

**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA BKI IAIN  
PALOPO DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo*



Oleh

**SARINA**

17 0103 0030

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
2022**

**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA BKI IAIN  
PALOPO DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo*



Oleh

**SARINA**

17 0103 0030

**Pembimbing:**

- 1. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I.**
- 2. Tenrijaya, S.E.I., M.Pd.**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
2022**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sarina  
NIM : 17 0103 0030  
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditujukan sumbernya. Segala kekeliruan dan atau kesalahan yang ada di dalamnya adalah tanggung jawab saya.

Bilamana dikemudian hari pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia/menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 10 Oktober 2022  
Yang membuat pernyataan,



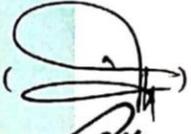
Sarina  
Nim : 17 0103 0030

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul “*Hubungan Self Management dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam Menyelesaikan Skripsi*” yang ditulis oleh *Sarina*, Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 17 0103 0030, mahasiswa program studi *Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah*, Institut Agama Islam Negeri Palopo, yang dimunaqasyahkan pada hari *Kamis*, tanggal *13 Oktober 2022*, bertepatan dengan *17 Rabiul Awal 1444 Hijriah* telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan tim penguji, dan diterima sebagai syarat meraih gelar *Sarjana Sosial (S.Sos)*

Palopo, 17 Oktober 2022

### TIM PENGUJI

- |                                    |                   |   |
|------------------------------------|-------------------|---|
| 1. Dr. Masmuddin, M.Ag.            | Ketua Sidang      | (  )  |
| 2. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I.       | Sekretaris Sidang | (  ) |
| 3. Dr. Efendi P., M.Sos.I.         | Penguji I         | (  ) |
| 4. Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom | Penguji II        | (  ) |
| 5. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I.       | Pembimbing I      | (  ) |
| 6. Tenrijaya, S.E.I., M.Pd.        | Pembimbing II     | (  ) |

### Mengetahui

Rektor IAIN Palopo

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Bimbingan dan Konseling Islam  
  
**Dr. Masmuddin, M.Ag.**  
NIP.19600318 198703 1 004

Ketua Program Studi

Dean Subject Masri, M.Sos.I  
  
**Dean Subject Masri, M.Sos.I**  
NIP.19790525 200901 1 018

## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ  
وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. (اما بعد)

Syukur al-hamdu lillāh penulis panjatkan kepada Allah swt. yang telah menganugerahkan rahmat, hidayah serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Hubungan *Self Management* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam Menyelesaikan Skripsi” setelah melalui proses yang panjang.

Salawat dan salam kepada nabi Muhammad saw. kepada para keluarga, sahabat dan pengikut-pengikutnya. Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak, walaupun penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada kedua orangtuaku tercinta Ayahanda Masdar dan Ibunda Nurbaya yang telah mengasuh dan mendidik penulis dengan penuh kasih sayang sejak kecil hingga sekarang, dan segala yang diberikan kepada anak- anaknya, serta semua saudara dan saudariku yang selama ini membantu dan mendoakanku, tak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Pirol, M.Ag., selaku Rektor IAIN Palopo, beserta Wakil Rektor I, II, dan III IAIN Palopo.
2. Dr. Masmuddin, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo, beserta Bapak/Ibu Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo.
3. Dr. Subekti Masri, M.Sos.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam di IAIN Palopo, beserta staf yang telah membantu dan mengarahkan dalam penyelesaian skripsi.
4. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I dan Tenrijaya, S.E.I., M.Pd. selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian skripsi.
5. Dr. Efendi P., M.Sos.I dan Wahyuni Husain, S.Sos., M.I.Kom. selaku Penguji I dan penguji II yang telah banyak memberi arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Dr. Masmuddin, M.Ag. selaku Dosen Penasehat Akademik.
7. Seluruh Dosen beserta staf pegawai IAIN Palopo yang telah mendidik penulis selama berada di IAIN Palopo dan memberi bantuan dalam menyusun skripsi ini.
8. H. Madehang, S.Ag., M.Pd., selaku Kepala Unit Perpustakaan beserta karyawan dan karyawan dalam ruang lingkup IAIN Palopo, yang telah banyak membantu, khususnya dalam mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan pembahasan skripsi ini.
9. Mahasiswa (i) Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN

Palopo selaku responden yang telah bekerja sama dengan penulis dalam proses penyelesaian penelitian ini.

10. Kepada semua teman seperjuangan, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo angkatan 2017 (khususnya kelas B) yang selama ini telah membantu dan selalu memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini.

Teriring doa, semoga amal kebaikan serta keikhlasan pengorbanan mereka mendapat pahala yang setimpal dari Allah swt. dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi agama, nusa dan bangsa. Aamiin.

Palopo, 10 Oktober 2022



Sarina

## **PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN**

### **A. Transliterasi Arab-Latin**

Berikut ini adalah Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor: 158 Tahun 1987-Nomor: 0543b/U/1987 tentang Transliterasi Arab-Latin yang peneliti gunakan dalam penulisan skripsi ini.

#### 1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	ṣa	ṣ	Es
ج	Jim	J	Je
ح	ḥa	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	ḏal	ḏ	Zet
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	ṣad	ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	ḏad	ḏ	De (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Apostrof terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	’	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ	<i>Fatḥah</i>	A	A
اِ	<i>Kasrah</i>	I	I
اُ	<i>ḍammah</i>	U	U

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اِي	<i>fathah dan yā'</i>	Ai	a dan i
اُو	<i>fathah dan wau</i>	Au	a dan u

## 3. Penulisan Kata Arab yang Lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari pembendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya, kata al-Qur'an (dari *al-Qur'ān*), Alhamdulillah, dan Munaqasyah.

Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh.

Contoh:

*Syarḥ al-Arbaʿīn al-Nawāwī*

*Risālah fī ri-āyah al-Maṣlaḥah*

## B. Daftar Singkatan dan Simbol

Singkatan	Keterangan
swt.	subḥānahu wa taʿālā
saw.	ṣallallāhu ʿalaihi wa sallam
QS.....	Qur'an surah
HR	Hadis Riwayat
IAIN	Institut Agama Islam Negeri
FUAD	Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
BKI	Bimbingan dan Konseling Islam
UIN	Universitas Islam Negeri
RI	Republik Indonesia
SM	<i>Self-Management</i>
SPSS	<i>Statistical Package for Social Science</i>
SKS	Satuan Kredit Semester
S1	Strata – 1
V	Valid
:	Bagi
×	Kali
-	Kurang
<	Kurang Dari
>	Lebih Dari
=	Sama Dengan
+	Tambah
%	Persen
$r_{11}$	Reliabilitas
N	Jumlah Subjek atau Responden
A	Konstanta
B	Koefisien Regresi
E	Epsilon (Standar Error)

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB DAN SINGKATAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR AYAT/HADIS .....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR/BAGAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>9</b>
A. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	9
B. Landasan Teori.....	11
C. Kerangka Pikir .....	25
D. Hipotesis Penelitian.....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	26
C. Definisi Operasional Variabel.....	27
D. Populasi dan Sampel .....	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	29
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	31
H. Teknik Analisis Data.....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
A. Hasil Penelitian .....	35
B. Pembahasan .....	49

<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**



## DAFTAR AYAT/HADIS

Kutipan ayat QS. al-‘Aşr/103 : 1-3 .....	22
Kutipan ayat QS. al-Kahf/18: 23 .....	23
Hadist Tentang <i>Self Management</i> .....	24



## DAFTAR TABEL

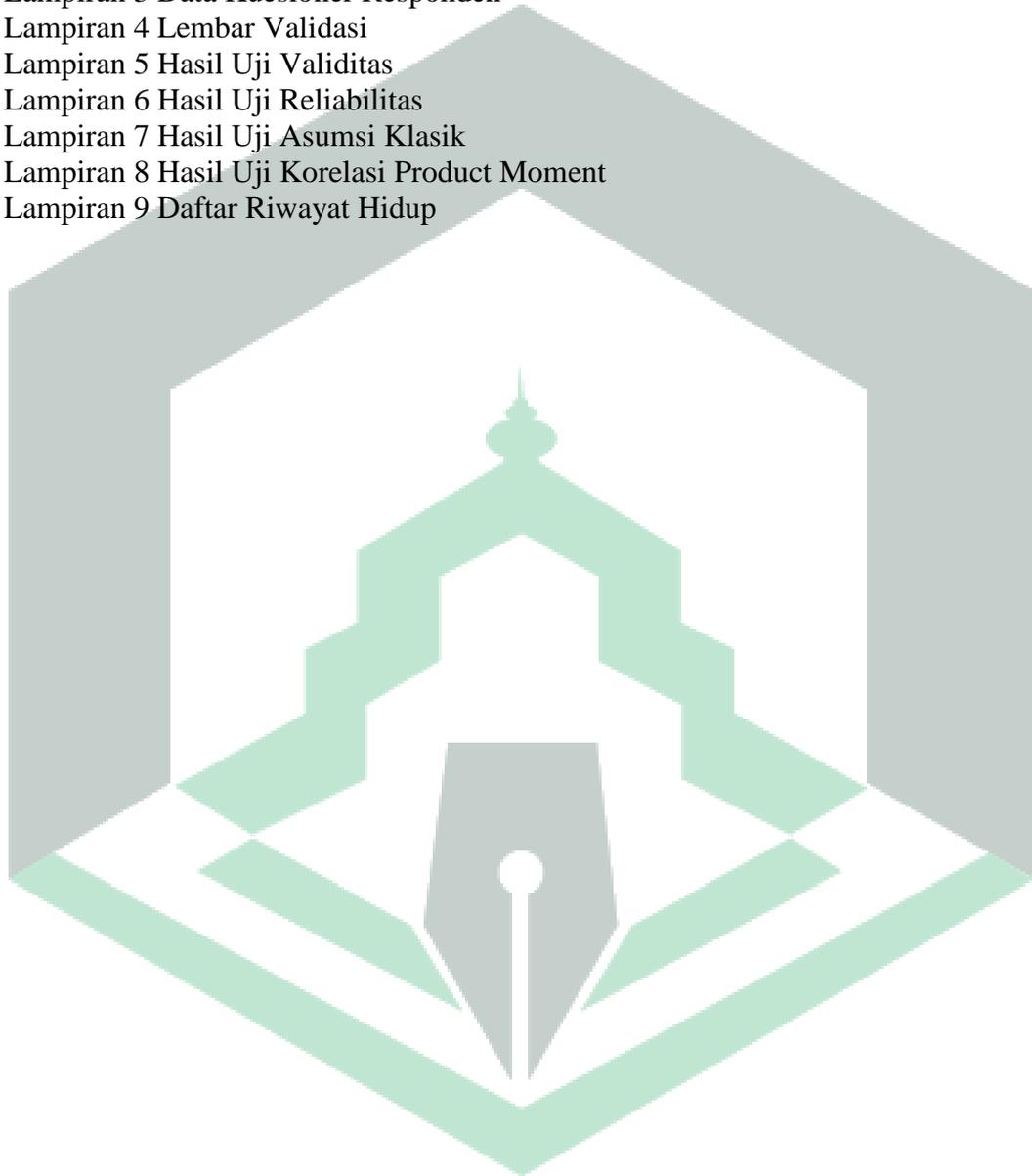
Tabel 1.1 Data Wisudawan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah .....	3
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	27
Tabel 3.2 Skala Liker .....	30
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kuisisioner Variabel .....	31
Tabel 3.4 Dosen Validator .....	32
Tabel 3.5 Interpretasi Kekuatan Hubungan Antar Variabel .....	34
Tabel 4.1 Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Islam.....	36
Tabel 4.2 Sarana dan Prasarana Fuad.....	37
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik <i>Self Management</i> .....	38
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kategori <i>Self Management</i> .....	39
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Prokrastinasi Akademik.....	40
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Kategori Prokrastinasi Akademik.....	40
Tabel 4.7 Hasil Validasi Variabel X <i>Self Management</i> .....	41
Tabel 4.8 Hasil Validasi Variabel Y Prokrastinasi .....	43
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X dan Y.....	45
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas .....	46
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas .....	47
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Product Moment.....	48
Tabel 4.13 Indikator Pemantauan Diri .....	51
Tabel 4.14 Indikator <i>Reinforcement</i> yang Positif.....	51
Tabel 4.15 Indikator Kontrak atau Perjanjian dengan Diri Sendiri.....	52
Tabel 4.16 Indikator Penguasaan Terhadap Rangsangan.....	52
Tabel 4.17 Indikator Penundaan Memulai dan Menyelesaikan Skripsi.....	54
Tabel 4.18 Indikator Keterlambatan dalam Mengerjakan Skripsi .....	54
Tabel 4.19 Indikator Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja Aktual .....	55
Tabel 4.20 Indikator Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan.....	55

## DAFTAR GAMBAR/BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Pikir .....	25
Diagram 4.1 Data kuantitas Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Angket Penelitian
- Lampiran 2 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 3 Data Kuesioner Responden
- Lampiran 4 Lembar Validasi
- Lampiran 5 Hasil Uji Validitas
- Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas
- Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik
- Lampiran 8 Hasil Uji Korelasi Product Moment
- Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup



## ABSTRAK

**Sarina, 2022.** “*Hubungan Self Management dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam Menyelesaikan Skripsi*”. Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Baso Hasyim dan Tenrijaya.

Prokrastinasi merupakan perilaku menunda-nunda untuk melakukan sesuatu baik dengan alasan atau tanpa alasan. berdasarkan hasil pengamatan, fenomena yang terjadi pada dunia pendidikan yaitu perilaku prokrastinasi akademik yang banyak dilakukan oleh mahasiswa terutama dalam menunda-nunda menyelesaikan skripsi, dengan hal tersebut penelitian ini membahas tentang Hubungan *Self Management* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BKI IAIN Palopo. Penelitian ini bertujuan: untuk mengetahui tingkat *self management* mahasiswa BKI; untuk mengetahui tingkat prokrastinasi pada mahasiswa BKI; untuk mengetahui hubungan *self management* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2017 IAIN Palopo.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan komunikasi dan psikologi, penelitian ini menggunakan metode korelasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 24 mahasiswa. Data diperoleh melalui angket, selanjutnya data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan asumsi klasik.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa *self management* (X) memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik (Y) dalam penyelesaian skripsi. Adapun tingkat *self management* mahasiswa BKI angkatan 2017 terbilang rendah hal ini sesuai dengan data yang diperoleh pada kategori rendah dimana terdapat 16 mahasiswa atau 66,7 % mahasiswa yang memiliki *self management* yang rendah, sedangkan pada prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi dimana terdapat 19 mahasiswa atau sebesar 79% mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik.

Implikasi penelitian ini bagi bidang keilmuan yaitu memberikan referensi serta informasi tentang prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa BKI IAIN Palopo dan memberikan masukan bagi program studi dan perguruan tinggi agar lebih memperhatikan dan memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi kepada mahasiswa yang mengalami prokrastinasi akademik serta yang memiliki *self management* yang rendah.

**Kata kunci:** *Self Management*, Prokrastinasi Akademik, Penyelesaian Skripsi, Hubungan

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Meraih prestasi akademik, atau menyelesaikan kuliah tepat waktu adalah impian yang dijadikan target untuk dicapai bagi mahasiswa tingkat akhir. salah satu usaha yang dilakukan mahasiswa sebelum mencapai target tersebut dan mendapat gelar sajana yaitu harus menyelesaikan skripsi. Skripsi adalah syarat kelulusan bagi mahasiswa program sarjana dan memiliki bobot kredit (sistem kredit semester). Skripsi adalah karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan bimbingan dosen, untuk dipertahankan dihadapan penguji.

Lama masa studi mahasiswa tingkat strata 1 yaitu empat atau delapan semester, yang merupakan waktu kelulusan yang ideal atau tepat yang dipahami oleh mahasiswa, sehingga ada upaya mahasiswa, terutama yang sudah mengambil mata kuliah skripsi untuk segera menyelesaikan skripsi. semakin besar upaya untuk menyelesaikan skripsi semakin besar pula usaha yang dilakukan untuk menyelesaikannya.

