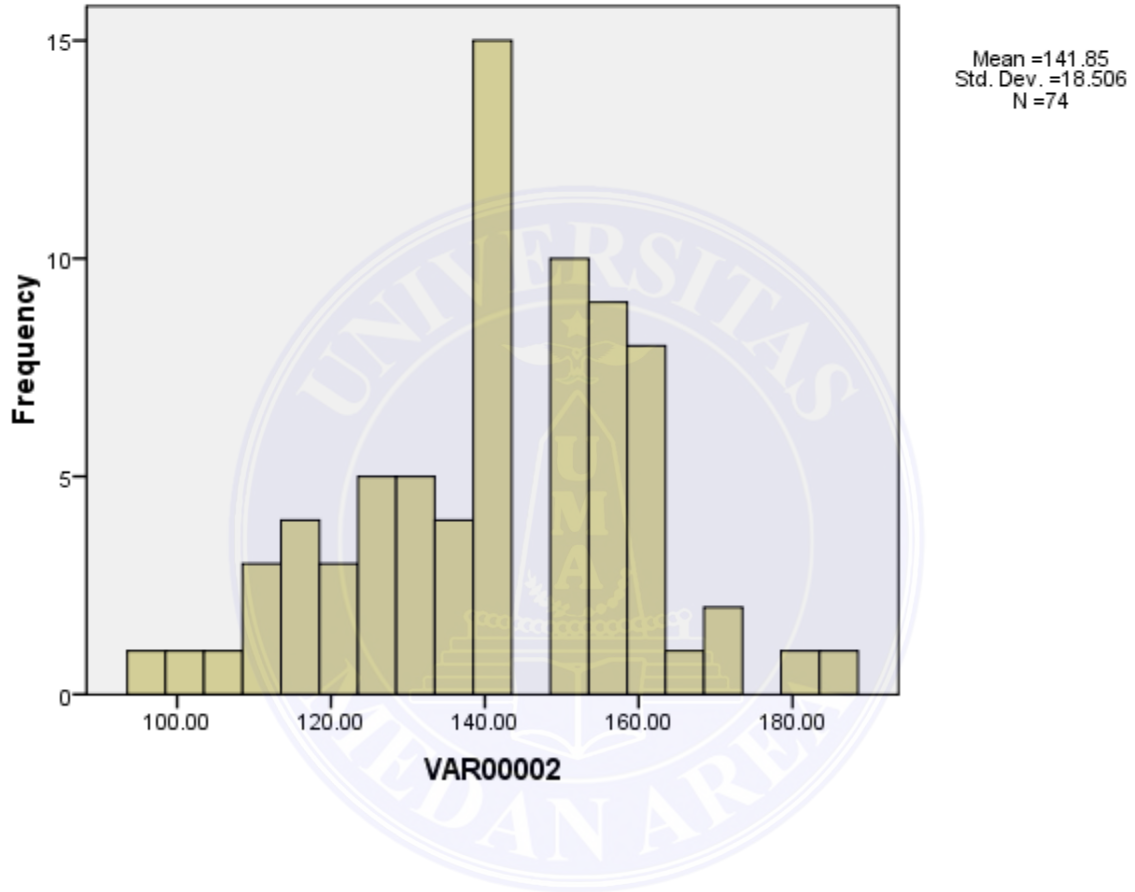
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
VAR00002	.103	74	.052	.981	74	.340

