

## ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Prokrastinasi dan *State Anxiety*. Adapun yang menjadi sampel penelitian ini adalah mahasiswa fakultas Psikologi Universitas 'X' di Bandung. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian korelasional dan pengambilan sampel dilakukan dengan metode *convenience sampling*.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur Prokrastinasi adalah *Procrastination Assesment Scale Student* (PASS) dari **Salomon dan Rothblum** (1984) yang dimodifikasi oleh peneliti. Kuesioner ini menjangkau dua hal yaitu derajat keyakinan responden dan frekuensi tingkah laku prokrastinasi. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *State Anxiety* adalah Tes STAI (*State-Trait Anxiety Inventory*) dari **Spilberger** (1968) yang distandarisasi oleh **Dra Fanny Zefanya** (1981).

Berdasarkan pengolahan data dan perhitungan statistik koefisien korelasi **Rank Spearman** dengan menggunakan SPSS 12.0 dengan  $\alpha=5\%$  diperoleh koefisien korelasi  $r_s = 0,120$  yang berarti  $H_0$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara Prokrastinasi dan *State Anxiety*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin tingginya kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi tidak diikuti dengan semakin tingginya derajat *State Anxiety*. Begitu pula sebaliknya semakin rendahnya kecenderungan prokrastinasi tidak diikuti dengan semakin rendahnya derajat *State Anxiety*. Dari hasil penelitian dan kesimpulan, disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk mengadakan penelitian sejauh mana hubungan antara *State Anxiety* dan *Trait Anxiety*. Bagi mahasiswa disarankan untuk mengubah penghayatan diri mengenai mengerjakan skripsi bukan merupakan hal yang beban berat tetapi sebagai tantangan yang harus dihadapi dan dikerjakan sehingga mengurangi *State Anxiety* selama mengerjakan skripsi.

## DAFTAR ISI

|                       |      |
|-----------------------|------|
| Kata Pengantar -----  | i    |
| Abstrak -----         | iv   |
| Daftar Isi -----      | v    |
| Daftar Skema -----    | viii |
| Daftar Tabel -----    | ix   |
| Daftar Lampiran ----- | x    |

### **BAB I        PENDAHULUAN**

|  |    |
|--|----|
| 1.1    Latar Belakang Masalah -----            | 1  |
| 1.2    Identifikasi Masalah -----              | 5  |
| 1.3    Maksud, Tujuan, dan Kegunaan Penelitian |    |
| 1.3.1    Maksud Penelitian -----               | 6  |
| 1.3.2    Tujuan Penelitian -----               | 6  |
| 1.3.3    Kegunaan Penelitian                   |    |
| 1.3.3.1Kegunaan Ilmiah -----                   | 6  |
| 1.3.3.2 Kegunaan Praktis -----                 | 6  |
| 1.4    Kerangka Pemikiran -----                | 7  |
| 1.5    Asumsi Penelitian -----                 | 19 |
| 1.6    Hipotesis Penelitian -----              | 19 |

## **BAB II        Tinjauan Teori**

|        |  |    |
|--------|--|----|
| 2.1    | Prokrastinasi                                      |    |
| 2.1.1  | Pengertian Prokrastinasi -----                     | 20 |
| 2.1.2  | Penelitian tentang Prokrastinasi -----             | 22 |
| 2.1.3  | Bentuk Prokrastinasi -----                         | 27 |
| 2.1.4  | Ciri-ciri Prokrastinasi -----                      | 29 |
| 2.1.5  | Prokrastinasi Akademik -----                       | 31 |
| 2.1.6  | Faktor-faktor yang menyebabkan Prokrastinasi ----- | 32 |
| 2.2.   | <i>State Anxiety</i>                               |    |
| 2.2.1. | Pengertian <i>State Anxiety</i> -----              | 34 |
| 2.2.2. | Kecemasan bagian dari kondisi emosional -----      | 35 |
| 2.2.3. | Proses Terjadinya <i>State Anxiety</i> -----       | 37 |
| 2.3.   | <i>Early Adulthood</i>                             |    |
| 2.3.1. | Perkembangan kognitif -----                        | 42 |
| 2.4.   | Skripsi  |    |
| 2.4.1. | Pengertian Skripsi -----                           | 43 |

