1. **Blueprint Skala Efikasi Diri**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Aspek - aspek | Indikator | Aitem | | **F** | UF | ∑ |
| *Favorable* | *Unfavorable* |
| 1 | Dimensi tingkat (level) | Yakin bisa menyelesaikan tugas berdasarkan tingkat kesulitannya | 1. Saya yakin bisa mengerjakan tugas sekolah yang telah diberikan oleh dosen meskipun sulit. 2. Saat memperoleh materi tugas yang sulit dan banyak, saya tetap yakin dapat menyelesaikannya. 3. Saya yakin mampu menguasai semua mata kuliah meskipun materinya sulit. | 1. Saya ragu - ragu ketika mengerjakan tugas kuliah yang telah diberikan oleh dosen karena sulit. 2. Saat memperoleh materi tugas yang sulit saya menjadi tidak antusias menyelesaikannya. 3. Saya merasa kesulitan menyelesaikan tugas yang lebih rumit dari dosen. | **1, 7, 13** | **2, 8, 14** | **6** |
| 2 | Dimensi kekuatan (strength) | Percaya diri atau mantab dalam meraih prestasi tertentu | 1. Saya merasa yakin dapat meraih prestasi tertentu dikampus meskipun banyak saingannya. 2. Saat selalu belajar materi yang diberikan oleh dosen agar mendapat nilai baik dan menjadi mahasiswa yang berprestasi dikelas. 3. Saya percaya diri mampu meraih prestasi dikelas meskipun membutuhkan perjuangan yang berat. | 1. Saya merasa ragu - ragu dapat meraih prestasi tertentu dikampus karena saingannya berat. 2. Saat enggan belajar materi yang diberikan dosen karena pasti akan sulit dikerjakan dan akhirnya saya tidak berprestasi dikelas. 3. Saya tidak yakin dapat terus berprestasi saat dikelas. | **3, 9, 15** | **4, 10, 16** | **6** |
| 3 | Dimensi generalisasi (generality) | Mampu menggambarkan rentang (*range*) atau tugas yang dirasa dapat diselesaikan | 1. Saya merasa sanggup mengerjakan tugas hafalan maupun hitungan yang telah diberikan oleh dosen meskipun banyak dan sulit. 2. Ketika dosen memberikan soal hitungan yang terlau banyak saya tetap ingin berusaha untuk mengerjakannya sesuai dengan pemahaman saya. 3. Bagi saya sebagai mahasiswa seharusnya bisa menyelesaikan semua bentuk tugas kuliah meskipun kurang memahami dengan sepenuhnya. | 1. Saya merasa pesimis ketika diberikan tugas oleh dosen yang banyak dan sulit. 2. Ketika dosen menyuruh mengerjakan soal hitungan di depan kelas, saya menolak karena saya merasa terlaku bayak soal yang harus dikerjakan. 3. Sebagai mahasiwa bukan berarti perlu menguasai seluruh materi kuliah dengan waktu belajar yang singkat. | **5, 11, 17** | **6, 12, 18** | **6** |

1. **Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Aspek | Indikator | Aitem | | **F** | UF | ∑ |
| *Favorable* | *Unfavorable* |
| 1 | Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas | Menunda untuk memulai tugas | 1. Saat ada tugas makalah cenderung menyelesaikannya setelah deadline pengumpulan sudah dekat. 2. Saya menunda menyelesaikan tugas dari dosen, saat belum ingin mulai mengerjakanya. 3. Seringkali tugas dari dosen baru saya pelajari beberapa minggu setelah diberikan. | 1. Sepulang kuliah saya terbiasa langsung mengerjakan tugas yang diberikan dosen. 2. Saya langsung menyelesaikan tugas dari dosen meskipun teman – teman belum mulai mengerjakanya. 3. Meskipun waktu pengumpulan tugas masih jauh saya memilih segera mengerjakan tugas dengan segera. | **1, 15, 29** | **2, 16, 30** | **6** |
| Menunda untuk menyelesaikan tugas hingga tuntas atau selesai | 1. Saya seringkali hanya mengerjakan sebagian tugas dan sisanya saya selesaikan menjelang waktu pengumpulan. 2. Tugas – tugas yang berat, tidak secara langsung saya selesaikan hingga tuntas. 3. Ketika merasa kesulitan, tugas dari dosen tidak segera saya selesaikan dengan tuntas. | 1. Hari ini saya mendapatkan tugas dari dosen dan saya kerjakan hingga tuntas dihari ini pula. 2. Apapun tugas yang diberi oleh dosen, saya selalu mengerjakannya hingga selesai atau tuntas. 3. Saya tetap mengerjakan tugas hingga selesai meskipun beberapa bagian terasa sulit buat saya. | **3, 17, 31** | **4, 18, 32** | **6** |