Kenyataannya dalam proses penyelesaian skripsi, mahasiswa justru terlibat dalam perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja dari suatu kegiatan yang diinginkan meskipun individu mengetahui bahwa perilaku menunda-nunda dapat berdampak negatif. Prokrastinasi akademik dapat didefinisikan dengan sengaja menunda pekerjaan yang perlu diselesaikan.

Prokrastinasi akademik penting untuk dipelajari karena frekuensinya yang relatif tinggi. Penelitian yang mendukung hal ini termasuk penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum, dimana 50% mahasiswa diketahui melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas akhir mereka. Knaus menemukan bahwa 95% mahasiswa AS dengan sengaja menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas, dan penelitian ini menemukan bahwa 70% mahasiswa yang sering diklasifikasikan menunda-nunda secara akademis.

Prokrastinasi akademik juga terjadi pada perguruan tinggi yang ada di Indonesia, hal ini dapat kita lihat dari salah satu studi yang dilakukan Sari menunjukkan bahwa prokrastinasi mengarah pada prokrastinasi di perguruan tinggi di Sumatera Utara. Menurut penelitian tersebut, 48,5 dari 66 sampel yang disurvei adalah orang yang suka menunda-nunda. Konsisten dengan penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Kartadinata dan Tjundjing di sebuah universitas di Surabaya menemukan bahwa mahasiswa suka menunda-nunda studinya. Studi ini mengamati 60 mahasiswa, dan 95% dari mereka yang disurvei melaporkan bahwa mereka sering menunda-nunda menyelesaikan skripsi.<sup>1</sup>

Pada kampus IAIN juga ditemukan prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa IAIN Palopo pada fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah khususnya Prodi Bimbingan Konseling Islam, hal ini dapat kita lihat dari data-data yang diperoleh peneliti saat melakukan observasi awal dimana mahasiswa yang menyelesaikan studi secara tepat waktu tergolong sedikit hal ini terlihat pada

---

<sup>1</sup>Trisnawaty, Noorrayda. "Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Kota Makassar". *Alami* 4, no 1, (Januari 2020):18-26. <http://journal.uin-alauddin.ac.id>.

angkatan 2015 hanya 5% dan pada angkatan 2016 sebanyak 14% serta pada angkatan 2017 hanya 1% saja yang menyelesaikan studinya tepat waktu.<sup>2</sup>

Alasan peneliti memilih mahasiswa prodi bimbingan dan konseling sebagai objek penelitian karena mahasiswa BKI nantinya akan membimbing serta mengarahkan seseorang yang menjadi kliennya jika dia tidak mampu mengarahkan dirinya sendiri bagaimana dia akan mengarahkan orang lain, selain itu mahasiswa prodi BKI tergolong banyak yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Peneliti menemukan ternyata dimana angkatan 2015 dan 2016 yang seharusnya selesai pada tahun 2020 tapi masih banyak yang selesai pada tahun 2021 dan mahasiswa angkatan 2017 yang estimasi waktu selesainya tahun 2021 namun kenyataannya yang menyelesaikan studinya masih tergolong sedikit. Hal ini dapat dilihat dari tabel berikut:

**Tabel 1.1** Data Wisudawan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Angkatan	Prodi			
	KPI	BKI	IAT	SOA
<b>Wisuda periode 1 pada tanggal 3 juni 2021</b>				
2015	-	4	-	-
2016	1	23	5	3
2017	-	-	-	-
<b>Wisuda periode 2 pada tanggal 7 Desember 2021</b>				
2015	-	1	-	-
2016	-	10	-	2
2017	5	8	10	13

Sumber: Data Diperoleh dari Staf Akademik Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo Pada Bulan September 2022

<sup>2</sup>Data diperoleh dari staf akademik fakultas ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo, pada bulan November 2021.

Keterlambatan pada saat mahasiswa mempersiapkan skripsinya akan mempengaruhi masa studinya. Semakin tinggi prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa maka semakin lama waktu yang mereka butuhkan untuk menyelesaikan studinya. Hal ini memaksa mahasiswa untuk menghabiskan lebih banyak waktu dan menunda kelulusan mereka. Selain itu, mahasiswa yang lulus terlambat lebih banyak mengalami masalah karir, masalah peran, ketakutan, kepercayaan diri, dan hubungan sosial.

Menurut Munchek serta Munchik Prokrastinasi akademik memiliki dua efek spesifik dan emosional. Konsekuensi nyatanya adalah tenggat waktu yang terlewat, peluang yang hilang, pendapatan yang berkurang, produktivitas yang menurun, waktu yang terbuang, dan kolaborasi yang hilang dengan orang lain. Konsekuensi emosional termasuk penurunan moral, peningkatan stres, frustrasi, dan penurunan motivasi.<sup>3</sup>

Rahyono mengemukakan hambatan serta kendala yang umumnya dialami mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yaitu: kesulitan mencari judul penelitian, kesulitan dengan standar metode penulisan karya ilmiah, adanya perasaan jenuh serta bosan, keterbatasan dana, kesulitan dalam mencari literature/referensi, kendala dalam berkomunikasi dengan dosen pembimbing, serta kendala dari teman. Mu'tadin mengemukakan masalah prokrastinasi

---

<sup>3</sup>Handayani,Nanik."Pelatihan Manajemen diri untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMK "X" Samarinda. Diss. Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2019. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/6594/> (diakses tanggal 14 Oktober 2021).

akademik pada penyelesaian skripsi, yaitu kesulitan dalam menentukan judul, dana yang terbatas, kurangnya membaca dan takut menemui dosen pembimbing.<sup>4</sup>

Pengamatan peneliti menunjukkan bahwa mahasiswa yang menyelesaikan skripsi tidak tergantung pada jadwal mereka seperti kuliah biasa. Kegiatan sehari-hari mahasiswa yang biasanya diatur oleh civitas akademik, mulai dari jadwal kuliah, mengumpulkan tugas hingga ujian semester. Hal ini tidak berlaku untuk penyelesaian skripsi, oleh karena itu, dalam kondisi tersebut, mahasiswa harus dapat mengatur dan mengelolah sendiri jadwal kegiatan penulisan skripsinya. Mahasiswa wajib menjadwalkan pengajuan judul, berkonsultasi dengan dosen pembimbing pada proposal yang terdiri dari BAB I sampai BAB III, jadwal revisi, menyesuaikan jadwal bimbingan dengan dosen pembimbing, hingga tahap akhir, saat proposal diterima dan dinyatakan lulus beberapa kali. mengikuti ujian. Di sisi lain, lokasi pengerjaan skripsi tidak tetap dan mahasiswa tidak harus mengerjakannya di kampus, sehingga mahasiswa bebas mengerjakan skripsi dimana saja. Dilihat dari proses penyelesaian skripsi dari awal hingga akhir mahasiswa dituntut untuk mandiri, mereka harus berpikir dan mencari judul untuk penelitian, pengumpulan data, menentukan metode dan menganalisis hasil penelitian sendiri.

Dinamika mahasiswa dalam menunda-nunda penyelesaian skripsi yang disampaikan oleh Ritonga menunjukkan dinamika yang kurang baik, penuh dengan hambatan dan masalah yang sering mereka hadapi dalam mencapai tujuan

---

<sup>4</sup>Palupi, Galih Ratna Puri, Rin Widya Agustin, dan Pratista Arya Satwika. "Pengaruh pelatihan manajemen diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa FK UNS dalam menyelesaikan skripsi." *Wacana* 10. No.2 (Februari 2018). <http://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id>.

dengan menghindari dan mengharapkan bantuan dari orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang suka menunda-nunda memiliki keterampilan *self management* yang kurang baik karena tidak dapat mengontrol penyelesaian skripsinya. Menyelesaikan skripsi membutuhkan kemampuan dan keterampilan untuk mengatur dan mengelola sendiri diri agar dapat memilih perilaku yang tepat untuk menghadapi masalah saat menyelesaikan skripsi.

Kemampuan mengelola atau mengatur diri disebut juga sebagai *self management*. *Self management* adalah kemampuan dalam mengelola pikiran, perilaku serta emosi sehingga terkendali dengan baik dalam mewujudkan hidup yang lebih baik. Manajemen diri (*self management*) seseorang sangat mempengaruhi seberapa besar usaha yang dilakukan. Mahasiswa yang memiliki *self management* yang baik biasanya menyebabkan mahasiswa tidak menunda-nunda pekerjaan, sebaliknya mahasiswa yang memiliki *self management* yang buruk biasanya sering menunda-nunda pekerjaan.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan di atas peneliti tertarik untuk meneliti **Hubungan *self management* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi.**

## **B. Rumusan Masalah**

1. Berapa besar tingkat *self management* mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi?
2. Berapa besar tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi?
3. Apakah terdapat hubungan *self management* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui tingkat *self management* mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi.
2. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi.
3. Untuk mengetahui hubungan *self management* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi.

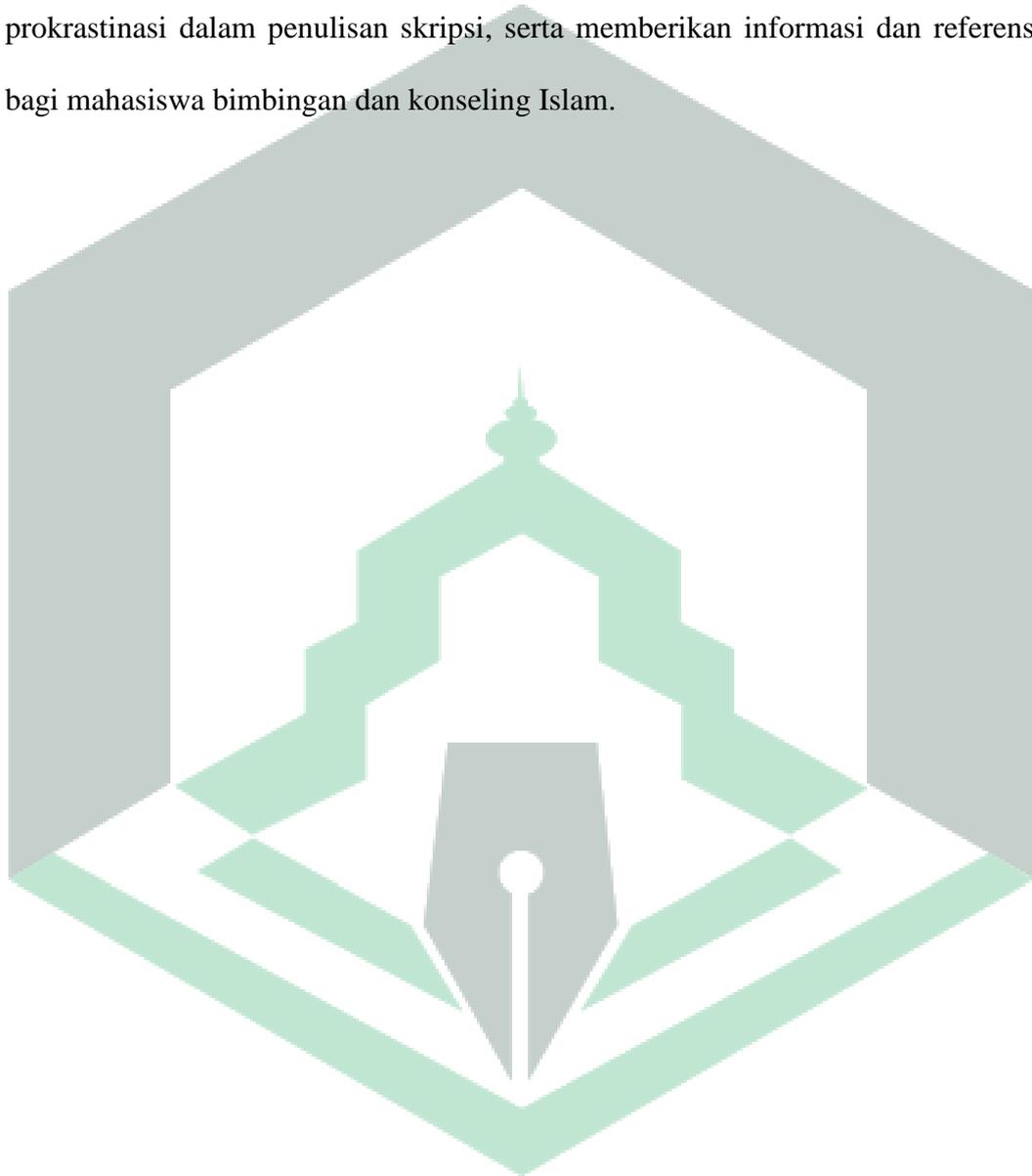
## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis

Sebagai kajian akademis, hasil penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan di bidang bimbingan dan konseling Islam.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini akan memberikan masukan bagi jurusan dan perguruan tinggi, memberikan bimbingan kepada mahasiswa khususnya dalam mengatasi prokrastinasi dalam penulisan skripsi, serta memberikan informasi dan referensi bagi mahasiswa bimbingan dan konseling Islam.



## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Beberapa karya tulis ilmiah tentang prokrastinasi telah ditinjau. Literatur yang berkaitan dengan studi penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Mawardi siregar, Syiva Fitria, Ema damayanti dengan judul “Pengaruh *self management* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir”. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif kausalitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengelolaan diri siswa bervariasi, dengan kelompok tinggi 17%, kelompok sedang 75%, dan kelompok rendah 8%. Demikian juga untuk prokrastinasi akademik, 15% berada pada kategori tinggi, 62% dalam kategori sedang dan 23% dalam kategori rendah. Analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel} = 4,926 > 2.000$ , nilai  $sig = 0,000 < 0,05$  dan pengaruhnya sebesar 0,260 atau 26,0%. Hasil uji statistik ini memperkuat klaim bahwa manajemen diri memiliki dampak yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik untuk menyelesaikan skripsi.<sup>5</sup> Persamaan penelitian ini yaitu peneliti sama-sama membahas tentang teknik *self management* dan prokrastinasi akademik, dan sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaannya terletak pada lokasi penelitian dan sampel penelitiannya.

---

<sup>5</sup>Mawardi siregar, Syiva fitria, dan Ema damayanti, “ Pengaruh Self Management Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. *Pendidikan dan konseling*, 4, No.1(2020):403-409.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ray agung wardhiana dan Sulisworo kusdiyanti dengan judul “hubungan *self regulation* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas X yang memiliki IPK rendah”. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif yang bersifat korelasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik ( $r_s = -0,467$ ). Artinya semakin rendah kemampuan regulasi diri maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Dari data hasil tabulasi silang, terdapat 21 mahasiswa X dengan IPK di bawah 2,5, kemampuan pengaturan diri yang kuat, dan tingkat prokrastinasi akademik yang rendah..<sup>6</sup> Persamaan penelitian ini yaitu peneliti sama-sama meneliti tentang prokrastinasi akademik dan ingin mengetahui hubungan diantara variabel, sama-sama menggunakan metode kuantitatif yang bersifat korelasi. Sedangkan perbedaannya terletak pada teknik yang digunakan, dimana dalam penelitian ini menggunakan *self regulation* sedangkan dalam penelitian peneliti menggunakan teknik *self management*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Noven azalia, Muswardi Rosra, dan Redi eka adriyanto dengan judul “hubungan *self control* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan ilmu pendidikan 2016”. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif yang bersifat korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan yang kuat antara *self control* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan ilmu pendidikan fakultas

---

<sup>6</sup>Rayagung wardhiana, Sulsworo kusdiyati, “Hubungan Self Regulation dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas “X” yang memiliki IPK Rendah”. *Psikologi*, 4, No. 2, (Agustus 2018):620-625.

keguruan dan ilmu pendidikan angkatan 2016.<sup>7</sup> Persamaannya yaitu sama-sama menggunakan jenis penelitian kuantitatif perbedaannya terletak pada teknik yang digunakan, dimana dalam penelitian ini menggunakan teknik *self control* sedangkan dalam penelitian peneliti menggunakan teknik *self management*.