## **BAB III        METODOLOGI PENELITIAN**

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 3.1   | Rancangan Penelitian -----                   | 46 |
| 3.2   | Variabel Penelitian dan Definisi Operasional |    |
| 3.2.1 | Variabel Penelitian -----                    | 46 |

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 3.2.2 | Definisi Operasional -----                 | 47 |
| 3.3   | Alat Ukur                                  |    |
| 3.3.1 | Kuesioner Prokrastinasi -----              | 48 |
| 3.3.2 | Kuesioner <i>State Anxiety</i> -----       | 52 |
| 3.3.3 | Data Penunjang -----                       | 55 |
| 3.4   | Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur       |    |
| 3.4.1 | Validitas Alat Ukur -----                  | 58 |
| 3.4.2 | Reliabilitas Alat Ukur -----               | 59 |
| 3.5   | Populasi dan Teknik Penarikan Sampel ----- | 60 |
| 3.6   | Teknik Analisa -----                       | 62 |
| 3.7   | Hipotesis Penelitian -----                 | 62 |

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

|     |                          |    |
|-----|--------------------------|----|
| 4.1 | Gambaran Responden ----- | 63 |
| 4.2 | Hasil Penelitian -----   | 63 |
| 4.3 | Pembahasan -----         | 66 |

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

|     |                  |    |
|-----|------------------|----|
| 5.1 | Kesimpulan ----- | 71 |
| 5.2 | Saran -----      | 71 |

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Daftar Pustaka</b> ----- | x |
|-----------------------------|---|

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| <b>Daftar Rujukan</b> ----- | xi |
|-----------------------------|----|

#### **LAMPIRAN**

## DAFTAR SKEMA

|  |    |
|--|----|
| Skema 1.1 Skema Kerangka Pemikiran ----- | 17 |
| Skema 3.1 Skema Desain Penelitian -----  | 45 |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1. Kisi-kisi Alat Ukur Prokrastinasi -----                            | 51 |
| Tabel 3.2. Kisi-kisi Alat Ukur <i>State Anxiety</i> -----                     | 53 |
| Tabel.4.1 Gambaran Responden frekuensi waktu mengerjakan skripsi -----        | 62 |
| Tabel 4.2 Distribusi frekuensi prokrastinasi -----                            | 63 |
| Tabel 4.3 Distribusi frekuensi <i>State Anxiety</i> -----                     | 63 |
| Tabel 4.4 Tabulasi silang Prokrastinasi dan <i>State Anxiety</i> -----        | 64 |
| Tabel 4.5 Tabulasi Silang <i>Trait Anxiety</i> dan <i>State Anxiety</i> ----- | 64 |
| Tabel.4.6 Persentase Kategori Alasan Prokrastinasi Akademik -----             | 62 |

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kata Pengantar
- Lampiran 2 Data Pribadi dan data penunjang
- Lampiran 3 Kuesioner Prokrastinasi bagian I
- Lampiran 4 Kuesioner Prokrastinasi bagian II
- Lampiran 5 Data penunjang
- Lampiran 6 *Trait anxiety inventory*
- Lampiran 7 *State anxiety inventory*
- Lampiran 8 Hasil validitas dan reliabilitas
- Lampiran 9 Perincian intensitas keyakinan
- Lampiran 10 Perincian frekuensi tingkah laku Prokrastinasi
- Lampiran 11 Perincian *State Anxiety*
- Lampiran 12 Perincian *Trait Anxiety* .
- Lampiran 13 Distribusi Frekuensi mahasiswa dengan kecenderungan Prokrastinasi rendah dan memiliki derajat *State Anxiety* yang tinggi
- Lampiran 14 Distribusi Frekuensi mahasiswa dengan kecenderungan Prokrastinasi tinggi dan memiliki derajat *State Anxiety* yang rendah