a. Lilliefors Significance Correction

VAR00002

Histogram

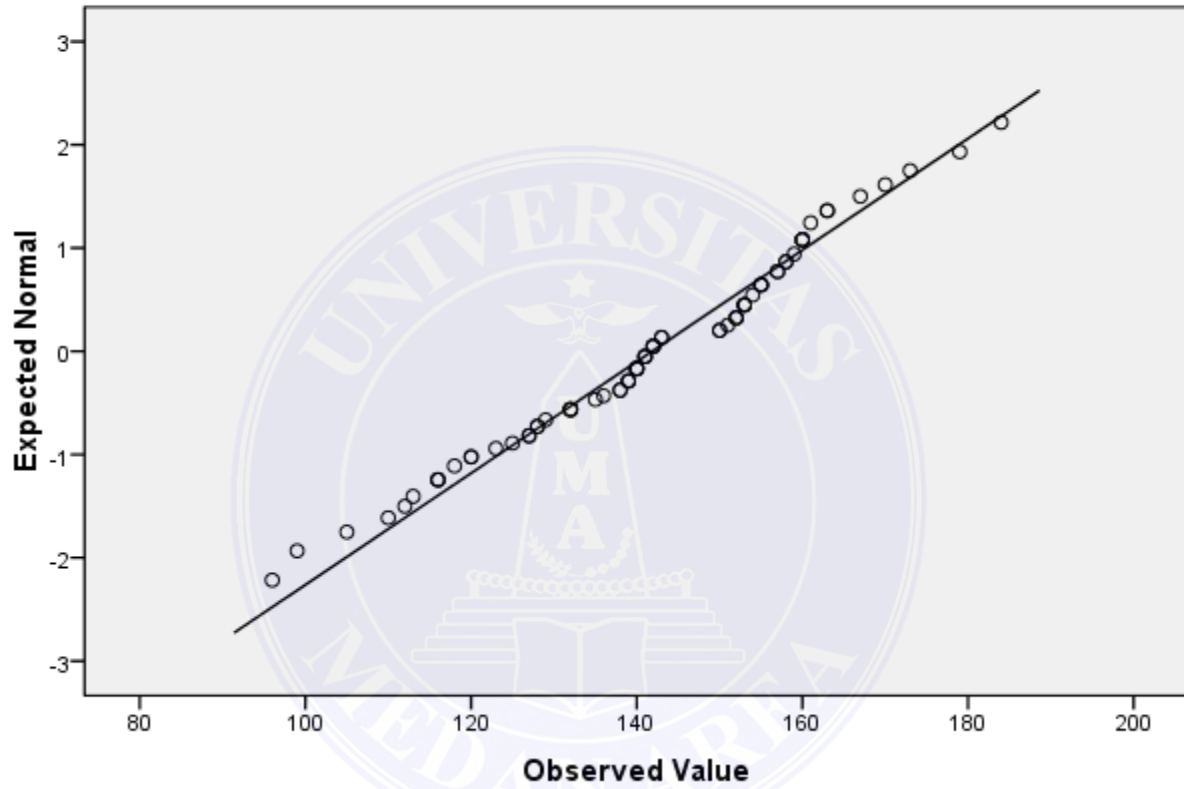


VAR00002 Stem-and-Leaf Plot

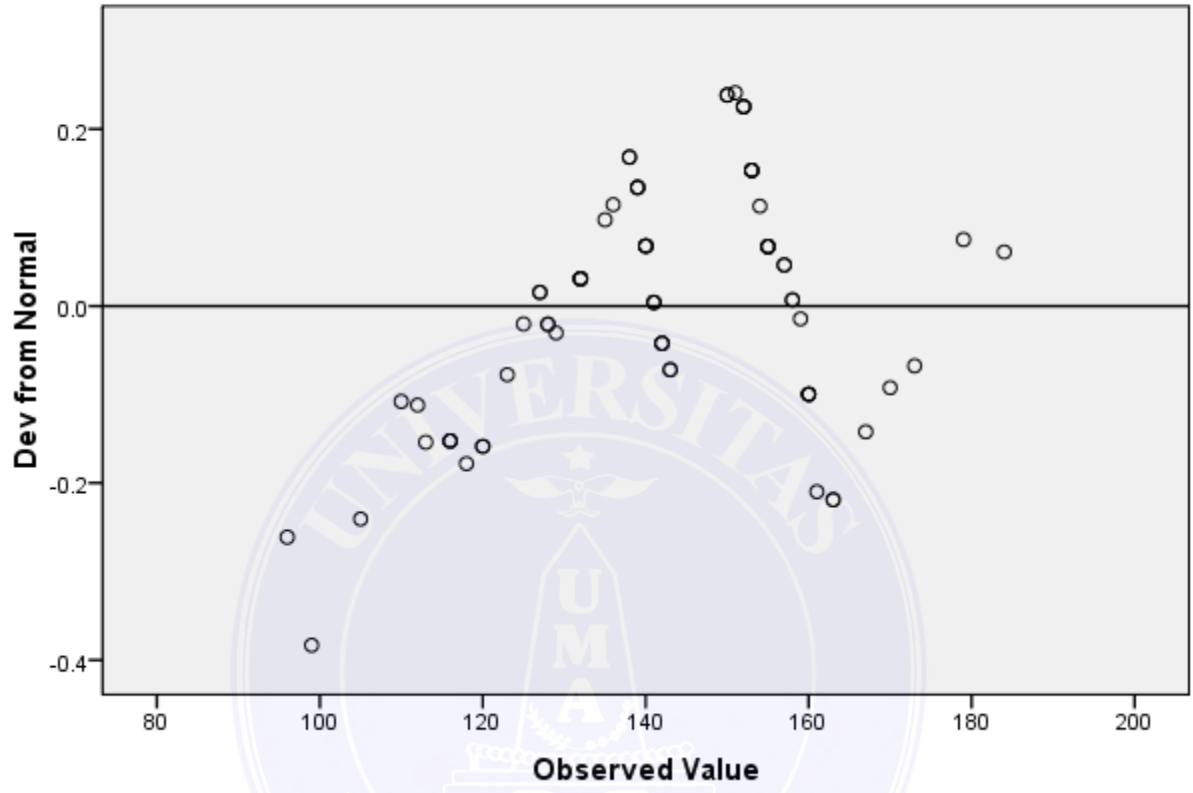
Frequency	Stem & Leaf
2.00	9 . 69
1.00	10 . 5
7.00	11 . 0236668
9.00	12 . 003577889
11.00	13 . 22225688999
12.00	14 . 000011122233
20.00	15 . 001222333334555577889
8.00	16 . 00001337
3.00	17 . 039
1.00	18 . 4