## B. Landasan Teori

### 1. Teori *self management*

Teori *Self management* dicetuskan oleh Prijosaksono, Prijosaksono mengemukakan bahwa *self management* adalah kemampuan individu untuk mengenali dan mengontrol dirinya sehingga ia bisa mengelola orang lain atau sebagai sumber daya guna mengatur dan membuat realitas sesuai dengan visi dan misi hidup individu tersebut. Menurut sukadji sebagaimana dikutip oleh Annisa bahwa pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya.<sup>8</sup>

Merriam dan Caffallera yang dikutip oleh Binti khusnul khotimah menjelaskan bahwa *self management* merupakan upaya individu untuk merencanakan, memfokuskan dan mengevaluasi kegiatan yang dilakukan. Ada kekuatan psikologis di dalam diri yang mengarahkan individu untuk membuat keputusan dan menentukan cara yang efektif untuk mencapai tujuan mereka.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup>Noven azalea, Muswardi rosra, dan Redi eka andriyanto, "Hubungan Self Control Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan 2016". (September 2019) <http://jurnal.fkip.unila.ac.id>.

<sup>8</sup>Annisa, "Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Konseli Kelas Vii Di Smp Negeri 19 Bandar Lampung", (Mei 2017) : 36 [http://repository.radenintan.ac.id/2478/1/skripsi\\_Annisa.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/2478/1/skripsi_Annisa.pdf). 21 November 2021.

<sup>9</sup>Binti khusnul khotimah, "Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Konseli Kelas Vii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung" (Juli 2017),: 48 <http://repository.radenintan.ac.id>. 21 November 2021.

Sedangkan menurut Gantina, *self management* sekarang merupakan proses dimana individu mengatur diri mereka sendiri. Selanjutnya menurut Stewart dan Luwis, *self management* mengacu pada kemampuan individu untuk mengarahkan tindakannya atau untuk melaksanakan apa yang telah diinstruksikan meskipun ada kesulitan usaha.<sup>10</sup>

Dari teori-teori di atas, peneliti menyimpulkan bahwa *self management* adalah keterampilan atau kemampuan konseli untuk mengatur, mengelola atau mengubah sikap mereka terhadap diri mereka sendiri. Keterampilan individu terdiri dari memotivasi dia untuk mengelola semua elemen yang ada dalam dirinya, dalam berusaha mencapai apa yang diinginkannya, dalam mengembangkan kepribadiannya lebih baik.

a. Indikator *self-management*

Adapun indikator *self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).<sup>11</sup>

1) Pemantauan diri (*self monitoring*)

Adalah proses dimana konseli mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam manajemen diri, konseli biasanya mengamati dan mencatat perilaku bermasalah, mengendalikan penyebab masalah, dan menarik kesimpulan.

---

<sup>10</sup>Gantina komalasari, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks 2014):180

<sup>11</sup>Singih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: libri, 2011):225

2) *Reinforcemet yang positif (self reward).*

Membantu konseli mengatur dan memperkuat perilaku mereka melalui konsekuensi yang ditimbulkan sendiri. Penghargaan diri ini digunakan untuk memperkuat atau memperkuat sikap yang diinginkan. Premis dasar dari teknik ini adalah bahwa, dalam praktiknya, penghargaan diri berjalan secara paralel dengan penghargaan yang diberikan secara eksternal. Dengan kata lain, penghargaan yang disajikan sendiri sama dengan penghargaan yang diberikan secara eksternal yang ditentukan oleh fungsi yang mendorong perilaku tujuan.

3) Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*)

Adapun langkah-langkah dalam *self contracting* yaitu :

- a) Konseli menyusun rencana untuk mengubah pikiran, tindakan, dan perasaan yang diinginkannya.
- b) Konseli percaya pada segala sesuatu yang ingin mereka ubah.
- c) Konseli bekerja dengan teman atau anggota keluarga untuk melaksanakan program manajemen diri.
- d) Konseli menanggung risiko program manajemen diri.
- e) Pada dasarnya, semua harapan konseli mengenai perubahan pikiran, tindakan, dan perasaan adalah untuk konseli itu sendiri.
- f) Konseli menuliskan aturan mereka sendiri selama proses manajemen diri.

4) Penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*)

Teknik ini menekankan penataan ulang atau modifikasi lingkungan tertentu yang menyebabkan atau menyebabkan perilaku tertentu terjadi. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai penanda untuk respons spesifik.

b. Tahap-tahap pengelolaan diri (*Self-Management*)

Menurut Sukadji ada beberapa pengelolaan diri yaitu:

1) Tahap monitor diri (*self-monitoring*) atau observasi diri

Pada tahap ini, konseli mengamati tindakannya dan dengan hati-hati mencatat semuanya. Yang perlu diperhatikan konseli pada tahap ini adalah durasi, intensitas, dan frekuensi perilaku.

2) Tahap evaluasi diri (*self-evaluation*)

Pada fase ini, konseli membandingkan hasil catatan perilaku dengan tujuan perilaku yang dibuat oleh konseli. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang diterapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

3) Tahap pemberian penguatan, penghapusan/hukuman (*self reinforcement*)

Tahap ini adalah tahap yang paling sulit, karena membutuhkan tekad yang kuat dari pihak klien untuk terus mengimplementasikan program yang dibuat.

4) Target Behavior

Penilaian perilaku mengacu pada perilaku spesifik yang diamati, diidentifikasi, dan diukur untuk mengubah perilaku dalam kaitannya dengan lingkungan.

c. Tantangan dan hambatan dalam self management

Dalam self management ada beberapa tantangan yang didapatkan oleh individu diantaranya yaitu:

1) mampu untuk hidup mandiri, dapat menentukan diri sendiri kemana dia akan melangkah.

2) merumuskan bagaimana caranya untuk meraih impian yang ingin kita capai, dan bagaimana untuk mengelola diri dengan baik,

Adapun beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi hambatan diatas, yaitu:

1) mampu menerima diri kita apa adanya, baik kelebihan ataupun kekurangan,

2) melakukan hal yang terbaik, baik untuk diri sendiri, orang lain, lingkungan dan Tuhan.

3) berani untuk bermimpi dan memimpikan sesuatu

4) mampu belajar dari pengalaman dan mampu mengambil hikmah dari suatu kejadian

Berdasarkan untaian teori di atas maka keterkaitan teori tersebut dengan penelitian yang akan penulis lakukan adalah sebagaimana di kemukakan oleh sukadji bahwa *self management* adalah proses dimana individu dapat mengatur perilakunya sendiri sehingga mampu mencapai apa yang sudah menjadi tujuannya, maka berangkat dari pendapat inilah penulis ingin menguji teori ini apakah memiliki hubungan dengan masalah yang akan penulis teliti nantinya.

## 2. Teori Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari awalan “pro” yang berarti “maju” atau “maju” dan akhiran “pro” yang berarti keputusan hari esok yang digabungkan dengan “jeda” atau “pindah ke hari berikutnya” Berasal dari bahasa latin

*procrastination* dengan 'krastinus'. Akhirnya, prokrastinasi dan penghindaran tugas, yang disebut sebagai prokrastinasi, tidak selalu diartikan sama dalam hal budaya dan bahasa manusia. Misalnya, orang Mesir menafsirkan penundaan dalam dua cara. Artinya, ini menunjukkan makna kebiasaan yang membantu Anda menghindari tugas-tugas penting atau upaya impulsif. Ini juga berarti kebiasaan berbahaya mengabaikan pekerjaan yang penting untuk mata pencaharian, misalnya Bekerja di ladang selama musim tanam. Dengan demikian, pada abad terakhir, prokrastinasi memiliki konotasi positif ketika ditunda sebagai upaya konstruktif untuk menghindari pengambilan keputusan yang salah dan impulsif; Ini memiliki konotasi negatif ketika dilakukan.<sup>12</sup>

Istilah prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman, istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dan tugas, tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak, setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi.<sup>13</sup>

Menurut Glenn prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psiatri. Seorang *procrastinator* biasanya juga mempunyai tidur yang

---

<sup>12</sup>Muliyadi, M., Yasdar, M., & Sulaiman, F. "Penerapan Teknik Manajemen Diri Dapat Mengurangi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Stkip Muhammadiyah Enrekang". *Ed umaspul:Pendidikan*, 1,no.2,(Maret 2017):94. <https://ummaspul.ejournal.id>.

<sup>13</sup>Saman, Abdul. "Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan)." *Psikologi Pendidikan dan Konseling*, (Februari 2017): 57.<http://103.76.50.195/JPPK/article/view/3070/2957>.

tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, penyebab stress, dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya.<sup>14</sup>

Menurut Silver, penunda tidak bermaksud untuk menghindar dari tugas yang ada atau tetap bodoh. Namun, mereka hanya menundanya sehingga membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugas. Keterlambatan mencegahnya menyelesaikan pekerjaannya tepat waktu.<sup>15</sup>

Ferrari menyimpulkan bahwa konsep penundaan dapat dilihat dengan beberapa batasan:

- a. Penundaan hanyalah perilaku menunda-nunda. Dengan kata lain, perilaku menunda suatu tugas disebut prokrastinasi, terlepas dari tujuan atau alasan penundaan tersebut.
- b. Penundaan menimbulkan suatu ciri sebagai kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki seseorang.
- c. Prokrastinasi sebagai ciri kepribadian, prokrastinasi dalam pengertian ini hanyalah perilaku yang tertunda, tetapi suatu sifat yang melibatkan unsur-unsur perilaku dan struktur mental lain yang saling berhubungan yang mungkin diketahui secara langsung atau tidak langsung.

---

<sup>14</sup>Rahma, H. S. "Upaya Reduksivitas Prokrastinasi Akademik Melalui Teknik Kontrak Perilaku Pada Mahasiswa (Juli 2021).:19 <http://repository.uinbanten.ac.id> . 28 Desember 2021.

<sup>15</sup>Galeh sari meilindani, "Keefektivan Teknik Self Management Untuk Mengurasi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Nautika A SMK Pelayaran Hang Tuah Kendari Tahun Pelajaran 2017/2018", *simki pedagogia*, vol 02, no. 06 (Februari 2018): 4 <http://simki.unpkediri.ac.id>.

Ferrari membagi prokrastinasi menjadi dua yaitu:<sup>16</sup>

- a. *Functional procrastination*, yaitu penundaan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b. *Dysfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak membantu, mengarah pada hasil yang buruk dan menyebabkan masalah.

Dari berbagai pendapat di atas, dapat kita simpulkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja dan berulang-ulang dengan melakukan kegiatan lain yang tidak perlu untuk menyelesaikan tugas. Prokrastinasi dibagi menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat dari prokrastinasi. Penundaan fungsional, yaitu penundaan dengan alasan kuat yang memiliki tujuan tertentu yang tidak merugikan. Sebenarnya, ada baiknya melakukan upaya konstruktif untuk menyelesaikan tugas dengan benar. Pada akhirnya, konsep penundaan adalah penundaan yang disengaja dan berulang, yaitu penundaan tugas-tugas penting, dengan melakukan kegiatan lain yang tidak perlu untuk melakukan tugas dalam jenis penundaan disfungsional. Keterlambatan ini tidak disengaja dan dapat merugikan.

#### a. Jenis-jenis tugas pada prokrastinasi akademik

Penundaan dapat dilakukan dalam berbagai jenis pekerjaan. Patterson berkata seseorang hanya bisa menunda hal-hal tertentu, atau semuanya. Jenis

---

<sup>16</sup>Solikhatun, Noventi. "Pengaruh Efikasi Diri dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Diss. Universitas Islam Riau," (September 2018):2, <http://repository.uir.ac.id>. 16 November 2021.

tugas yang sering ditunda oleh penunda: tugas pengambilan keputusan, pekerjaan rumah tangga, pekerjaan sekolah, pekerjaan kantor, dan lainnya.<sup>17</sup>

Penundaan akademik dan non-akademik adalah istilah yang digunakan oleh para profesional untuk mengkategorikan jenis tugas di atas. Prokrastinasi akademik adalah jenis prokrastinasi yang dilakukan dalam tugas-tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik seperti tugas sekolah atau tugas kuliah. Penundaan non-akademik adalah keterlambatan dalam melakukan tugas-tugas informal atau yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Seperti, Pekerjaan rumah tangga, sosial, pekerjaan kantor, dan lainnya.<sup>18</sup>

#### b. Ciri-ciri prokrastinasi akademik

Ferrari mengatakan bahwa prokrastinasi akademik sebagai perilaku penundaan dapat memanifestasikan dirinya dalam indikator terukur tertentu dan dalam sifat tertentu yang dapat diamati:<sup>19</sup>

##### 1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Keterlambatan dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang tertunda. Penunda tahu bahwa tugas yang ada harus segera diselesaikan, tetapi mereka ragu untuk mulai mengerjakannya atau menyelesaikan sepenuhnya tugas yang telah mereka mulai.

<sup>17</sup>Lubis, B. S. "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi dalam Menyelesaikan Skripsi di Universitas MedanArea" (J anuari 2018):47, <http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/9659/1/Balqish%20Sarah%20Lubis%20-%20Fulltext.pdf>. 14 Oktober 2021.

<sup>18</sup>Reswita, Reswita. "Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK." *PAUD Lectura Pendidikan Anak Usia Dini* 2.02 (Maret 2019): 27, <https://journal.unilak.ac.id/index.php/paud-lectura/article/view/2497/1570>

<sup>19</sup>M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, IV (Jogjakarta:Ar-Ruzz Mesia,2014), 158-160.

## 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Penunda membutuhkan waktu lebih lama dari biasanya untuk menyelesaikan tugas. Penunda menghabiskan waktu luang mereka untuk mempersiapkan diri. Selain itu, ia melakukan hal-hal yang tidak perlu untuk menyelesaikan tugas tanpa mempertimbangkan waktu yang terbatas. Perilaku seperti itu dapat mengarah pada fakta bahwa seseorang tidak dapat menyelesaikan tugas dengan benar. Kemalasan, dalam arti lambat untuk menyelesaikan tugas, mungkin merupakan ciri utama dari penundaan akademik.

## 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Para penunda sulit memenuhi tenggat waktu. Penunda sering tertinggal dalam memenuhi tenggat waktu yang ditetapkan oleh orang lain dan rencana yang mereka tetapkan untuk diri mereka sendiri. Seseorang mungkin berencana untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang ditentukan sendiri. Tetapi ketika saatnya tiba, mereka tidak melakukannya sesuai rencana, menyebabkan keterlambatan atau gagal menyelesaikan tugas dengan benar.

## 4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Lakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan pekerjaan yang harus dilakukan. Orang yang menunda-nunda sengaja tidak bekerja dengan cepat. Namun, ia menggunakan waktu yang ia miliki untuk melakukan kegiatan lain yang menurutnya lebih menyenangkan dan menarik, seperti menyisihkan waktu untuk melakukan pekerjaan yang harus ia lakukan.

Dari sini dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah keterlambatan dalam memulai atau menyelesaikan pekerjaan pada tugas yang ada,

keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara perencanaan dan penyelesaian, kegiatan aktual yang lebih menyenangkan daripada tugas dan kegiatan lainnya dapat disimpulkan..

c. Faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik

Prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor diluar diri individu. Faktor tersebut dapat memunculkan perilaku prokrastinasi maupun menjadi faktor kondusif yang akan menjadi katalisator sehingga perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat dengan adanya pengaruh faktor tersebut.

