

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
ABSTRAK.....	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II LANDASAN TEORI .....	10
A. Prokrastinasi .....	10
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	10
2. Aspek-aspek Prokrastinasi akademik.....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	14
B. Regulasi Diri.....	16
1. Pengertian Regulasi Diri .....	16
2. Aspek-aspek Regulasi Diri .....	18

C.	Manajemen Waktu.....	19
1.	Pengertian Manajemen Waktu .....	19
2.	Aspek-aspek Manajemen Waktu.....	21
D.	Hubungan antara Regulasi Diri dan Manajemen Waktu terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA X Kota Semarang .....	23
E.	Hipotesis .....	24
BAB III	METODE PENELITIAN .....	25
A.	Identifikasi Variabel .....	25
B.	Definisi Operasional.....	25
1.	Prokrastinasi Akademik .....	25
2.	Regulasi Diri.....	25
3.	Manajemen Waktu .....	26
C.	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling).....	26
1.	Populasi .....	26
2.	Sampel .....	27
3.	Teknik Pengambilan Sampel.....	27
D.	Metode Pengumpulan Data .....	28
1.	Skala prokrastinasi akademik.....	28
2.	Skala regulasi diri .....	29
3.	Skala manajemen waktu .....	30
E.	Validitas, Uji Daya Diskriminasi Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	32
1.	Validitas alat ukur .....	32
2.	Uji Daya Diskriminasi aitem.....	32
3.	Estimasi Reliabilitas alat ukur .....	33
F.	Teknik Analisis.....	33
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
A.	Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian .....	35
1.	Orientasi Kancah .....	35

2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	35
B. Pelaksanaan Penelitian .....	44
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	45
D. Deskripsi Hasil Penelitian .....	49
1. Deskripsi Data Skor Skala Prokrastinasi Akademik .....	49
2. Deskripsi Data Skor Skala Regulasi Diri .....	50
3. Deskripsi Data Skor Skala Manajemen Waktu .....	51
E. Pembahasan .....	53
F. Kelemahan Penelitian .....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	59
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran .....	59
DAFTAR PUSTAKA .....	61
LAMPIRAN.....	65

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Rincian Data siswa SMA “X” Kota Semarang .....	27
Tabel 2.	Rincian Data siswa kelas XI dan XII SMA “X” Kota Semarang .	27
Tabel 3.	<i>Blueprint</i> skala prokrastinasi akademik .....	29
Tabel 4.	<i>Blueprint</i> Skala Regulasi Diri .....	30
Tabel 5.	<i>Blueprint</i> Skala Manajemen Waktu .....	31
Tabel 6.	Sebaran Aitem Skala Prokrastinasi Akademik.....	37
Tabel 7.	Sebaran Aitem Skala Regulasi Diri.....	38
Tabel 8.	Sebaran Aitem Skala Manajemen Waktu.....	38
Tabel 9.	Data siswa SMA “X” Kota Semarang sebagai subjek uji coba ....	39
Tabel 10.	Sebaran aitem berdaya beda aitem tinggi dan daya beda aitem rendah pada skala prokrastinasi akademik .....	40
Tabel 11.	Sebaran aitem berdaya beda aitem tinggi dan daya beda aitem rendah pada skala regulasi diri .....	41
Tabel 12.	Sebaran aitem berdaya beda aitem tinggi dan daya beda aitem rendah pada skala manajemen waktu .....	42
Tabel 13.	Sebaran Aitem Baru Skala Prokrastinasi Akademik.....	43
Tabel 14.	Sebaran Aitem Baru Skala Regulasi Diri.....	43
Tabel 15.	Sebaran Aitem Baru Skala Manajemen Waktu.....	44
Tabel 16.	Rincian siswa SMA “X” Kota Semarang yang menjadi subjek penelitian .....	45
Tabel 17.	Hasil dari uji normalitas .....	45
Tabel 18.	Norma Kategori Skor .....	49
Tabel 19.	Deskripsi skor skala prokrastinasi akademik .....	50
Tabel 20.	Norma kategorisasi skor subjek .....	50
Tabel 21.	Adapun deskripsi skor skala regulasi diri .....	51
Tabel 22.	Norma kategorisasi skor subjek yang digunakan pada skala regulasi diri.....	51
Tabel 23.	Deskripsi skor skala manajemen waktu .....	52

Tabel 24. Norma kategorisasi skor subjek yang digunakan pada skala manajemen waktu.....	52
---	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Norma Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik.....	50
Gambar 2.	Norma Kategorisasi Skala Regulasi Diri.....	51
Gambar 3.	Norma Kategorisasi Skala Manajemen Waktu.....	52

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Uji Coba.....	66
Lampiran B	Tabulasi Data Skala Uji Coba .....	79
Lampiran C	Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Skala Uji Coba.....	102
Lampiran D	Skala Penelitian .....	109
Lampiran E	Tabulasi Data Skala Penelitian.....	120
Lampiran F	Analisis Data .....	131
Lampiran G	Uji Estimasi Reliabilitas Skala Penelitian .....	139
Lampiran H	Surat Ijin Penelitian .....	141
Lampiran I	Dokumentasi.....	146