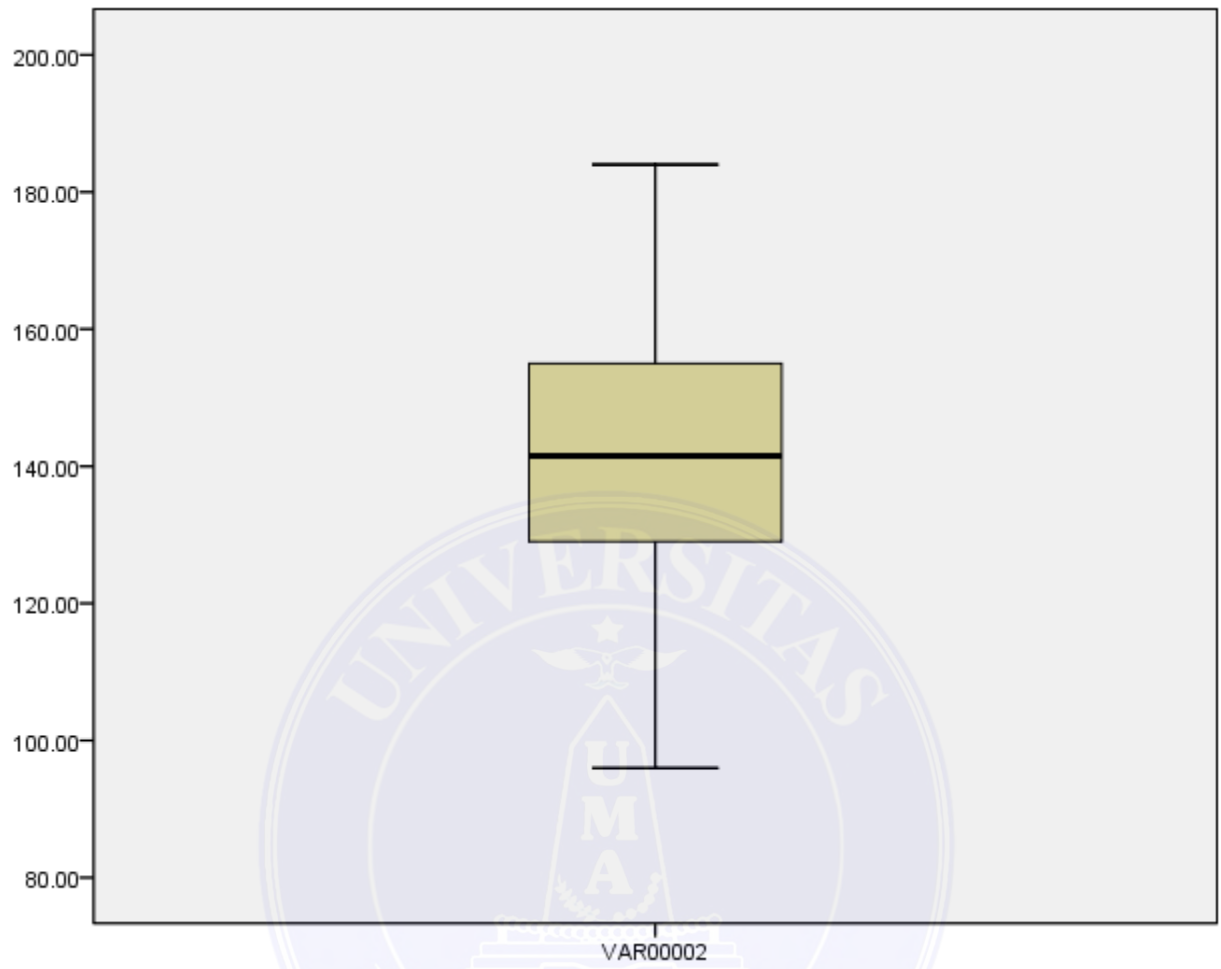
Stem width: 10.00
Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of VAR00002