1) faktor internal

a) kondisi fisik yaitu keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi.

b) kondisi psikologi individu yaitu sifat kepribadian individu yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku penundaan misalnya sifat kemampuan sosial dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. besarnya motivasi yang dimiliki seseorang mempengaruhi prokrastinasi secara negatif dimana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki seseorang ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik

2) faktor eksternal

a) pola asuh orang tua. hasil penelitian Ferrari dan Ollivete, menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan

perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian wanita, sedangkan pengasuhan otoriter ayah menghasilkan anak wanita yang bukan procrastinator.

b) kondisi lingkungan yang toleran. prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Berdasarkan untaian teori di atas maka keterkaitan teori tersebut dengan penelitian yang akan penulis lakukan adalah sebagaimana dikemukakan oleh Ferrari bahwa prokrastinasi adalah perilaku atau kebiasaan yang dilakukan oleh seseorang dalam menunda-nunda mengerjakan sesuatu, baik penundaan itu dilakukan dengan alasan atau tanpa alasan. Perilaku prokrastinasi ini banyak terjadi di sekitar kita dari berbagai kalangan mulai dari kalangan masyarakat sampai kalangan mahasiswa dan salah satunya terjadi pada mahasiswa BKI IAIN Palopo. Berangkat dari teori ini penulis akan melakukan penelitian untuk melihat bagaimana prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa BKI, karena perilaku ini sudah menjadi masalah yang menyebabkan para mahasiswa terlambat dalam menyelesaikan studinya dan jika perilaku ini terus-menerus dibiarkan akan menimbulkan gangguan mental pada orang yang melakukan prokrastinasi salah satu contohnya akan mengalami kecemasan berlebihan dan juga akan mempengaruhi kualitas suatu kampus karena banyak mahasiswa yang tidak lulus sesuai dengan waktu yang ditetapkan.

#### d. Prokrastinasi akademik dalam kajian Islam

Islam sebagaimana firman Allah swt merupakan agama yang sangat menganjurkan manusia untuk selalu menghargai waktu dan tekun dalam segala

hal. di QS. al-‘Aṣr/103 : 1-3 menjelaskan tentang orang yang merugi kecuali orang yang mampu mengerjakan amal shaleh dan memanfaatkan waktunya dengan baik.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Terjemahnya:

“Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran.”<sup>20</sup>

Ayat di atas menjelaskan bahwa orang yang tidak memanfaatkan waktunya adalah orang yang merugi. Melalui QS. al-‘Aṣr, manajemen waktu yang buruk terbukti mengarah pada kehancuran dan kehancuran. Orang bijak selalu meluangkan waktu yang diperlukan untuk mengembangkan iman mereka dengan melakukan perbuatan baik, saling mengajarkan kebenaran, dan saling menyampaikan kebenaran.

Kegiatan menunda-nunda tidak baik dan dapat merugikan individu. Sesuatu harus segera dilakukan, bukan menunda-nunda. Seperti yang dinyatakan dalam QS. al-Kahf/18 : 23 adalah:

وَلَا تَقُولَنَّ لِشَايٍٓ إِنَّي فَاعِلٌ ذَٰلِكَ غَدًا ﴿٢٣﴾

<sup>20</sup>Kementrian Agama Republik Indonesia, Al quran dan Terjemahnya (Bandung:PT syamil cipta media, 2005):

Terjemahnya:

“Dan jangan sekali-kali kamu mengatakan tentang sesuatu: "Sesungguhnya aku akan mengerjakan ini besok pagi,"”<sup>21</sup>

Islam sebagai ajaran yang lengkap selalu memerintahkan manusia untuk menghargai waktu dan tidak menunda-nunda pekerjaan. Nabi Muhammad ﷺ ‘alaihi wa sallam memerintahkan kepada umatnya untuk memanfaatkan masa muda dengan sebaik-baiknya. Dari Ibnu ‘Abbas radhiyallahu ‘anhuma, Nabi Muhammad ﷺ ‘alaihi wa sallam pernah menasehati seseorang,

وَعَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِرَجُلٍ وَهُوَ يَعْظُهُ: إِغْتَنِمِ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغِنَاكَ قَبْلَ فُقْرِكَ، وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ. (رواه الحاكم).<sup>22</sup>

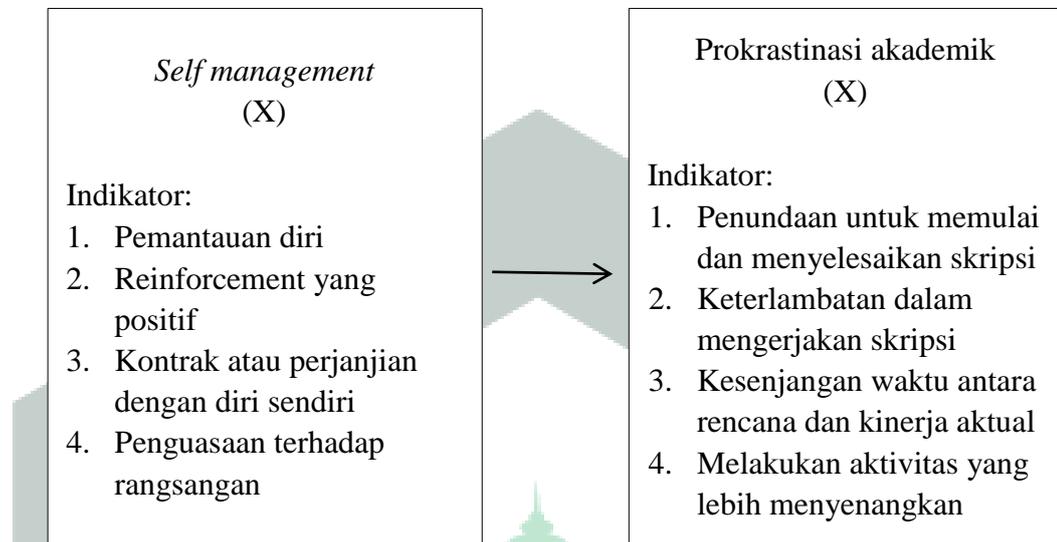
Artinya:

“Dari Ibnu ‘Abbas r.a. berkata: Rasulullah saw. bersabda kepada seorang pemuda dan menasehatinya: Manfaatkan lima perkara sebelum datang lima perkara: Masa mudamu sebelum datang masa tuamu, masa sehatmu sebelum datang masa sakitmu, masa kayamu sebelum datang masa kefakiranmu, masa luangmu sebelum datang masa sibukmu, dan hidupmu sebelum datang kematianmu”.(HR. Al-Hakim).

<sup>21</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, Al quran dan Terjemahnya (Bandung:PT syamil cipta media, 2005):296.

<sup>22</sup>Abu Abdullah Muhammad bin Abdullah Al-Hakim An-Naisaburi dalam kitab Zakiyyuddin Abdul ‘Azhim bin Abdul-Qawiy bin Abdullah bin Salamah Abu Muhammad Al-Mundziri, *At-Tarhib wa at-Tarhib*, Kitab. At-Taubah wa az-zuhd, Jilid 4, No. 5145, (Beirut – Libanon: Darul Fikri, 1993), h. 113.

### C. Kerangka Pikir



Bagan 2.1 Kerangka Pikir

### D. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari peneliti yang tidak menutup kemungkinan adanya perbedaan dari hasil penelitian, adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu:

1. Tingkat *self management* mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi tergolong rendah.
2. Tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa BKI dalam menyelesaikan skripsi tergolong tinggi.
3. Terdapat hubungan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan suatu proses menggunakan data berbentuk angka sebagai alat ukur buat mendapat suatu pengetahuan.<sup>23</sup> Jenis pendekatan yang digunakan adalah pendekatan komunikasi dan psikologi. Pendekatan komunikasi memudahkan peneliti untuk mengumpulkan data yang relevan dengan manajemen diri ketika mahasiswa menunda skripsinya. Pendekatan psikologis yang muncul dalam proses mental seseorang yang mempengaruhi perilaku dan akibat yang terjadi dalam menanggapi representasi pikiran dalam bentuk perilaku seseorang, menggunakan metode penelitian korelasi dalam penelitian ini. Penelitian korelasi adalah penelitian yang mencari hubungan antara dua variabel atau lebih. Hubungan antara variabel dalam penelitian kuantitatif dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi dan signifikasi secara statistik.

#### **B. Waktu dan Lokasi Penelitian**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Peneliti memfokuskan Penelitian ini akan pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah angkatan 2017 IAIN Palopo, jln. Agatis, kecamatan Bara, Kelurahan Balandai,

---

<sup>23</sup>S. Margono, *Metodologi penelitian Pendidikan*, Cet.6 (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007), 105-106

Sulawesi Selatan. Lokasi ini diambil karena masih banyak mahasiswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik khususnya prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

## 2. Waktu Penelitian

Rencana penelitian akan dilaksanakan mulai Juli hingga Agustus 2022.

Tahap 1: Observasi Penelitian, Penentuan Judul Penelitian, Pengajuan Aplikasi, Panduan Aplikasi, Pengajuan Seminar Aplikasi. Tahap 2: melakukan penelitian, menyusun hasil penelitian, konsultasi dan seminar hasil penelitian. Tahap 3: Seminar Revisi Hasil Penelitian, bimbingan, dilanjutkan dengan Ujian Tertutup Munaqasyah..

## C. Definisi Operasional Variabel

**Tabel 3.1** Definisi Operasional *Self Management* dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	Pengertian	Indikator
<i>Self management</i>	<i>Self management</i> adalah suatu kemampuan yang berkaitan dengan diri sendiri dan keterampilan mengarahkan tingkah lakunya dengan stimulus dan respon baik internal maupun eksternal.	1. Pemantauan diri 2. Reinforcement positif 3. Kontrak/perjanjian dengan diri sendiri 4. Penguasaan terhadap rangsangan
Prokrastinasi Akademik	Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda dimulainya	1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi

penyelesaian tugas dengan 2. Keterlambatan dalam melakukan kegiatan lain mengerjakan skripsi yang tidak bermanfaat, 3. Kesenjangan waktu menyebabkan tugas menjadi antara rencana dan terhambat, tidak selesai tepat kinerja actual waktu, dan sering tertunda. 4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan atau totalitas objek yang diteliti.<sup>24</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa IAIN Palopo prodi BKI angkatan 2017. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 24 mahasiswa.

##### **2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi.<sup>25</sup> Dalam penelitian ini peneliti menentukan sampel menggunakan sampling jenuh. Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampel dari penelitian ini yaitu 24.

<sup>24</sup> Sugiyono, *Educational Reswarch: Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Cet.20 (Bandung: Alfabeta,2014), 80.

<sup>25</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Cet.4 (Bandung :Alfabeta, 2013), 123.

## E. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Observasi

Observasi adalah salah satu metode pencarian fakta tertentu yang dilakukan secara sistematis dan sadar dengan menggunakan panca indera (terutama mata) dari peristiwa yang direkam pada saat terjadinya. Menurut Sutrisno Hadi, observasi adalah suatu proses yang kompleks, suatu teknik pengumpulan data, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua hal penting adalah proses observasi dan memori.<sup>26</sup>

Tujuan observasi dilakukan untuk mengamati *self management* dan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa BKI IAIN Palopo.

### 2. Angket/kuesioner

Angket/kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang berisi pertanyaan/pernyataan yang harus dijawab oleh responden atau objek yang diteliti. Pertanyaan/pernyataan dalam survei bergantung pada tujuan yang ingin Anda capai, karena hal itu memengaruhi pertanyaan/pernyataan yang disertakan dalam survei.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan, (Pendekatan kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Cet.15. (Bandung:Alfabeta,2012), 199-200.

<sup>27</sup>Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2004), 72.

## F. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian melalui angket atau kuesioner.<sup>28</sup> Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert.

Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu terhadap fenomena sosial dalam penelitian.<sup>29</sup> Teknik pengisian skala berupa list. Mahasiswa diminta untuk memilih jawaban dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang tersedia. Pilihan jawaban dipertimbangkan sesuai dengan kepribadian mahasiswa. Sebuah studi tentang hubungan antara *self management* dan prokrastinasi akademik dalam menulis skripsi terdiri dari pernyataan positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*). Setiap pernyataan disediakan empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). ketentuan pemberian skor dalam pengolahan data yang dihasilkan instrumen ini ditentukan sebagai:

**Tabel 3.2** Skala Likert

No.	Alternatif jawaban	Skor <i>favourable</i>	Skor <i>unfavourable</i>
1	Sangat Sesuai (SS)	4	1
2	Sesuai (S)	3	2
3	Tidak Sesuai (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

<sup>28</sup>Sugianto, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung, Alfabeta, 2009), 118.

<sup>29</sup>Hamid Darmadi, *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*, (Bandung: Alfabeta, 2014),

**Tabel 3.3** Kisi-Kisi Kuisisioner Variabel

Variabel	Indikator	Nomor pernyataan	
		<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>
<i>Self Management</i>	Pemantauan diri	1, 2, 3, 4, 9	5, 6, 7, 8
	<i>Reinforcement</i> yang positif	10, 11, 12, 13, 17	14, 15, 16
	Kontrak/perjanjian dengan diri sendiri	18, 19, 20, 21, 22	23, 24, 34
Prokrastinasi	Penguasaan terhadap rangsangan	25, 26, 27, 28, 29, 30, 33	31, 32, 35
	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi	1, 4, 6, 11, 22	2, 9, 10, 16, 34
	Keterlambatan dalam mengerjakan Skripsi	7, 12, 14, 15, 20, 24	3, 17, 19, 26
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	5, 13, 18, 21, 23, 31	27, 28, 35
	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	30, 32, 33	8, 25, 29

## G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

### 1. Uji Validasi

Validitas instrument merupakan kemampuan instrument untuk mengukur dan menggambarkan keadaan suatu aspek sesuai dengan maksud untuk apa instrument dibuat. Dalam penelitian ini proses validasi dilakukan dengan menggunakan tes analisis butir atau tes korelasi dan melibatkan ahli yang didukung oleh dua orang dosen validasi yang berkompeten secara pendidikan.

Dosen validator yang dimaksud ialah:

**Tabel 3.4** Dosen Validator

<b>Nama</b>	<b>Pekerjaan</b>
Agustan S.Pd., M.Pd	Dosen
Saifur Rahman, S.Fil., M.Ag	Dosen

Perhitungan validitas dilakukan dengan bantuan SPSS versi 20. Selanjutnya nilai  $r_{hitung}$  dikonsultasikan dengan  $r_{tabel}$  dengan taraf signifikan 5%, jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka item valid dan layak digunakan dalam pengambilan data dan jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka item tidak valid dan tidak layak digunakan dalam pengambilan data sehingga untuk menentukan item yang gugur dari *corrected item-total correlation* menggunakan rumus:

$$r = N - 2$$

Keterangan:

$r$  = koefisien dengan tingkat signifikan 5%

$N$  = jumlah sampel

$$r = 24 - 2$$

$$= 22$$

$$= 0,343 \text{ (dalam } t_{tabel})$$

## 2. Uji reliabilitas instrument

Suatu instrumen dikatakan reliabel jika instrumen tersebut terus menerus mengukur objek yang sama dan menghasilkan data yang sama.<sup>30</sup> Untuk mengetahui suatu instrument reliable atau tidak maka peneliti menggunakan bantuan Aplikasi SPSS yang memungkinkan Anda mengukur reliabilitas dengan

<sup>30</sup>Riduwan & Sunarto, *Pengantar Statistika untuk penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, Komunikasi dan Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2012), 347-348.

uji statistik *Alfa Cronbach*. Dalam metode ini, Instrumen dianggap reliabel jika nilai standar  $\alpha > 0,60$ . Klasifikasi koefisien determinasi reliabilitas adalah sebagai berikut: 0.80 1.00 : reliabilitas Sangat tinggi. 0.60 0.80 : reliabilitas tinggi; 0.40 0.60 : reliabilitas rendah. 0.20 0.40 : reliabilitas sangat rendah.

