

Abstrak

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan antara self-control dan prokratinasi akademik pada mahasiswa usulan penelitian di fakultas “X” universitas “Y” di Bandung. Pemilihan sampel menggunakan metode accidental sampling dengan jumlah 78 responden. Rancangan penelitian korelasional.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur self-control terdiri dari 24 item dengan validitas berkisar antara 0,30-0,60 dan realibilitas Alpha Cronbach sebesar 0,87, sedangkan alat ukur yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi akademik terdiri dari 32 item dengan validitas berkisar antara 0,30-0,80 dan realibilitas Alpha Cronbach sebesar 0,8942.

Berdasarkan pengolahan data secara statistik, maka didapat koefisien korelasi untuk self-control dan prokrastinasi akademik adalah -0,693 artinya terdapat hubungan yang signifikan antara self-control dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa usulan penelitian di Fakultas “X” Universitas “Y” Bandung dimana hubungannya moderat dan bersifat negative. Pada self-control, sebagian besar mahasiswa usulan penelitian lanjutan memiliki self-control fisik dan tingkah laku tergolong tinggi dan untuk self-control psikologis tergolong rendah. Pada area prokrastinasi akademik, area yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa yang sedang mengontrak usulan penelitian lanjutan adalah area prokrastinasi tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, menghadiri pertemuan dan kemudian tugas administratif.

Peneliti mengajukan saran agar dilakukan koesioner yang menggali mengenai rasa mampu mahasiswa dalam mengerjakan usulan penelitian terlebih dahulu. Selain itu dilakukan suatu penelitian dengan menggunakan penelitian korelasional dengan variabel dukungan sosial (keluarga dan dosen pembimbing). Bagi pihak fakultas universitas hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun kegiatan akademik atau dengan memberikan pelatihan yang dapat meningkatkan kontrol diri terutama kontrol psikologis mahasiswa.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i-iii
DAFTAR ISI	iv-x

BAB I: PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	10
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian	10
1.4. Kegunaan Penelitian	11
1.4.1. Kegunaan Ilmiah.....	11
1.4.2. Kegunaan Praktis	11
1.5. Kerangka Pemikiran.....	12
1.6. Asumsi	21
1.7. Hipotesis	22

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Prokrastinasi	23
2.1.1. Sejarah Singkat Prokrastinasi.....	23
2.1.2. Pengertian Prokrastinasi.....	24
2.1.3. Penelitian Tentang Prokrastinasi.....	26
2.1.4. Bentuk Prokrastinasi.....	28
2.1.5. Ciri-Ciri Prokrastinasi.....	31

2.1.6. Prokrastinasi Akademik.....	33
2.1.7. Faktor Yang Mempengaruhi Dan Menyebabkan Prokrastinasi	34
2.1.8. Akibat Prokrastinasi.....	36
2.2. <i>Self-Control</i> (Kontrol Diri).....	37
2.2.1. Pengertian Kontrol Diri.....	38
2.2.2. Perkembangan Kontrol Diri.....	40
2.2.3. Aspek Kontrol Diri.....	42
2.2.4. Masalah-Masalah Dalam Kontrol Diri.....	42
2.2.5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	43
2.3. Teori Psikologi Perkembangan Masa Dewasa Awal	45
2.3.1. Batasan Dewasa Awal	45
2.3.2. Ciri-Ciri Dewasa Awal	46
2.3.3. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Dini.....	52
2.3.4. Masalah Yang Dihadapi Pada Dewasa Awal.....	53
BAB III :METODOLOGI PENELITIAN	
3.1. Rancangan Penelitian	55
3.2. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional	56
3.2.1. Variabel Penelitian	56
3.2.2. Definisi Operasional	57

3.3. Alat Ukur	59
3.3.1. Alat Ukur Kontrol Diri.....	59
3.3.2. Alat Ukur Prokrastinasi Akademik.....	63
3.3.3. Data Penunjang.....	67
3.3.4. Validitas Dan Reabilitas Alat Ukur	67
3.3.4.1. Validitas Alat Ukur	67
a. Validitas <i>Self-Control</i>	68
b. Validitas Prokrastinasi Akademik.....	69
3.3.4.2. Reabilitas Alat Ukur.....	69
a. Reliabilitas <i>Self-Control</i>	71
b. Reliabilitas Prokrastinasi Akademik.....	71
3.4. Teknik Penarikan Sampel	71
3.4.1. Populasi Sasaran.....	71
3.4.2. Karakteristik Sampel.....	72
3.4.3. Teknik Sampling.....	72
3.5. Teknik Analisis	73
3.6. Hipotesis Penelitian	75
 BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1. Gambaran Responden.....	76

4.2. Hasil Penelitian.....	77
4.3. Pembahasan Hasil Penelitian.....	79
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Kesimpulan.....	88
5.2. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91
DAFTAR RUJUKAN.....	92
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.5 Bagan Kerangka Berpikir

Bagan 3.2 Bagan Desain Penelitian

DAFTAR TABEL

Tabel 3.4.1 Tabel Koesioner *Self-Control*

Tabel 3.4.2 Tabel koesioner Prokrastinasi Akademik

Tabel 4.1.1.1 Distribusi frekuensi berdasarkan usia

Tabel 4.1.1.2 Distribusi frekuensi berdasarkan lama mengontrak

Tabel 4.2 Tabel *self-control* dan prokrastinasi akademik

Tabel 4.2.1 Tabel korelasi *self-control* dan prokrastinasi akademik

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Alat Ukur

LAMPIRAN 2 Tabulasi Silang