Detrended Normal Q-Q Plot of VAR00002





Uji Linearitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
VAR00002 * VAR00001	74	100.0%	0	.0%	74	100.0%

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
VAR00002 * Between Groups (Combined) VAR00001	17135.565	32	535.486	2.791	.001
Linearity	13030.050	1	13030.050	67.918	.000
Deviation from Linearity	4105.515	31	132.436	.690	.857
Within Groups	7865.800	41	191.849		
Total	25001.365	73			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
VAR00002 * VAR00001	-.722	.521	.828	.685

Dari hasil uji linearitas diketahui bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel prokrastinasi akademik dengan kontrol diri yang ditunjukkan oleh koefisien Linearitas $F=67,918$ dengan $p < 0,05$.

Korelasi

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	82.8378	9.07809	74
VAR00002	141.8514	18.50634	74

Correlations

		VAR00001	VAR00002
VAR00001	Pearson Correlation	1	-.722**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	74	74
VAR00002	Pearson Correlation	-.722**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	74	74

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

Dari hasil analisis korelasi *product moment* diketahui bahwa ada hubungan yang negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, yang ditunjukkan oleh korelasi $r_{xy} = -0,722$ dengan $p < 0,001$. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah prokrastinasi akademiknya.



LAMPIRAN F
Skala
F-1. Skala Kontrol Diri
F-2. Skala Prokrastinasi Akademik

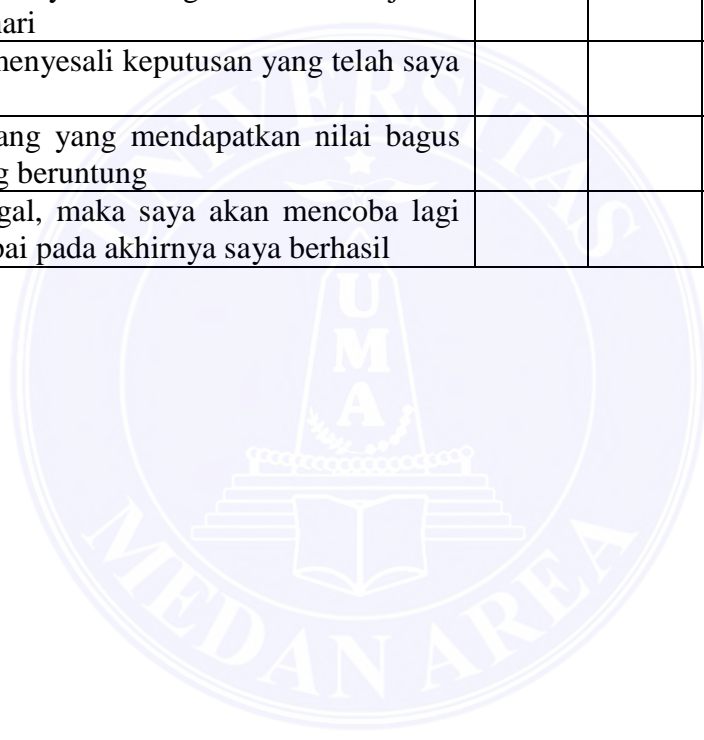


LAMPIRAN F-1
Skala Kontrol Diri

Skala A

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Tugas yang diberikan dosen mampu saya selesaikan seorang diri tanpa bantuan orang lain				
2	Saya mendapatkan nilai bagus karena saya belajar dengan giat				
3	Saya selalu berhati-hati dalam mengambil keputusan agar tidak menyesal dikemudian harinya				
4	Biasanya saya mempelajari modul sebelum kuliah dimulai				
5	Bila teman saya mengajak untuk <i>hang out</i> tetapi ada tugas kuliah yang harus diselesaikan, maka saya akan lebih memilih untuk mengerjakan tugas kuliah tersebut				
6	Meskipun dalam keadaan marah, saya berusaha untuk tidak gegabah dalam mengambil keputusan				
7	Saya sering mengerjakan tugas karena dipaksa oleh orang tua				
8	Saya tahu apa yang akan saya lakukan				
9	Sulit rasanya bagi saya untuk menyelesaikan tugas kuliah tanpa bantuan orang lain				
10	Saya sering terhanyut saat teman di sebelah saya mengajak bicara ketika proses belajar mengajar berlangsung				
11	Tugas yang saya selesaikan biasanya saya kerjakan sendiri atas kesadaran diri sendiri				
12	Biasanya saya menunggu perintah orang lain untuk melakukan sesuatu				
13	Biasanya saya hadir kuliah saat proses belajar mengajar telah dimulai				
14	Biasanya saya memikirkan secara matang bila ingin melakukan suatu pekerjaan				