## H. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah bagian penting dari penelitian yang memproses dan menganalisis data untuk memastikan keasliannya. Analisis data memungkinkan untuk membuktikan hipotesis, menarik kesimpulan tentang rumusan masalah yang diteliti, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi (anareg) sederhana satu prediktor dengan bantuan program *statistical package for social science (SPSS)* versi 20.

### 1. Uji asumsi klasik

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas data terdiri dari menentukan apakah data berdistribusi normal. Normalisasi dilakukan sebelum data diolah berdasarkan model penelitian yang diajukan. Uji normalitas data menggunakan software SPSS versi 20 dalam uji statistik survey menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov*.<sup>31</sup>

#### b. Uji linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak. Korelasi yang baik seharusnya

---

<sup>31</sup> Syofian Siregar, "*Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, Cet.II (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), 153.

terdapat hubungan yang linear antara variabel *self management* (X) dengan variabel (Y).

c. Uji hipotesis

Uji korelasi product moment

Uji korelasi product moment digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan) dua variabel. korelasi product moment dikembangkan oleh Karl pearson tahun 1900.

**Tabel 3.5** Interpretasi Kekuatan Hubungan Antar Variabel

<b>Interval koefisien</b>	<b>Tingkat hubungan</b>
0,80 – 1,000	Sangat kuat
0,60 – 0,799	Kuat
0,40 – 0,599	Cukup kuat
0,20 – 0,399	Rendah
0,00 – 0,199	Sangat rendah

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Gambaran Umum Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan salah satu Program Studi di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo tepatnya berada di Jalan Agatis, Kel. Balandai, Kec. Bara, Kota Palopo, Sulawesi Selatan. Program studi Bimbingan dan Konseling Islam didirikan pada tanggal 27 Oktober 2008 berdasarkan SK Penyelenggara Dj.1/385/2008. Peringkat akreditasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam saat ini ialah B sesuai keputusan BAN-PT No. 8687/SK/BAN-PT/AK-PPJ/S/VI/2022.

Adapun visi, misi dan tujuan program studi bimbingan dan konseling islam sebagai berikut:

##### 1) Visi

Unggul dan terkemuka dalam pengkajian dan pengembangan Bimbingan dan Konseling Islam untuk kebahagiaan dan kesejahteraan umat manusia.

##### 2) Misi

- a) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran BKI dengan ilmu terkait sebagai proses menyiapkan konselo Islam professional
- b) Mengembangkan penelitian BKI untuk kepentingan akademik dan masyarakat

- c) Meningkatkan peran serta dalam upaya membantu menyelesaikan personal individu dan keluarga.
- d) Memperluas kerjasama dengan berbagai pihak untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan tri darma perguruan tinggi.

Dosen program studi bimbingan dan konseling islam

**Tabel.4.1.** Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

No.	Nama	Program Studi
1	Dr. Efendi P., M.Sos.I.	Prodi BKI
2	Dr. Syahrudin, M.HI.	Prodi BKI
3	Dr. Subekti Masri, M.Sos.I.	Prodi BKI
4	Muhammad Ilyas, S.Ag., M.A.	Prodi BKI
5	Amrul Aysar Ahsan, S.Pd.I., M.Si.	Prodi BKI
6	Sapruddin, S.Ag., M.Sos.I.	Prodi BKI
7	Hamdani Thaha, S.Ag., M.Pd.I.	Prodi BKI
8	Nur Mawakhira Yusuf, S.Pd.I., M.P.Si.	Prodi BKI

Sumber: Data berasal dari staf akademik IAIN Palopo fakultas ushuluddin adab dan dakwah.

#### Sarana dan Prasarana

Agar pendidikan dapat terlaksana secara optimal, diperlukan dukungan terhadap kegiatan belajar mengajar, sehingga memerlukan sarana dan prasarana yang baik. Sarana dan prasarana fakultas yang ada juga cukup memadai bagi program studi BKI untuk mendukung proses belajar mahasiswa.

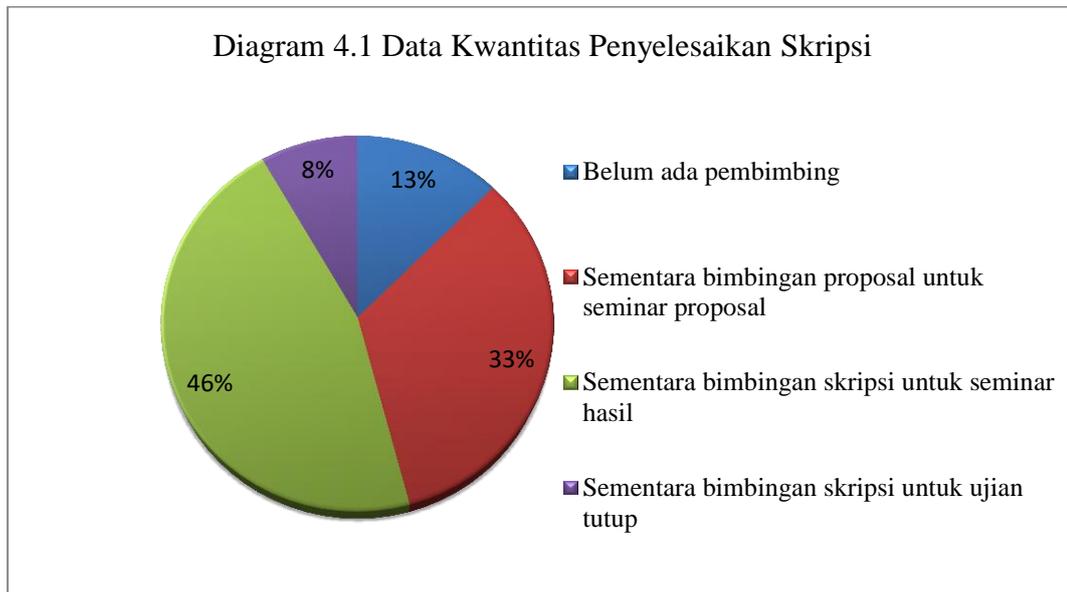
**Tabel 4.2** Sarana dan Prasarana FUAD

No.	Nama Barang	Tahun Perolehan	Merk/Type	Jumlah Barang	Kondisi Barang			Ruangan
					B	RR	RB	
1	Meja kerja 1 Biro	2019	Duma	1	1			Ketua prodi BKI
2	Meja Kerja $1/2$ Biro	2019	Duma	1	1			Ketua Prodi BKI
3	Meja Kerja $1/2$ Biro	2019	Murni	1	1			Ketua Prodi BKI
4	Kursi Putar	2019	Duma	2	2			Ketua Prodi BKI
5	Kursi Kerja Metal	2014	Brother	1	1			Ketua Prodi BKI
6	AC 1 PK	2019	Daikin	1	1			Ketua prodi BKI

Sumber : Data berasal dari staf akademik IAIN Palopo fakultas ushuluddin adab dan dakwah.

## 2. Statistik Deskriptif

Data dalam penelitian ini diperoleh dari mahasiswa BKI IAIN Palopo angkatan 2017. Penelitian ini ditujukan kepada mahasiswa untuk mengetahui tingkat *self management* serta tingkat prokrastinasi yang terdapat pada mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam menyelesaikan skripsi. Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran data pada masing-masing variabel. Adapun data kuantitas penyelesaian tugas akhir mahasiswa BKI IAIN Palopo angkatan 2017 terdapat pada diagram berikut:



Sumber: Data di peroleh dari hasil penyebaran kuesioner pada bulan juli tahun 2022

Dari diagram di atas dapat kita lihat data kwantitas mahasiswa BKI IAIN Palopo angkatan 2017 dalam menyelesaikan skripsi berjumlah 24 mahasiswa, yang belum mempunyai pembimbing sekitar 13% atau 3 mahasiswa, yang sementara bimbingan proposal untuk seminar proposal sekitar 33% atau 8 mahasiswa, yang sementara bimbingan skripsi untuk seminar hasil sekitar 46% atau 11 mahasiswa dan yang sementara bimbingan skripsi untuk ujian tutup sekitar 8% atau 2 mahasiswa.

*a. Self management*

**Tabel 4.3** Deskriptif Statistik *Self management*

<b>Deskriptif Statistik</b>								
<b>Variabel</b>	<b>N</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Sum</b>	<b>Mean</b>	<b>median</b>	<b>Modus</b>	<b>Std. Deviation</b>
<i>Self management</i>	24	60	120	2183	90.96	89	90	14.18

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Dari hasil analisis deskriptif di atas dari jumlah pernyataan sebanyak 35 butir serta jumlah responden sebanyak 24 mahasiswa maka diperoleh nilai minimum sebesar 60, nilai maksimum 120. Adapun jumlah total keseluruhan jumlah data sebesar 2183 dengan nilai mean sebesar 90.96, nilai median sebesar 89, nilai modus sebesar 90 serta nilai standar deviation sebesar 14.18.

Peneliti menetapkan kategori menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Distribusi frekuensi untuk kategori *self management* ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4.4** Distribusi Frekuensi Kategori *Self management*

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	91 – 120	8	33,3%
Rendah	60 – 90	16	66,7%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa terdapat 8 mahasiswa atau sekitar 33,3% mahasiswa yang masuk dalam kategori tinggi karena memperoleh nilai interval 91-120 dan terdapat 16 mahasiswa atau sekitar 66,7% mahasiswa yang masuk dalam kategori rendah karena memperoleh nilai interval 60-90. Jadi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Palopo angkatan 2017 memiliki *self management* yang rendah.

## b. Prokrastinasi akademik

**Tabel 4.5** Deskriptif Statistik Prokrastinasi Akademik

Deskriptif Statistik								
Variabel	N	Min	Max	Sum	Mean	Median	modus	Std. Deviation
Prokrastinasi Akademik	24	46	120	2099	87.46	87.50	84	16.07

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Dari hasil analisis deskriptif di atas dari jumlah pernyataan sebanyak 35 butir serta jumlah responden sebanyak 24 mahasiswa maka diperoleh nilai minimum sebesar 46, nilai maksimum 120. Adapun jumlah total keseluruhan jumlah data sebesar 2099 dengan nilai mean sebesar 87.46, nilai median sebesar 87.50, nilai modus sebesar 84 serta nilai standar deviation sebesar 16.07.

Peneliti menetapkan kategori menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Adapun distribusi frekuensi kategori Prokrastinasi tercantum dalam tabel berikut:

**Tabel.4.6** Distribusi Frekuensi Kategori prokrastinasi akademik

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	84 – 120	19	79%
Rendah	46 – 83	5	21%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa terdapat 19 mahasiswa atau sekitar 79% mahasiswa yang masuk dalam kategori tinggi karena memperoleh nilai interval 84-120 dan terdapat 5 mahasiswa atau sekitar 21% mahasiswa yang masuk dalam kategori rendah karena memperoleh nilai interval 46-83 . Jadi dapat

disimpulkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Palopo angkatan 2017 memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

### 3. Hasil analisis data

#### a. Uji Instrumen

##### 1) Hasil uji validitas

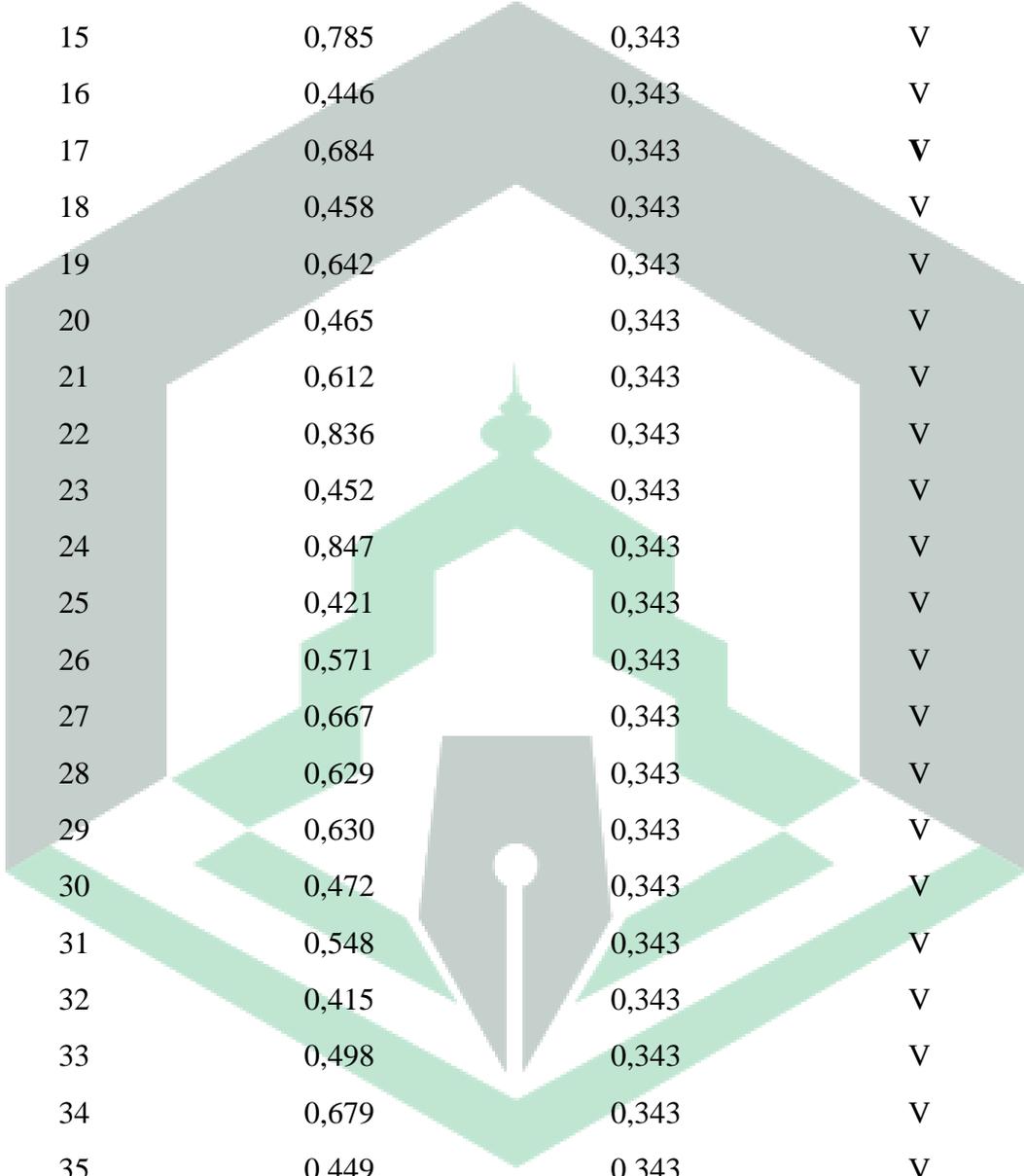
Uji validasi dengan korelasi total item-item yang berkorelasi digunakan untuk mengukur keefektifan angket. Kriteria yang digunakan untuk menilai kecukupan pertanyaan dan pernyataan yang digunakan dalam penelitian ini tingkat kepercayaan 90% adalah:

a) Jumlah responden sebanyak 24 responden

b)  $T_{hitung}$  (tabel *Correclated Item Total Correclation* >  $t_{tabel}$ ) atau positif sehingga data dinyatakan valid.

**Tabel 4.7** Hasil Validasi Variabel X *Self management*

Butir Pernyataan	Corrected Item Total Correlation		Keterangan
	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
1	0,827	0,343	V
2	0,376	0,343	V
3	0,437	0,343	V
4	0,605	0,343	V
5	0,460	0,343	V
6	0,385	0,343	V
7	0,547	0,343	V
8	0,541	0,343	V
9	0,616	0,343	V
10	0,660	0,343	V



11	0,822	0,343	V
12	0,854	0,343	V
13	0,391	0,343	V
14	0,536	0,343	V
15	0,785	0,343	V
16	0,446	0,343	V
17	0,684	0,343	V
18	0,458	0,343	V
19	0,642	0,343	V
20	0,465	0,343	V
21	0,612	0,343	V
22	0,836	0,343	V
23	0,452	0,343	V
24	0,847	0,343	V
25	0,421	0,343	V
26	0,571	0,343	V
27	0,667	0,343	V
28	0,629	0,343	V
29	0,630	0,343	V
30	0,472	0,343	V
31	0,548	0,343	V
32	0,415	0,343	V
33	0,498	0,343	V
34	0,679	0,343	V
35	0,449	0,343	V

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  dari semua butir pernyataan *self management* lebih tinggi dari  $t_{tabel}$ , sehingga disimpulkan bahwa semua kuesioner *self management* dinyatakan valid.