| 2 | Keterlambatan dalam mengerjakan tugas | Membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelsaiakan tugas | 1. Saya selalu merasa waktu yang diberikan dosen untuk mengerjakan tugas sangat kurang. 2. Meskipun waktu penyelesaian tugas cukup lama, saya masih sering terlambat mengumpulkan tugas. 3. Banyak tugas yang saya kumpulkan melebihi waktu yang ditetapkan dosen. | 1. Meskipun waktu mengerjakan tugas sangat terbatas saya terbiasa mengumpulkannya tepat waktu. 2. Tugas – tugas dari dosen selalu saya selesaikan sebelum batas akhir waktu pengumpulannya. 3. Saya tidak pernah terlambat menyelesaikan makalah yang menjadi tugas sebuah mata kuliah. | **5, 19, 33** | **6, 20, 34** | **6** |
|  |  | Tidak mampu memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas | 1. Beberapa kali saya salah memperhitungkan waktu pengumpulan tugas sehingga tugas tersebut terlambat saya kumpulkan. 2. Saya berfikir bahwa waktu pengumpulan tugas masih cukup lama, sehingga saya tidak segera menyelesaikannya. 3. Saya lupa bahwa dalam minggu ini saya banyak kegiatan sehingga akhirnya beberapa tugas tidak dapat saya selesaikan tepat waktu. | 1. Saya membuat schedule pengerjaan tugas sehingga tidak ada tugas yang terlambat waktu pengumpulannya. 2. Setiap tugas dari dosen saya kerjakan dengan segera meskipun waktu pengumpulannya masih lama. 3. Saya membuat tahapan penyelesaian tugas sehingga tugas apapun dapat selesai tepat waktu. | **7, 21, 35** | **8, 22, 36** | **6** |
| 3 | Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual | Kesulitan untuk menyesuiakan kinerja actual dengan rencana | 1. Meskipun saya ada rencana mengerjakan tugas, tetapi saya sering baru mengerjakan saat batas waktu sudah dekat. 2. Ketika saya membuat perencanaan penyelesaian tugas, saya sering tidak melaksanakan rencana tersebut. 3. Saya tidak pernah bisa belajar setiap hari kecuali saya sudah berniat untuk belajar setiap hari. | 1. Saya menepati jadwal yang sudah ada sekarang, untuk menyelesaikan tugas makalah individu yang diberikan dosen di kampus. 2. Saya selalu mengerjakan tugas – tugas kampus, sesuai dengan rencana yang telah saya buat. 3. Ketika saya membuat rencana mengerjakan tugas, saya selalu mengerjakan sesuai dengan rencana tersebut. | **9, 23, 37** | **10, 24, 38** | **6** |
| Gagal menyelesaikan tugas sesuai rencana | 1. Saya memiliki jadwal belajar, tetapi jarang saya lakukan. 2. Saya sengaja tidak mengerjakan yang diperintahkan oleh dosen. 3. Ketika ada kesulitan saya akan mengabaikannya. | 1. Saya belajar sesuai jadwal. 2. Ketika menemui kesulitan saya segera meminta bantuan teman / dosen. 3. Saya selalu mengerjakan apa yang diperintahkan dosen. | **11, 25, 39** | **12, 26, 40** | **6** |
| 4 | Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan | Lebih memilih aktivitas lain yang menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas | 1. Saya lebih memilih untuk mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan daripada langsung mengerjakan tugas dari kampus. 2. Saya tidak begitu pernah menolak ajakan teman untuk bermain diluar rumah, meskipun besok ada tugas laporan yang harus dikumpulkan dikampus. 3. Saya mengajak teman akrab saya untuk keluar liburan akhir pekan, meskipun minggu depan ada ujian di kampus. | 1. Biasanya saya mengerjakan laporan kampus terlebih dahulu, baru melakukan aktifitas lain. 2. Saya memilih belajar untuk persiapan ujian besok daripada ikut teman kampus mengajak jalan - jalan ke luar kota. 3. Saya akan menonton film yang saya sukai, ketika laporan tugas yang diberikan oleh kampus saya terselesaikan semuanya terlebih dahulu. | **13, 27, 41** | **14, 28, 42** | **6** |