15	Sulit rasanya bagi saya untuk menghindari perselisihan walaupun hanya membahas soal sepele				
16	Saya selalu memikirkan rencana lain guna mengantisipasi apabila rencana saya tidak berjalan lancar				
17	Saya sering merasa bingung harus mengerjakan tugas dahulu atau istirahat terlebih dahulu				
18	Pada malam hari biasanya saya belajar untuk berjaga-jaga bila besok ada ujian mendadak				
19	Biasanya saya mengerjakan tugas ketika tugas itu				

	sudah menumpuk				
20	Berhasil atau tidaknya seseorang itu semua tergantung pada keadaan				
21	Prestasi yang saya dapatkan selama ini adalah bukti bahwa saya telah bekerja keras				
22	Saya sering menganggap remeh tugas-tugas kuliah sehingga saya sering malas-malasan dalam mengerjakannya				
23	Saya sering menyontek dan mengopek ketika ujian mendadak				
24	Saya sering mengerjakan sesuatu tanpa pikir panjang				
25	Saya sering menyisakan tugas untuk dikerjakan dikemudian hari				
26	Saya sering menyesali keputusan yang telah saya ambil				
27	Saya rasa orang yang mendapatkan nilai bagus karena sedang beruntung				
28	Saat saya gagal, maka saya akan mencoba lagi dan lagi sampai pada akhirnya saya berhasil				





LAMPIRAN F-2
Skala Prokrastinasi Akademik

Skala B

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sering menunda mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen				
2	Sulit rasanya untuk memulai mengerjakan tugas				
3	Mustahil rasanya bagi saya untuk menyelesaikan tugas makalah dalam sehari				
4	Tugas yang terlalu banyak membuat saya malas untuk menyelesaikannya				
5	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas saya sendiri				
6	Tugas kuliah merupakan prioritas utama yang harus saya selesaikan				
7	Tidak peduli tugas menumpuk atau sedikit saya tetap semangat mengerjakannya				
8	Menurut saya menunda mengerjakan tugas sudah menjadi hal yang biasa				
9	Sulit rasanya bagi saya untuk memulai mengerjakan tugas				
10	Saya bersemangat dalam memulai mengerjakan tugas hingga selesai				
11	Biasanya ketika pulang kuliah saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen				
12	Saya bersemangat dalam memulai mengerjakan tugas				
13	Saya tidak dapat menahan diri untuk mengerjakan tugas kuliah				
14	Saya rela tidak tidur demi menyelesaikan tugas kuliah				
15	Biasanya saya mengerjakan tugas sesuai dengan suasana hati saya				
16	Saya sering terlambat mengumpulkan tugas				
17	Saya selalu mengumpulkan tugas tepat pada waktunya				
18	Menyelesaikan tugas sampai tuntas tanpa menyicil-nyicilnya membuat saya puas				
19	Tidak mungkin bagi saya untuk menyelesaikan tugas dalam waktu yang singkat				
20	Saya sering meminta waktu tambahan kepada dosen untuk mengumpulkan tugas				
21	Saya sering mengumpulkan tugas lewat dari <i>deadline</i> yang telah ditentukan				
22	Waktu untuk mengerjakan tugas memang benar-benar saya gunakan untuk mengerjakan				