**Tabel 4.8** Hasil Validasi Variabel Y Prokrastinasi Akademik

Butir Pernyataan	Corrected Item Total Correlation		Keterangan
	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
1	0,473	0,343	V
2	0,665	0,343	V
3	0,376	0,343	V
4	0,502	0,343	V
5	0,445	0,343	V
6	0,807	0,343	V
7	0,605	0,343	V
8	0,767	0,343	V
9	0,684	0,343	V
10	0,715	0,343	V
11	0,611	0,343	V
12	0,483	0,343	V
13	0,458	0,343	V
14	0,357	0,343	V
15	0,431	0,343	V
16	0,571	0,343	V
17	0,454	0,343	V
18	0,463	0,343	V
19	0,439	0,343	V
20	0,422	0,343	V
21	0,458	0,343	V
22	0,542	0,343	V
23	0,797	0,343	V
24	0,670	0,343	V
25	0,498	0,343	V
26	0,549	0,343	V

27	0,367	0,343	V
28	0,460	0,343	V
29	0,590	0,343	V
30	0,450	0,343	V
31	0,609	0,343	V
32	0,493	0,343	V
33	0,404	0,343	V
34	0,831	0,343	V
35	0,376	0,343	V

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  dari semua butir pernyataan prokrastinasi akademik lebih tinggi dari  $t_{tabel}$ , sehingga disimpulkan bahwa semua kuesioner prokrastinasi akademik dinyatakan valid.

## 2) Hasil uji reliabilitas

Uji reliabilitas adalah langkah selanjutnya yang digunakan setelah melewati uji validitas. Dalam uji reliabilitas item pernyataan bisa dikatakan reliabel atau konsisten ketika mengukur suatu objek yang sama terus-menerus dan menghasilkan data yang sama. Saat mengukur reliabilitas, peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 20 menggunakan uji statistik *cronbach alpha* untuk menentukan apakah suatu instrumen reliabel. Apabila *cronbach alpha* > 0,60 maka angket dinyatakan reliabel atau konsisten.

**Tabel 4.9** Hasil Uji Reliabilitas Variabel X dan Y

<b>Variabel X</b> <i>Self management</i>		<b>Variabel Y</b> <b>Prokrastinasi Akademik</b>	
Cronbach's Alpha	N of Item	Cronbach's Alpha	N of Item
0,940	35	0,950	35

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Dari data di atas dapat dilihat bahwa nilai *cronbach's alpha* pada variabel *self management* sebesar  $0,940 > 0,60$  yang artinya bahwa variabel *self management* dapat dikatakan reliabel dan nilai *cronbach's alpha* pada variabel prokrastinasi akademik sebesar  $0,950 > 0,60$  yang berarti variabel prokrastinasi akademik juga dapat dikatakan reliabel.

#### b. Uji Asumsi Klasik

##### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk membuktikan bahwa skala penelitian yang disusun telah mengikuti sebaran data distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan metode *one-sample kolmogorov-smirnov test* dengan menggunakan bantuan software *SPSS for window version 20*. Dasar pengambilan keputusan pada uji normalitas yakni, jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) maka sebaran data yang diperoleh adalah normal. Sedangkan jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka sebaran data tersebut tidak mengikuti sebaran data normal.

Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas

## One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		24
Normal parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	10.55150339
	Absolut	.148
Most Extreme Differences	Positif	.148
	Negatif	-.121
Kolmogorov-Smirnov Z		.725
Asymp. Sig. (2-tailed)		.670

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Berdasarkan hasil di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,670 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diuji berdistribusi normal.

## 2) Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel dependen dan variabel independen mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak. Suatu hubungan variabel dikatakan linear jika nilai *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05. Uji linieritas ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 20 dengan analisis varians (ANOVA) yang digunakan untuk mengetahui tingkat signifikansi taraf dari nilai linier. Kriteria keputusannya adalah: (1) Terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat jika nilai signifikansi deviasi dari linearitas  $> 0,05$ . (2) Jika nilai

signifikansi deviasi dari linearitas  $< 0 >$ , maka tidak ada hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat.

**Tabel 4.11** Hasil Uji Linearitas

**ANOVA Table**

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik* <i>Self management</i>	(Combined)	5507.333	17	323.961	1.892	.221
	Between Groups	3973.813	1	3973.813	23.212	.003
	Deviation from Linearity	1533.520	16	95.845	.560	.835
	Within Groups	1027.167	6	171.194		
	Total	6534.500	23			

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai *deviation from linearity* sebesar  $0,835 > 0,05$ . Jadi, hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang linear atau signifikan antara *self management* (X) dengan prokrastinasi (Y).

### 3) Uji hipotesis

#### Uji korelasi product moment

Uji korelasi product moment digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan) dua variabel. KPM dikembangkan oleh Karl Pearson tahun 1900. Kriteria pengambilan keputusan pada uji korelasi product moment yaitu dengan membandingkan signifikansi (Sig) hitung dengan signifikansi yang telah ditetapkan ketentuannya, dikatakan  $H_0$  ditolak jika Sig hitung  $\geq$  Sig 5% (0,05).

$H_0$  = Tidak terdapat hubungan (korelasi) yang signifikan antara kedua variabel

$H_1$  = Terdapat hubungan (korelasi) yang signifikan antara kedua variabel.

**Tabel. 4.12** Hasil Uji Korelasi Product Moment

		<i>Self management</i>	Prokrastinasi Akademik
<i>Self management</i>	Pearson Correlation	1	.780**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	24	24
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	.780**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	24	24

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

Sumber: Hasil olah data menggunakan aplikasi SPSS versi 20 tahun 2022

Pada tabel di atas diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,780 dengan signifikansi 0,000. Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima karena signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik. dari hasil output di atas terlihat nilai pearson correlationnya adalah 0,780 yang jika dilihat dari tabel Interpretasi kekuatan hubungan antar variabel tingkat hubungan antara dua variabel berada pada tingkat yang kuat.

## B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2017 tentang hubungan *self management* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. Angket yang telah dibuat peneliti dan diperiksa oleh dosen validator kemudian di bagikan kepada 24 responden. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan bantuan SPSS versi 20.

Data telah diuji validasi dan reliabilitas dan telah dinyatakan valid dan reliable pada masing-masing variabel dimana variabel (X) *self management* memiliki 35 butir pernyataan dan variabel (Y) prokrastinasi akademik memiliki 35 butir pernyataan.

Setelah diketahui data telah valid dan reliable maka selanjutnya dilakukan uji normalitas dan uji linearitas. hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar  $0,670 > 0,05$  sehingga dapat diartikan data yang diuji berdistribusi normal. dan hasil uji linieritas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear atau signifikan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini dilihat dari hasil uji linearitas dimana nilai Deviation from Linearity sebesar  $0,835 > 0,05$ , yang artinya ada hubungan yang linear atau signifikan antara *self management* (X) dengan prokrastinasi (Y).

Setelah diketahui bahwa data berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linear maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk membuktikan hipotesis yang dibuat oleh peneliti. Hipotesis yang pertama dan kedua dinyatakan benar karena berdasarkan dari hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat *self management* mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam menyelesaikan skripsi tergolong

rendah yakni sebesar 66,7%, Sedangkan pada variabel prokrastinasi akademik tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa BKI IAIN Palopo tergolong tinggi yakni sebesar 79%.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi product moment yang digunakan untuk mengetahui adakah hubungan antar variabel. Hasil uji korelasi product moment menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar kedua variabel hal ini dilihat dari nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik. kekuatan hubungan antar variabel berada pada tingkat yang kuat. Hal ini dilihat nilai pearson correlationnya adalah 0,780 yang jika dilihat dari tabel interpretasi kekuatan hubungan antar variabel.

Dari hasil olah data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Palopo memiliki *self management* yang rendah. Adapun kategorinya yaitu terdapat 33,3% kategori tinggi, terdapat 66,7% kategori rendah. dan memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi. Adapun kategorinya yaitu terdapat 79% kategori tinggi, terdapat 21% kategori rendah.

*Self management* merupakan proses dimana seseorang dapat mengatur dan mengendalikan dirinya, dalam *self management* terdapat empat indikator yaitu; pemantauan diri, reinforcement yang positif, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsangan. adapun deskripsi data pada masing-masing indikator sebagai berikut:

**Tabel 4.13** Indikator Pemantauan Diri

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	24 – 30	11	45,8%
Rendah	15 – 23	13	54,2%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator pemantauan diri, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 45,8% dan berkategori rendah sebesar 54,2%. hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Palopo memiliki pemantauan diri yang rendah yakni terdapat 13 mahasiswa yang memiliki pemantauan diri yang rendah. Hal ini yang menjadi salah satu faktor sehingga mahasiswa BKI memiliki *self management* yang rendah maka dari itu pemantauan diri perlu ditingkatkan. pemantauan diri yaitu proses mengamati serta mencatat hal-hal yang berkaitan dengan diri serta mencatat perilaku yang bermasalah lalu mengatasinya.

**Tabel 4. 14** Indikator *Reinforcement* Yang Positif

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	24 – 30	9	37,5%
Rendah	15 – 23	15	62,5%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator reinforcement yang positif, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 37,5% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 62,5%. dari hasil tersebut menunjukkan bahwa pada indikator yang ke dua ini berada pada kategori yang rendah hal ini merupakan salah satu hal yang mempengaruhi *self*

*management* pada mahasiswa BKI IAIN Palopo rendah karena memiliki *reinforcement* yang positif yang rendah yakni dimana terdapat 15 mahasiswa yang memiliki *reinforcement* yang positif. *Reinforcement* yang positif merupakan sebuah penghargaan yang bernilai positif terhadap diri atas apa yang telah dilakukan.

**Tabel 4. 15** Indikator Kontrak atau Perjanjian Dengan Diri Sendiri

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	20 – 27	16	66,7%
Rendah	15 – 23	8	33,3%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 66,7% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 33,3%. dari hasil ini menunjukkan indikator kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri tergolong tinggi. perjanjian dengan diri sendiri yaitu proses mengontrol diri dengan cara membuat perjanjian dengan diri sendiri agar diri dapat disiplin dan memiliki *self management* yang baik.

**Tabel 4. 16** Indikator Penguasaan Terhadap Rangsangan

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	27 – 34	7	29,2%
Rendah	17 – 26	17	70,8%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator penguasaan terhadap rangsangan, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang

berkategori tinggi sebesar 29,2% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 70,8%. dari hasil ini menunjukkan bahwa indikator penguasaan terhadap rangsangan tergolong rendah dimana terdapat 17 mahasiswa yang memiliki penguasaan terhadap rangsangan terhadap dirinya rendah. penguasaan terhadap rangsangan yaitu dapat mengendalikan diri dari hal-hal yang dapat mengganggu perilakunya, dapat melihat dan mengontrol situasi yang ada di sekitar sehingga tidak menimbulkan perilaku yang negative.

Berdasarkan hasil deskripsi dari indikator *self management* dapat disimpulkan bahwa indikator yang berpengaruh terhadap *self management* yang rendah pada mahasiswa BKI IAIN Palopo yaitu indikator penguasaan terhadap rangsangan. pada indikator ini terdapat 70,8% mahasiswa yang tidak mampu mengendalikan rangsangan sehingga menyebabkan *self management* mahasiswa menjadi rendah.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku atau kebiasaan seseorang menunda-nunda untuk mengerjakan sesuatu dalam bidang akademik biasanya menunda-nunda dalam mengerjakan tugas atau skripsi. dalam prokrastinasi menurut ferarri terdapat empat indikator yaitu; penundaan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi, keterlambatan dalam mengerjakan skripsi, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. adapun deskripsi data pada masing-masing indikator sebagai berikut:

**Tabel 4. 17** Indikator Penundaan Memulai dan Menyelesaikan Skripsi

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	25 – 35	14	58,3%
Rendah	12 – 24	10	41,7%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator penundaan memulai dan menyelesaikan skripsi, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 58,3% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 41,7%. dari hasil ini menunjukkan bahwa indikator penundaan memulai dan menyelesaikan skripsi tergolong tinggi dimana terdapat 14 atau 58,3% mahasiswa yang melakukan penundaan menyelesaikan skripsi. hal inilah yang menjadi salah satu factor terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam menyelesaikan skripsi karena dengan banyaknya mahasiswa yang menunda-nunda untuk mengerjakan skripsi maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi yang akan terjadi.

**Tabel 4. 18** Indikator Keterlambatan dalam Mengerjakan Skripsi

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	23 – 33	17	70,8%
Rendah	10 – 22	7	29,2%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator keterlambatan dalam mengerjakan skripsi, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 70,8% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 29,2%. dari hasil ini menunjukkan bahwa indikator keterlambatan dalam

mengerjakan skripsi tergolong tinggi dimana terdapat 17 mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam mengerjakan skripsi atau sebesar 70,8%.

**Tabel 4.19** Indikator Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja Aktual

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	24 – 32	11	45,8%
Rendah	13 – 23	13	54,2%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 45,8% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 54,2%. Dari hasil ini menunjukkan bahwa indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual tergolong rendah dimana terdapat 13 mahasiswa yang mengalami kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual atau sebesar 54,2%.

**Tabel 4.20** Indikator Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	17 – 21	7	29,2%
Rendah	11 – 16	17	70,8%

Sumber: Hasil olah data menggunakan Microsoft excel 2010 Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada indikator melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, hasil rekapitulasi data pernyataan diperoleh persentase yang berkategori tinggi sebesar 29,2% sedangkan yang berkategori rendah sebesar 70,8%. dari hasil ini menunjukkan bahwa indikator melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan tergolong rendah yakni sebesar 70,8%.

Berdasarkan hasil deskripsi dari indikator prokrastinasi akademik dapat disimpulkan bahwa indikator yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik yang tinggi pada mahasiswa BKI IAIN Palopo yaitu indikator keterlambatan dalam mengerjakan skripsi. pada indikator ini terdapat 70,8% mahasiswa yang terlambat dalam mengerjakan skripsi sehingga menyebabkan prokrastinasi akademik mahasiswa menjadi tinggi.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Palopo memiliki *self management* yang rendah sehingga mempengaruhi aktivitas yang dilakukan, indikator yang tergolong rendah pada variabel *self management* yaitu indikator penguasaan terhadap rangsangan. penguasaan terhadap rangsangan merupakan hal yang harus dimiliki oleh seseorang agar mampu mengendalikan diri serta mengontrol dirinya dari hal-hal yang tidak baik atau perilaku yang buruk. Sebagaimana dalam teori Sukadji yang mengatakan bahwa *self management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya. Jadi jika seseorang tidak mampu mengontrol dirinya maka akan memiliki *self management* yang buruk dan hal itu individu akan mengalami keterlambatan serta memiliki perilaku yang tidak sesuai dengan apa yang diinginkan, sebagaimana yang terjadi dalam penelitian ini terlihat mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik karena memiliki *self management* yang rendah.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Palopo mengalami prokrastinasi akademik yang tergolong tinggi, indikator yang tergolong tinggi pada variabel prokrastinasi akademik yaitu indikator keterlambatan dalam mengerjakan skripsi, berdasarkan teori yang dikemukakan

oleh Ferarri yang mengatakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku atau kebiasaan yang dilakukan oleh seseorang dalam menunda-nunda mengerjakan sesuatu, baik penundaan itu dilakukan dengan alasan atau tanpa alasan.

Dalam penelitian ini terdapat hubungan yang saling terkait antara *self management* dengan prokrastinasi akademik. *Self management* yang rendah mengakibatkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI IAIN Palopo, yaitu menunda-nunda menyelesaikan skripsi. Semakin rendah *self management* mahasiswa maka semakin tinggi tingkat prokrastinasinya, sedangkan sebaliknya semakin tinggi tingkat *self management* mahasiswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi yang dilakukan

Prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa BKI IAIN Palopo terjadi karena keterlambatan dalam mengerjakan skripsi yang disebabkan oleh rasa malas untuk mengerjakan dan lebih mementingkan pekerjaan yang lain, tidak memahami prosedur pembuatan skripsi, tidak memiliki laptop, tidak percaya diri, terlalu lama tinggal di kampung, pengaruh teman dan ada pula yang disebabkan karena dosen pembimbing yang sulit ditemui serta rasa takut untuk bimbingan sehingga membuat mahasiswa terlambat menyelesaikan skripsinya.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan dengan judul hubungan *self management* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam menyelesaikan skripsi, memberi gambaran bahwa:

1. Tingkat *self management* mahasiswa BKI IAIN Palopo angkatan 2017 tergolong rendah dimana terdapat 66,7% mahasiswa yang masuk dalam kategori rendah atau sebanyak 16 mahasiswa dari 24 mahasiswa.
2. Tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa BKI IAIN Palopo tergolong tinggi dimana terdapat sekitar 79% mahasiswa yang masuk dalam kategori tinggi atau sebanyak 19 mahasiswa dari 24 mahasiswa.
3. Terdapat hubungan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik secara signifikan dilihat dari hasil uji korelasi product moment yang telah dilakukan dimana diperoleh nilai pearson correlation sebesar 0,780 yang jika dilihat dari tabel interpretasi memiliki hubungan yang kuat antar variabel.

#### B. Saran

Peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya agar dapat menggunakan tolak ukur waktu untuk memajukan penelitiannya ketika menganalisis keterlambatan akademik dalam menyelesaikan skripsi dan mengidentifikasi variabel lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam

penyelesaian skripsi, seperti dari segi faktor *self efficacy* (kepercayaan diri), *self awareness* (kesadaran diri), *self motivation* (mendorong diri) serta faktor lainnya. diharapkan pula kepada peneliti selanjutnya agar lebih mengembangkan lagi penelitian ini seperti melakukan beberapa treatment melalui proses konseling untuk mengatasi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa khususnya bagi mahasiswa BKI IAIN Palopo.



## DAFTAR PUSTAKA

- Al-quran dan Terjemahnya *Kementrian Agama Republik Indonesia*, (Bandung:PT syamil cipta media, 2005).
- Abu Abdullah Muhammad bin Abdullah Al-Hakim An-Naisaburi dalam kitab Zakiyyuddin Abdul 'Azhim bin Abdul-Qawiy bin Abdullah bin Salamah Abu Muhammad Al-Mundziri, *At-Tarhib wa at-Tarhib*, Kitab. At-Taubah wa az-zuhd, Jilid 4, No. 5145, (Beirut – Libanon: Darul Fikri, 1993).
- Annisa, “*Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Konseli Kelas Vii Di Smp Negeri 19 Bandar Lampung*”, (Mei 2017). [http://repository.radenintan.ac.id/2478/1/skripsi\\_Annisa.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/2478/1/skripsi_Annisa.pdf). 21 November 2021.
- Walgito Bimo, *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2004).
- Khotimah Binti khusnul , “*Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Konseli Kelas Vii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung*” (Juli 2017). <http://repository.radenintan.ac.id>. 21 November 2021.
- Fakultas ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo, pada bulan November 2021.
- Meilindani Galeh sari, “*Keefektivan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Nautika A SMK Pelayaran Hang Tuah Kendari Tahun Pelajaran 2017/2018*”, *simki pedagogia*, vol 02, no. 06 (Februari 2018). <http://simki.unpkediri.ac.id>.
- Komalasari Gantina, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks 2014).
- Darmadi Hamid, *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*, (Bandung: Alfabeta, 2014).
- Handayani, Nanik. “*Pelatihan Manajemen diri untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMK “X” Samarinda*. Diss. Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2019. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/6594/> (diakses tanggal 14 Oktober 2021).
- Lubis, B. S. “*Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi dalam Menyelesaikan Skripsi di Universitas MedanArea*” (Januari 2018). <http://repository.uma.a>

c.id/bitstream/123456789/9659/1/Balqish%20Sarah%20Lubis%20%20Fulltext.pdf. 14 Oktober 2021.

Ghufron M. Nur & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, IV (Jogjakarta:Ar-Ruzz Mesia,2014).

Siregar Mawardi, Syiva fitria, dan Ema damayanti, “ *Pengaruh Self Management Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*”. *Pendidikan dan konseling*, 4, No.1(2020).

Muliyadi, M., Yasdar, M., & Sulaiman, F.. “*Penerapan Teknik Manajemen Diri Dapat Mengurangi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Stkip Muhammadiyah Enrekang*”. *Edumaspul:Pendidikan*, 1,no.2,(Maret 2017). <https://ummaspul.ejournal.id>.

Azalea Noven, Muswardi rosra, dan Redi eka andriyanto, “*Hubungan Self Control Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan 2016*”. (September 2019) <http://jurnal.fkip.unila.ac.id>.

Palupi, Galih Ratna Puri, Rin Widya Agustin, dan Pratista Arya Satwika. “*Pengaruh pelatihan manajemen diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa FK UNS dalam menyelesaikan skripsi*.” *Wacana* 10. No.2 (Februari 2018). <http://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id>.

Rahma, H. S. “*Upaya Reduksivitas Prokrastinasi Akademik Melalui Teknik Kontrak Perilaku Pada Mahasiswa* “(Juli 2021). <http://repository.uinbanten.ac.id> . 28 Desember 2021.

Wardiana Rayagung, Sulsworo kusdiyati,”*Hubungan Self Regulation dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas “X” yang memiliki IPK Rendah*”. *Psikologi*, 4, No. 2, (Agustus 2018).

Reswita, Reswita. “*Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK*.” *PAUD Lectura Pendidikan Anak Usia Dini* 2.02 (Maret 2019)’ <https://journal.unilak.ac.id/index.php/paud-lectura/article/view/2497/1570>

Riduwan & Sunarto, *Pengantar Statistika untuk penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, Komunikasi dan Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2012).

Margono S., *Metodologi penelitian Pendidikan*, Cet.6 (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007).

Saman, Abdul. “*Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu*

Pendidikan)." *Psikologi Pendidikan dan Konseling*, (Februari 2017).  
<http://103.76.50.195/JPPK/article/view/3070/2957>.

Gunarsa Singgih D., *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: libri, 2011).

Solikhatun, Noventi. "*Pengaruh Efikasi Diri dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Diss. Universitas Islam Riau,*" (September 2018). <http://repository.uir.ac.id>. 16 November 2021.

Sugianto, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung, Alfabeta, 2009).

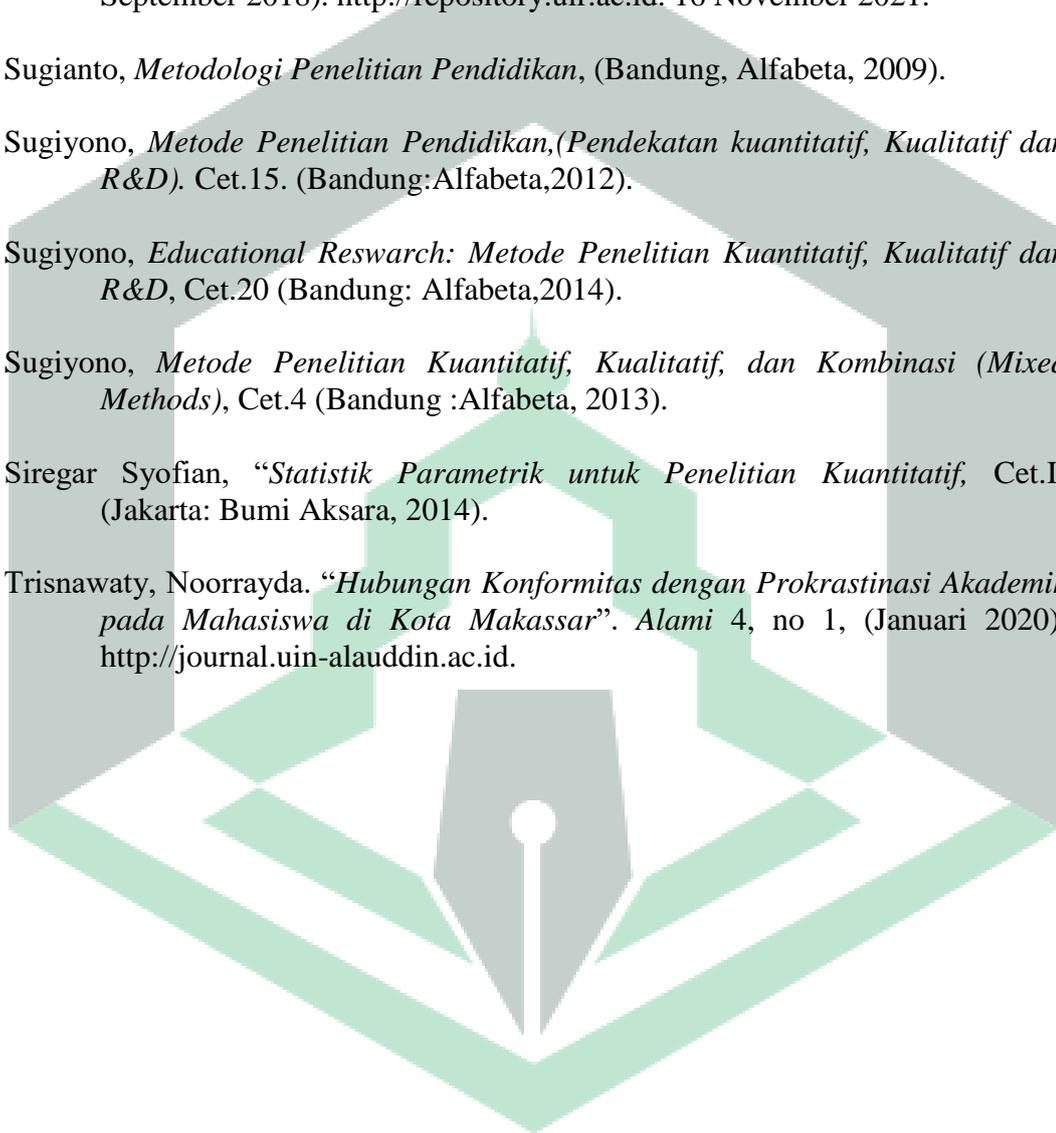
Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan,(Pendekatan kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Cet.15. (Bandung:Alfabeta,2012).

Sugiyono, *Educational Reswarch: Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Cet.20 (Bandung: Alfabeta,2014).

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Cet.4 (Bandung :Alfabeta, 2013).

Siregar Syofian, "*Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, Cet.II (Jakarta: Bumi Aksara, 2014).

Trisnawaty, Noorrayda. "*Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Kota Makassar*". *Alami* 4, no 1, (Januari 2020).  
<http://journal.uin-alauddin.ac.id>.





L

A

M

P

I

R

A

N

*Lampiran 1 angket penelitian*

Variabel	Indikator	Nomor pernyataan	
		<i>favourable</i>	<i>unfavourable</i>
<i>Self Management</i>	Pemantauan diri	1, 2, 3, 4, 9	5, 6, 7, 8
	<i>Reinforcement</i> yang positif	10, 11, 12, 13, 17	14, 15, 16
	Kontrak/perjanjian dengan diri sendiri	18, 19, 20, 21, 22	23, 24, 34
	Penguasaan terhadap rangsangan	25, 26, 27, 28, 29, 30, 33	31, 32, 35
Prokrastinasi Akademik	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi	1, 4, 6, 11, 22	2, 9, 10, 16, 34
	Keterlambatan dalam mengerjakan Skripsi	7, 12, 14, 15, 20, 24	3, 17, 19, 26
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	5, 13, 18, 21, 23, 31	27, 28, 35
	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	30, 32, 33	8, 25, 29

## KUESIONER PENELITIAN

### A. Petunjuk Umum

1. Berikanlah respon yang sesuai dengan realitas yang berkenaan dengan saudara. Tidak ada respon/ jawaban yang salah. Semuanya adalah benar sepanjang menjunjung tinggi asas kejujuran.
2. Tulislah identitas saudara dengan jelas.
3. Bacalah pertanyaan-pertanyaan dalam angket ini dengan teliti.
4. Kerjakan semua pertanyaan, jangan sampai ada yang terlewatkan.
5. Segera dikumpulkan apabila sudah selesai.
6. Selamat mengerjakan.

### B. Identitas Responden

1. Nama Lengkap / Inisial : .....
2. kelas\* : A/ B
3. NIM : .....
4. Tanggal Pengisian : .....

\*wajib diisi

C. Petunjuk Mengerjakan Setiap pertanyaan dalam angket ini ada 4 pilihan jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Semua pilihan adalah benar dan sesuai keadaan saudara/i. Berilah tanda (v) pada jawaban yang sesuai.

### *Self Management*

No.	PERNYATAAN	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Pengaturan waktu untuk mengerjakan skripsi terjadwal dengan rapi				
2.	Menyusun target yang harus saya capai				
3.	Mengesampingkan kepentingan lain jika sedang mengerjakan skripsi				
4.	Mengkategorikan kegiatan sesuai prioritas				
5.	Mengerjakan skripsi tanpa rencana atau batasan waktu dalam sehari				
6.	Saya tidak mengerti harus memulai dari mana setiap ingin mengerjakan skripsi				
7.	Butuh waktu untuk menyakinkan diri dalam mengerjakan skripsi				
8.	Mengerjakan skripsi jika ada kemauan				
9.	Membuat list kegiatan yang dilakukan dalam sehari				
10.	Saya rajin mengerjakan skripsi agar cepat lulus				
11.	Saya berusaha lulus dengan cepat agar tidak mengecewakan orang tua				
12.	Saya selalu mengingat tujuan saya kuliah agar semangat mengerjakan skripsi				
13.	Saya memotivasi diri sendiri agar tidak mudah putus asa				
14.	Tidak berusaha untuk lulus dengan cepat				
15.	Selalu membandingkan proses yang di alami dengan orang lain				
16.	Mengikuti orang-orang di sekitar yang malas				

	mengerjakan skripsi				
17.	Saya selalu mengatakan bahwa saya bisa dan hebat jika mengerjakan skripsi				
18.	Bermain gadget jika sudah mengerjakan skripsi				
19.	Setiap selesai ujian saya melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti jalan-jalan				
20.	Saya memiliki target lulus tidak lebih dari 10 semester atau 5 tahun				
21.	Saya bertanggung jawab dengan apa yang saya kerjakan				
22.	Setiap hari saya mengerjakan skripsi walau hanya beberapa lembar saja				
23.	Saya lebih senang bermain gadget dari pada mengerjakan skripsi				
24.	Saya sering mengingkari apa yang saya katakan				
25.	Saya selalu semangat jika melihat teman mengerjakan skripsi				
26.	Saya dapat mengontrol diri agar tetap fokus mengerjakan skripsi				
27.	Saya suka mengerjakan skripsi di tempat yang tenang dan sepi				
28.	Saya berusaha mengerjakan skripsi sesuai dengan pedoman dan arahan dosen pembimbing				
29.	Saya suka mengerjakan skripsi di tempat terbuka				
30.	Saya tidak masalah dengan keramaian saat mengerjakan skripsi				
31.	Saya tidak fokus mengerjakan skripsi saat berada di tempat yang ramai				
32.	Mengerjakan skripsi dengan gegabah dengan prinsip yang penting selesai				