	tugas				
23	Saya berusaha megumpulkan tugas tepat pada waktunya				
24	Saya sering menyicil mengerjakan tugas sedikit demi sedikit sehingga membutuhkan waktu yang lama unutup menyelesaikannya				
25	Saya berusaha mengumpulkan tugas sebelum batas <i>deadline</i>				
26	Sulit rasanya bagi saya untuk mengumpulkan tugas tepat pada waktu yang telah ditentukan				
27	Waktu yang diberikan oleh dosen tidak cukup bagi saya untuk menyelesaikan tugas-tugas kuliah				
28	Perlu waktu yang lama bagi saya untuk menyelesaikan tugas kuliah				
29	Saya baru mengerjakan tugas ketika mendekati batas <i>deadline</i>				
30	Saya dapat menyelesaikan tugas dalam waktu yang singkat dan cepat				
31	Waktu yang diberikan oleh dosen untuk mengerjakan tugas cukup bagi saya untuk menyelesaikannya dan mengumpulkannya tepat pada waktunya				
32	Saya sering mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas yang membuat saya membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya				
33	Saya sering merasa kekurangan waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas kuliah sehingga saya sering mengumpulkan tugas lewat dari <i>deadline</i> yang ditentukan				
34	Saya suka meremehkan tugas yang diberikan oleh dosen				
35	Tugas yang diberikan oleh dosen terasa mudah dan membuat saya cepat dalam menyelesaikannya				
36	Tidak tenang rasanya bila tugas kuliah belum saya selesaikan				
37	Ketika dosen memberikan tugas, saya akan mengutamakan tugas tersebut				
38	Saya selalu menyelesaikan tugas kuliah sampai selesai tanpa menyisakannya untuk diselesaikan dikemudian hari				
39	Semua tugas yang diberikan dosen saya anggap sebagai latihan guna menunjang pendidikan saya				

40	Saya sering menganggap tugas yang diberikan dosen itu mudah, sehingga saya sering mengulur waktu untuk mengerjakannya				
41	Saat mengerjakan tugas, tidak semua tugas saya selesaikan saat itu juga				
42	Waktu yang diperkirakan untuk mengerjakan tugas tidak pernah sesuai dengan yang saya rencanakan				
43	Mengerjakan tugas sambil berleha-leha merupakan hal yang biasa bagi saya				
44	Biasanya apa yang saya rencanakan dan targetkan sesuai dengan perencanaan yang saya buat				
45	Bila dosen memberikan tugas kuliah, begitu sampai di rumah saya langsung mengerjakannya				
46	Tidak ada alasan bagi saya untuk mengulur-ulur waktu untuk mengerjakan tugas				
47	Saya sering mengulur waktu untuk memulai mengerjakan tugas akademis				
48	Bersantai hanya saya gunakan setelah segala tugas tugas kuliah saya selesai				
49	Toko buku merupakan tempat yang nyaman bagi saya untuk menambah wawasan pengetahuan				
50	Saya sering bermain HP sambil mengerjakan tugas kuliah				
51	Mengerjakkn tugas kuliah lebih penting daripada nongkrong bersama teman-teman				
52	Ketika saya mengerjakan tugas kuliah, saya akan fokus mengerjakannya				
53	Saya akan menghabiskan waktu beberapa hari untuk bersenang-senang kemudian bergadang semalaman untuk menyelesaikan tugas yang akan dikumpul esok harinya				
54	Biasanya saya menyelesaikan permainan <i>game</i> yang belum terselesaikan sebelum mengerjakan tugas				
55	Seminar pendidikan yang saya hadiri lebih bermanfaat dan menambah pengalaman				
56	Waktu yang saya miliki lebih baik saya gunakan untuk belajar daripada bermain <i>game</i>				
57	Saya lebih suka menghabiskan waktu untuk bermain <i>game</i> daripada mengerjakan tugas				
58	Saya dapat menahan diri untuk tidak menyentuh ponsel selama mengerjakan tugas				
59	Saya sering mengerjakan tugas sambil				

	mengobrol dengan teman saya				
60	Ketika mengerjakan tugas kuliah, saya sering mengecek ponsel saya				
61	Bagi saya menonton televisi sambil belajar merupakan hal yang menyenangkan				
62	Biasanya saya mengerjakan tugas diselingi dengan <i>online</i> dan mengecek media sosial yang saya miliki				
63	Ketika sudah penat belajar, biasanya saya akan mendengarkan musik kesukaan saya				





LAMPIRAN G
Surat Keterangan Penelitian