33.	Memilih waktu tertentu dalam mengerjakan skripsi seperti pagi atau malam hari				
34.	Saya sering mengabaikan skripsi tanpa berusaha untuk mengerjakannya				
35.	Melihat teman di wisuda tidak membuat saya termotivasi untuk segera menyelesaikan skripsi				



### Prokrastinasi Akademik

No.	PERNYATAAN	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya rajin mengerjakan skripsi				
2.	Rasa bosan tidak membuat saya bermalas-malasan dalam menyelesaikan skripsi				
3.	Tidak membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri memulai mengerjakan skripsi				
4.	Mengetahui skripsi itu penting jadi langsung mengerjakan skripsi secara tuntas				
5.	Menetapkan target sesuai dengan waktu yang ditentukan guna menyelesaikan skripsi				
6.	Terbiasa melakukan penundaan dalam memulai mengerjakan skripsi				
7.	Membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri memulai mengerjakan skripsi				
8.	Saya terlalu asyik berbincang-bincang dengan teman, sehingga saya tidak jadi mengerjakan skripsi				
9.	Walaupun mengetahui bahwa skripsi itu penting namun hal tersebut tetap saja membuat saya enggan untuk segera memulai mengerjakan skripsi				
10.	Setelah melakukan bimbingan skripsi, saya tidak segera merevisinya				
11.	Selalu berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi				
12.	Terbiasa mengerjakan skripsi secara cepat				
13.	Rencana untuk mengerjakan skripsi sesuai				

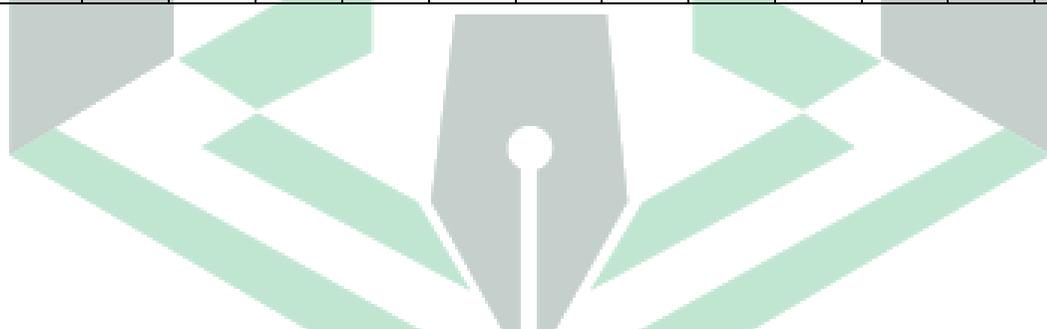
	dengan waktu yang ditentukan				
14.	Selalu memperhitungkan waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan skripsi				
15.	Pada saat mengerjakan skripsi, saya menghindari aktivitas lainnya yang memperlambat penyelesaian skripsi, seperti nonton televisi, online dan lain sebagainya				
16.	Tidak semangat saat akan memulai mengerjakan skripsi				
17.	Saya merasa kesulitan untuk menyusun kalimat dalam mengerjakan skripsi, sehingga penyelesaian skripsi menjadi lambat				
18.	Ketika saya harus mengerjakan skripsi sesuai jadwal yang sudah saya tentukan, saya cenderung lebih memilih bersantai				
19.	Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan skripsi				
20.	Saat sedang mengerjakan skripsi, saya sering melamunkan hal-hal diluar topik sehingga penyelesaian skripsi menjadi lambat				
21.	Selalu tepat waktu mengerjakan skripsi sesuai dengan batas waktu yang ditentukan				
22.	Setelah melakukan bimbingan skripsi, langsung merevisi skripsi secara tuntas				
23.	Lamban dalam mengerjakan skripsi sehingga membutuhkan waktu lama untuk menyelesaikan skripsi				
24.	Rajin mencari buku atau referensi untuk mengerjakan skripsi				
25.	Saya tidak menerima ajakan orang lain untuk				

	melakukan kegiatan yang menyenangkan ketika sedang fokus mengerjakan skripsi				
26.	Ketidakhahaman terhadap skripsi yang sedang dikerjakan membuat saya menjadi lambat untuk menyelesaikannya				
27.	Apa yang sudah direncanakan tidak sesuai dengan waktu yang ditentukan guna menyelesaikan skripsi				
28.	Sering mengalami ketidaksesuaian antara niat atau rencana untuk mengerjakan skripsi				
29.	Skripsi saya terbengkalai karena terlalu sering melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan				
30.	Saya tetap mengerjakan skripsi walau ada keinginan untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan				
31.	Selalu fokus dan bersungguh-sungguh dalam mengerjakan skripsi				
32.	Saya tetap mengerjakan skripsi walaupun teman ingin berbincang-bincang dengan saya				
33.	Keinginan untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan lebih besar daripada mengerjakan skripsi				
34.	Sulit untuk berkonsentrasi saat akan memulai mengerjakan skripsi				
35.	Tidak bisa fokus dan bersungguh-sungguh dalam mengerjakan skripsi				



Hasria	3	3	2	3	2	2	1	2	3	4	3	3	4	2	3
Nurul Latifah Mappa	3	3	4	3	3	3	1	2	3	2	3	4	4	4	1

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3
3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3
3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3
2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3
3	2	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2
3	3	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	3	3	3	3
3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3
4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	2	4
2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3
3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3
4	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3
1	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	1	3	2	1
2	2	1	2	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	1	2	1	3
4	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3
4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2
3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3
2	2	2	3	2	2	3	1	1	2	3	4	3	1	1	1	2	3	2	2
3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2
1	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	3	2	2	2	3	3	1	2
4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4



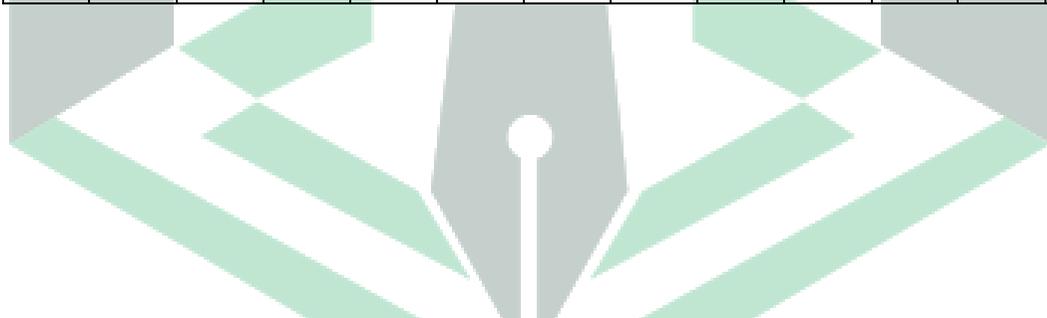
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2
2	4	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2





Hasria	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3
Nurul Latifah Mappa	4	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3
2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	3	4	3	1	2	4
1	1	2	1	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	2	1	1
3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3
2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2
3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3
3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2
4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	2	2	2	3	4	4	2	3	3	4
3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2
3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3
3	1	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	4	4	4	3	2	2	3	4
1	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	1	3	4	4	2	2	2
1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	2	2	3	3
2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3
3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	3	4	2	2	3	3
2	4	2	2	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3
2	3	2	3	2	3	4	3	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3
3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3



3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2
3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	4



## Lampiran 4 lembar validasi

### LEMBAR VALIDASI ANGKET SELF MANAGEMENT

#### **Petunjuk:**

Dalam rangka menyusun skripsi dengan judul "*Hubungan Self Management dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam Menyelesaikan Skripsi*". Untuk itu, peneliti meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi validator dengan petunjuk sebagai berikut:

1. Dimohon agar Bapak/Ibu memberikan penilaian terhadap Lembar Pengamatan Pengelolaan Pembelajaran yang telah dibuat sebagaimana terlampir.
2. Untuk tabel tentang Aspek Tabel Dinilai, dimohon Bapak/Ibu memberikan tanda check (√) pada kolom penilaian sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu.
3. Untuk Penilaian Umum, dimohon Bapak/Ibu melingkari angka yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu.
4. Untuk saran dan revisi, Bapak/Ibu dapat langsung menuliskannya pada naskah yang perlu direvisi, atau menuliskannya pada kolom Saran yang telah disiapkan.

Kesediaan Bapak/Ibu dalam memberikan jawaban secara objektif sangat besar artinya bagi peneliti. Atas kesediaan dan bantuan Bapak/Ibu, peneliti mengucapkan terima kasih.

#### **Keterangan Skala Penelitian:**

- 1 : berarti "kurang relevan"
- 2 : berarti "cukup relevan"
- 3 : berarti "relevan"
- 4 : berarti "sangat relevan"

No	Aspek yang dinilai	Nilai			
		1	2	3	4
1	Petunjuk lembar angket dinyatakan dengan jelas			✓	
2	Kesesuaian pernyataan/pertanyaan dengan indikator			✓	
3	Menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar			✓	
4	Menggunakan pernyataan yang komunikatif			✓	

**Penilaian Umum :**

1. Belum dapat digunakan
2. Dapat digunakan dengan revisi besar
3. Dapat digunakan dengan revisi kecil
4. Dapat digunakan tanpa revisi

**Saran-saran:**

Palopo, 17 Juni 2022

Validator,



**Agustan, S.Pd., M.Pd**

NIP. 199008212020121007

**LEMBAR VALIDASI**  
**ANGKET PROKRASTINASI**

**Petunjuk:**

Dalam rangka menyusun skripsi dengan judul "*Hubungan Self Management dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BKI IAIN Palopo dalam Menyelesaikan Skripsi*". Untuk itu, peneliti meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi validator dengan petunjuk sebagai berikut:

1. Dimohon agar Bapak/Ibu memberikan penilaian terhadap Lembar Pengamatan Pengelolaan Pembelajaran yang telah dibuat sebagaimana terlampir.
2. Untuk tabel tentang Aspek Tabel Dinilai, dimohon Bapak/Ibu memberikan tanda check (√) pada kolom penilaian sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu.
3. Untuk Penilaian Umum, dimohon Bapak/Ibu melingkari angka yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu.
4. Untuk saran dan revisi, Bapak/Ibu dapat langsung menuliskannya pada naskah yang perlu direvisi, atau menuliskannya pada kolom Saran yang telah disiapkan.

Kesediaan Bapak/Ibu dalam memberikan jawaban secara objektif sangat besar artinya bagi peneliti. Atas kesediaan dan bantuan Bapak/Ibu, peneliti mengucapkan terima kasih.

**Keterangan Skala Penelitian:**

- 1 : berarti "kurang relevan"
- 2 : berarti "cukup relevan"
- 3 : berarti "relevan"
- 4 : berarti "sangat relevan"

No	Aspek yang dinilai	Nilai			
		1	2	3	4
1	Petunjuk lembar angket dinyatakan dengan jelas			✓	
2	Kesesuaian pernyataan/pertanyaan dengan indikator			✓	
3	Menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar			✓	
4	Menggunakan pernyataan yang komunikatif			✓	

**Penilaian Umum :**

1. Belum dapat digunakan
2. Dapat digunakan dengan revisi besar
3. Dapat digunakan dengan revisi kecil
4. Dapat digunakan tanpa revisi

**Saran-saran:**

Palopo, 17 Juni 2022

Validator,



**Saifur Rahman, S.Fil., M.Ag**  
NIP. 19890724 201903 003

Lampiran 5 hasil uji validitas

**Variabel Self Management**

<b>Butir Pernyataan</b>	<b>Corrected Item Total Correlation</b>		<b>Keterangan</b>
	<b>t<sub>hitung</sub></b>	<b>t<sub>tabel</sub></b>	
1	0,827	0,343	V
2	0,376	0,343	V
3	0,437	0,343	V
4	0,605	0,343	V
5	0,460	0,343	V
6	0,385	0,343	V
7	0,547	0,343	V
8	0,541	0,343	V
9	0,616	0,343	V
10	0,660	0,343	V
11	0,822	0,343	V
12	0,854	0,343	V
13	0,391	0,343	V
14	0,536	0,343	V
15	0,785	0,343	V
16	0,446	0,343	V
17	0,684	0,343	V
18	0,458	0,343	V
19	0,642	0,343	V
20	0,465	0,343	V
21	0,612	0,343	V
22	0,836	0,343	V
23	0,452	0,343	V
24	0,847	0,343	V
25	0,421	0,343	V
26	0,571	0,343	V
27	0,667	0,343	V
28	0,629	0,343	V
29	0,630	0,343	V
30	0,472	0,343	V
31	0,548	0,343	V
32	0,415	0,343	V
33	0,498	0,343	V
34	0,679	0,343	V
35	0,449	0,343	V

### Variabel Prokrastinasi Akademik

Butir Pernyataan	Corrected Item Total Correlation		Keterangan
	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	
1	0,473	0,343	V
2	0,665	0,343	V
3	0,376	0,343	V
4	0,502	0,343	V
5	0,445	0,343	V
6	0,807	0,343	V
7	0,605	0,343	V
8	0,767	0,343	V
9	0,684	0,343	V
10	0,715	0,343	V
11	0,611	0,343	V
12	0,483	0,343	V
13	0,458	0,343	V
14	0,357	0,343	V
15	0,431	0,343	V
16	0,571	0,343	V
17	0,454	0,343	V
18	0,463	0,343	V
19	0,439	0,343	V
20	0,422	0,343	V
21	0,458	0,343	V
22	0,542	0,343	V
23	0,797	0,343	V
24	0,670	0,343	V
25	0,498	0,343	V
26	0,549	0,343	V
27	0,367	0,343	V
28	0,460	0,343	V
29	0,590	0,343	V
30	0,450	0,343	V
31	0,609	0,343	V
32	0,493	0,343	V
33	0,404	0,343	V
34	0,831	0,343	V
35	0,376	0,343	V

Lampiran 6 hasil uji reliabilitas

Variabel X <i>Self Management</i>		Variabel Y Prokrastinasi Akademik	
Cronbach's Alpha	N of Item	Cronbach's Alpha	N of Item
0,940	35	0,950	35

Lampiran 7 hasil uji asumsi klasik

**Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		24
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	10.55150339
	Absolute	.148
Most Extreme Differences	Positive	.148
	Negative	-.121
Kolmogorov-Smirnov Z		.725
Asymp. Sig. (2-tailed)		.670

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

**Uji Linearitas**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * <i>Self Management</i>	Between Groups	(Combined)	5507.333	17	323.961	1.892	.221
		Linearity	3973.813	1	3973.813	23.212	.003
		Deviation from Linearity	1533.520	16	95.845	.560	.835
	Within Groups	1027.167	6	171.194			
	Total	6534.500	23				

Lampiran 8 hasil uji korelasi product moment

**Correlations**

		<i>Self Management</i>	Prokrastinasi Akademik
<i>Self Management</i>	Pearson Correlation	1	.780**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	24	24
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	.780**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	24	24

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



*Lampiran 9: Daftar Riwayat Hidup*

**RIWAYAT HIDUP**



Sarina, lahir di Botta pada tanggal 14 Agustus 1999. Penulis merupakan anak kedua dari sembilan bersaudara dari pasangan seorang ayah bernama Masdar dan Ibu bernama Nurbaya. Saat ini penulis bertempat tinggal di Desa Botta, Kecamatan Suli, Kabupaten Luwu Provinsi Sulawesi Selatan. Pendidikan dasar penulis diselesaikan pada tahun 2011 di MI 05 Botta, kemudian di tahun yang sama menempuh pendidikan di SMPN 1 Suli hingga tahun 2014, selanjutnya pada tahun 2015 melanjutkan pendidikan di SMAN 1 Belopa dan lulus pada tahun 2017. Setelah lulus SMA pada tahun 2017 penulis melanjutkan pendidikan dibidang yang ditekuni, yaitu di Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo.