**BLUE PRINT PENELITIAN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **BLUE PRINT PROKRASTINASI AKADEMIK** | | | |
| Pada skala Prokrastinasi Akademik ini mengukur perilaku prokrastinasi akademik yang dikembangkan dari teori Ferrari dkk (1995) dengan aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan untuk mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, dan lebih melakukan aktivitas yang menyenangkan. Indeks skor beda aitem bergerak dari 0,306-0,707. Hasil uji reliabilitas diperoleh dengan skor koefisien Cronbach’s Alpha adalah sebesar 0,888 dengan 22 aitem. | | | |
| **Aspek** | **Indikator** | **Aitem** | |
| **Fav** | **Unfav** |
| Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas | Melakukan penundaan dalam mngerjakan tugas. | 1, 7, 8, 16, 18 | 13 |
| Kondisi fisik | 21, 22 | 20 |
| Kelambanan dalam mengerjakan tugas | Memerlukan waktu yang lama dalam mengerjakan tugas |  | 4 |
| Menghabiskan waktu untuk hal yang tidak penting | 2, | 10, 14, 17 |
| Kesenjangan waktu antara rencana dan kerja actual. | Ketidaksesuaian antara niat/rencana dan tindakan dalam mengerjakan tugas. |  | 3 |
| Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang ditentukan dalam menyelesaikan tugas. | 11, | 12, 15 |
| Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan | Pengaruh sekitar |  | 6, 19 |
| Melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan. | 5 | 9, |
| Total | | 10 | 12 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **JAWABAN** | **KET** | **FAV** | **UNFAV** |
| **SS** | **Sangat Sesuai** | **4** | **1** |
| **S** | **Sesuai** | **3** | **2** |
| **TS** | **Tidak Sesuai** | **2** | **3** |
| **STS** | **Sangat Tidak Sesuai** | **1** | **4** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SKALA PROKRASTINASI** | | | | | |
| **NO** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| **1** | Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan dosen karena tidak memiliki bahan kuliah tersebut. |  |  |  |  |
| **2** | Saat sedang mengerjakan tugas, saya sering melamunkan hal-hal di luar topik sehingga penyelesaian tugas menjadi lambat. |  |  |  |  |
| **3** | Saya selalu mengerjakan tugas sesuai dengan jadwal yang saya tentukan. |  |  |  |  |
| **4** | Saya memiliki waktu luang untuk mengerjakan tugas mata kuliah lainnya karena tugas kuliah sebelumnya sudah saya selesaikan dengan tepat waktu. |  |  |  |  |
| **5** | Keinginan untuk melakukan kegiatan lain lebih besar daripada keinginan untuk mengerjakan tugas. |  |  |  |  |
| **6** | Saat di kelas, saya tetap mencatat bahan kuliah yang diberikan dosen walaupun teman saya asyik mengobrol. |  |  |  |  |
| **7** | Saya menerima ajakan teman meskipun sedang mengerjakan tugas. |  |  |  |  |
| **8** | Saya menunda tugas dengan harapan dapat memperoleh banyak waktu untuk melengkapi dan menyelesaikan tugas. |  |  |  |  |
| **9** | Saya tetap mengerjakan tugas sampai selesai walaupun ada keinginan untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan. |  |  |  |  |
| **10** | Pada saat mengerjakan tugas, saya menghindari aktivitas lainnya yang memperlambat penyelesaian tugas, seperti menonton tv, *online,* dan sebagainya. |  |  |  |  |
| **11** | Target belajar malam ini untuk mata kuliah besok tidak tercapai karena masih harus mengerjakan tugas yang dikumpulkan esok hari |  |  |  |  |
| **12** | Waktu yang telah saya jadwalkan untuk mencari referensi dalam pengerjaan tugas dapat saya gunakan secara maksimal. |  |  |  |  |
| **13** | Saya tetap mengerjakan tugas sampai selesai, walaupun teman mengajak saya berbicara. |  |  |  |  |
| **14** | Rasa bosan tidak membuat saya bermalas-malasan dalam menyelesaikan tugas. |  |  |  |  |
| **15** | Saya tetap harus menyelesaikan tugas yang sudah saya jadwalkan walaupun orang lain membujuk untuk pergi bersenang-senang. |  |  |  |  |
| **16** | Rasa bosan terhadap tugas-tugas kuliah membuat saya memilih untuk menundanya. |  |  |  |  |
| **17** | Saya tetap berusaha fokus saat mengerjakan tugas sehingga pekerjaan tersebut menjadi cepat selesai. |  |  |  |  |
| **18** | Saya tidak memulai mengerjakan tugas karena meresa takut salah mengerjakannya, sehingga lebih baik menundanya dulu. |  |  |  |  |
| **19** | Saya menolak ajakan orang lain untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan ketika saya sedang fokus mengerjakan tugas. |  |  |  |  |
| **20** | Saya tetap berusaha mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah. |  |  |  |  |
| **21** | Saya menunda mengerjakan tugas ketika sedang merasa lelah. |  |  |  |  |
| **22** | Jika tidak paham dengan tugas yang dikerjakan saya sering merasa pusing, sehingga saya menundanya. |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SKALA KONTROL DIRI** | | |
| Skala kontrol diri diadaptasi dari 10 item *Brief Self Control Scale* (BSCS) versi De Ridder dkk (2011)yang telah diadaptasi dan divalidasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Arifin dan Milla (2020). Skala terdiri dari 10 item diukur dengan menggunakan skala Likert. Skala kontrol diri mengacu pada dimensi kontrol diri yang terdiri atas inhibisi dan inisiasi oleh De Ridder dkk yang telah diadaptasi dan divalidasi ke dalam Bahasa Indonesia.  Berdasarkan hasil pengukuran uji reliabilitas diperoleh sebesar 0,778 dengan jumlah item sebanyak 10 item. | | |
| **DIMENSI** | **FAVO** | **UNFAV** |
| Inhibisi | 2, 4, 5, 8, 10 | 1, 10 |
| Inisiasi | 3, 6, 9 | 7 |
| TOTAL |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **JAWABAN** | **KET** | **FAV** | **UNFAV** |
| **SS** | **Sangat Sesuai** | **4** | **1** |
| **S** | **Sesuai** | **3** | **2** |
| **TS** | **Tidak Sesuai** | **2** | **3** |
| **STS** | **Sangat Tidak Sesuai** | **1** | **4** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SKALA KONTROL DIRI** | | | | | |
| **NO** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Secara umum, saya dapat menahan godaan apapun dengan baik |  |  |  |  |
| 2 | Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk |  |  |  |  |
| 3 | Saya pemalas |  |  |  |  |
| 4 | saya melakukan beberapa hal buruk jika hal tersebut menyenangkan |  |  |  |  |
| 5 | Hal yang menyenangkan dan bersenang-senang kadang menahan saya untuk menyelesaikan pekerjaan |  |  |  |  |
| 6 | saya kesulitan berkonsentrasi |  |  |  |  |
| 7 | Saya dapat bekerja dengan efektif dalam meraih tujuan jangka panjang. |  |  |  |  |
| 8 | terkadang saya tidak bisa menghentikan diri saya dari sesuatu meskipun saya tau itu salah |  |  |  |  |
| 9 | saya sering bertindak tanpa mempertimbangkan seluruh alternatif |  |  |  |  |
| 10 | saya menolak hal-hal yang buruk untuk diri saya |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| SKALA KONFORMITAS | | | | |
| Skala konformitas ini didasarkan pada Aspek-aspek konformitas menurut Sears, dkk yaitu kekompakkan,kesepakatan dan ketaatan. Berdasarkan hasil pengukuran uji reliabilitas diperoleh sebesar 0,809 dengan jumlah item sebanyak 21 item.Karena nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,809 maka dinyatakan reliabel reliable dengan koefisisen yang tinggi. | | | | |
| NO | ASPEK | INDIKATOR | *Favorable* | *unfavorable* |
| 1 | Aspek kekompakan | * Mampu menyesuaikan diri untuk menjadi anggota kelompok * Memiliki rasa ketertarikan terhadap anggota kelompok berupa (perhatian,kes etiaan,dll) | 1, 2,3  5,6 | 4  7 |
| 2 | Aspek Kesepakatan | * Kepercayaan * Persamaan pendapat * Kesesuaian aktivitas kelompok | 8  9, 10  11, 13, 14 | 12, 15 |
| 3 | Aspek Ketaatan | * Mematuhi peraturan kelompok * Harapan orang lain | 16, 17  19 | 18  20, 21 |
| TOTAL | | | 14 | 7 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **JAWABAN** | **KET** | **FAV** | **UNFAV** |
| **SS** | **Sangat Sesuai** | **4** | **1** |
| **S** | **Sesuai** | **3** | **2** |
| **TS** | **Tidak Sesuai** | **2** | **3** |
| **STS** | **Sangat Tidak Sesuai** | **1** | **4** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SKALA KONFORMITAS** | | | | | |
| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
| 1 | Saya sangat nyaman dengan teman kuliah meskipun keadaan kurang baik |  |  |  |  |
| 2 | Saya akan mengikuti apa yang dilakukan oleh teman saya |  |  |  |  |
| 3 | Saya selalu menyesuaikan persepsi teman dalam hal apapun |  |  |  |  |
| 4 | Saya tidak peduli jika keputusan saya tidak sesuai dengan teman-teman |  |  |  |  |
| 5 | saya mengetahui apa saja yang dilakukan oleh teman saya meskipun sedang tidak bersama mereka |  |  |  |  |
| 6 | Saya selalu memberi komentar terhadap penampilan teman saya jika hal tersebut tidak sesuai |  |  |  |  |
| 7 | Saya sangat jarang memenuhi permintaan teman saya meskipun tidak sibuk |  |  |  |  |
| 8 | Saya percaya teman saya dapat menjaga rahasia |  |  |  |  |
| 9 | Jika ada masalah saya akan berdiskusi dengan teman kuliah saya |  |  |  |  |
| 10 | Kami selalu mempunyai pandangan yang sama dalam hal apapun |  |  |  |  |
| 11 | Saya memilih ikut kegiatan yang sama dengan anggota kelompok |  |  |  |  |
| 12 | Saya memilih mengikuti kegiatan sendiri daripada bersama teman kelompok |  |  |  |  |
| 13 | Saya senang berkumpul bersama teman kelompok |  |  |  |  |
| 14 | saya akan membeli barang yang sama dengan teman saya meskipun saya tidak membutuhkannya |  |  |  |  |
| 15 | Saya memilih belanja kebutuhan sendiri daripada bersama teman kelompok |  |  |  |  |
| 16 | Saya rela melakukan apapun, demi kelompok walaupun tidak setuju |  |  |  |  |
| 17 | Saya lebih percaya pendapat kelompok daripada pendapat sendiri |  |  |  |  |
| 18 | Saya tidak tidak peduli jika dijauhi oleh teman- teman kuliah karena tidak mengikuti aturan kelompok |  |  |  |  |
| 19 | Saya akan meninggalkan keperluan saya demi memenuhi permintaan teman kuliah saya |  |  |  |  |
| 20 | Saya tetap mengumpulkan tugas meskipun teman saya belum selesai mengerjakannya |  |  |  |  |
| 21 | Saya lebih senang menyelesaikan tugas sendiri tanpa bantuan orang lain |  |  |  |  |

**SKALA PENELITIAN**

**Nama / Inisial : Instansi :**

**Jenis Kelamin : Jurusan :**

**Usia : Semester :**

**Apakah kamu sering merasa malas ketika mengerjakan tugas? Iya [ ] Tidak [ ]**

**(pilih salah satu)**

**Silahkan Memilih Salah Satu yang Sesuai dengan Diri Anda dengan Cara Memberikan Tanda *Checklist* = √**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BAGIAN 1 (Kontrol Diri)** | | | | | |
| **KETERANGAN**   * **SANGAT SESUAI (SS)** * **SESUAI (S)** * **TIDAK SESUAI (TS)** * **SANGAT TIDAK SESUAI (STS)** | | | | | |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Secara umum, saya dapat menahan godaan apapun dengan baik |  |  |  |  |
| 2 | Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk |  |  |  |  |
| 3 | Saya pemalas |  |  |  |  |
| 4 | saya melakukan beberapa hal buruk jika hal tersebut menyenangkan |  |  |  |  |
| 5 | Hal yang menyenangkan dan bersenang-senang kadang menahan saya untuk menyelesaikan pekerjaan |  |  |  |  |
| 6 | saya kesulitan berkonsentrasi |  |  |  |  |
| 7 | Saya dapat bekerja dengan efektif dalam meraih tujuan jangka panjang. |  |  |  |  |
| 8 | terkadang saya tidak bisa menghentikan diri saya dari sesuatu meskipun saya tau itu salah |  |  |  |  |
| 9 | saya sering bertindak tanpa mempertimbangkan seluruh alternatif |  |  |  |  |
| 10 | saya menolak hal-hal yang buruk untuk diri saya |  |  |  |  |
| **BAGIAN 2 (PROKRASTINASI AKADEMIK)** | | | | | |
| **KETERANGAN**   * **SANGAT SESUAI (SS)** * **SESUAI (S)** * **TIDAK SESUAI (TS)** * **SANGAT TIDAK SESUAI (STS)** | | | | | |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan dosen karena tidak memiliki bahan kuliah tersebut. |  |  |  |  |
| 2 | Saat sedang mengerjakan tugas, saya sering melamunkan hal-hal di luar topik sehingga penyelesaian tugas menjadi lambat. |  |  |  |  |
| 3 | Saya selalu mengerjakan tugas sesuai dengan jadwal yang saya tentukan. |  |  |  |  |
| 4 | Saya memiliki waktu luang untuk mengerjakan tugas mata kuliah lainnya karena tugas kuliah sebelumnya sudah saya selesaikan dengan tepat waktu. |  |  |  |  |
| 5 | Keinginan untuk melakukan kegiatan lain lebih besar daripada keinginan untuk mengerjakan tugas. |  |  |  |  |
| 6 | Saat di kelas, saya tetap mencatat bahan kuliah yang diberikan dosen walaupun teman saya asyik mengobrol. |  |  |  |  |
| 7 | Saya menerima ajakan teman meskipun sedang mengerjakan tugas. |  |  |  |  |
| 8 | Saya menunda tugas dengan harapan dapat memperoleh banyak waktu untuk melengkapi dan menyelesaikan tugas. |  |  |  |  |
| 9 | Saya tetap mengerjakan tugas sampai selesai walaupun ada keinginan untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan. |  |  |  |  |
| 10 | Pada saat mengerjakan tugas, saya menghindari aktivitas lainnya yang memperlambat penyelesaian tugas, seperti menonton tv, *online,* dan sebagainya. |  |  |  |  |
| 11 | Target belajar malam ini untuk mata kuliah besok tidak tercapai karena masih harus mengerjakan tugas yang dikumpulkan esok hari |  |  |  |  |
| 12 | Waktu yang telah saya jadwalkan untuk mencari referensi dalam pengerjaan tugas dapat saya gunakan secara maksimal. |  |  |  |  |
| 13 | Saya tetap mengerjakan tugas sampai selesai, walaupun teman mengajak saya berbicara. |  |  |  |  |
| 14 | Rasa bosan tidak membuat saya bermalas-malasan dalam menyelesaikan tugas. |  |  |  |  |
| 15 | Saya tetap harus menyelesaikan tugas yang sudah saya jadwalkan walaupun orang lain membujuk untuk pergi bersenang-senang. |  |  |  |  |
| 16 | Rasa bosan terhadap tugas-tugas kuliah membuat saya memilih untuk menundanya. |  |  |  |  |
| 17 | Saya tetap berusaha fokus saat mengerjakan tugas sehingga pekerjaan tersebut menjadi cepat selesai. |  |  |  |  |
| 18 | Saya tidak memulai mengerjakan tugas karena meresa takut salah mengerjakannya, sehingga lebih baik menundanya dulu. |  |  |  |  |
| 19 | Saya menolak ajakan orang lain untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan ketika saya sedang fokus mengerjakan tugas. |  |  |  |  |
| 20 | Saya tetap berusaha mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah. |  |  |  |  |
| 21 | Saya menunda mengerjakan tugas ketika sedang merasa lelah. |  |  |  |  |
| 22 | Jika tidak paham dengan tugas yang dikerjakan saya sering merasa pusing, sehingga saya menundanya. |  |  |  |  |
| **BAGIAN 3 (KONFORMITAS)** | | | | | |
| **KETERANGAN**   * **SANGAT SESUAI (SS)** * **SESUAI (S)** * **TIDAK SESUAI (TS)** * **SANGAT TIDAK SESUAI (STS)** | | | | | |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Saya sangat nyaman dengan teman kuliah meskipun keadaan kurang baik |  |  |  |  |
| 2 | Saya akan mengikuti apa yang dilakukan oleh teman saya |  |  |  |  |
| 3 | Saya selalu menyesuaikan persepsi teman dalam hal apapun |  |  |  |  |
| 4 | Saya tidak peduli jika keputusan saya tidak sesuai dengan teman-teman |  |  |  |  |
| 5 | saya mengetahui apa saja yang dilakukan oleh teman saya meskipun sedang tidak bersama mereka |  |  |  |  |
| 6 | Saya selalu memberi komentar terhadap penampilan teman saya jika hal tersebut tidak sesuai |  |  |  |  |
| 7 | Saya sangat jarang memenuhi permintaan teman saya meskipun tidak sibuk |  |  |  |  |
| 8 | Saya percaya teman saya dapat menjaga rahasia |  |  |  |  |
| 9 | Jika ada masalah saya akan berdiskusi dengan teman kuliah saya |  |  |  |  |
| 10 | Kami selalu mempunyai pandangan yang sama dalam hal apapun |  |  |  |  |
| 11 | Saya memilih ikut kegiatan yang sama dengan anggota kelompok |  |  |  |  |
| 12 | Saya memilih mengikuti kegiatan sendiri daripada bersama teman kelompok |  |  |  |  |
| 13 | Saya senang berkumpul bersama teman kelompok |  |  |  |  |
| 14 | saya akan membeli barang yang sama dengan teman saya meskipun saya tidak membutuhkannya |  |  |  |  |
| 15 | Saya memilih belanja kebutuhan sendiri daripada bersama teman kelompok |  |  |  |  |
| 16 | Saya rela melakukan apapun, demi kelompok walaupun tidak setuju |  |  |  |  |
| 17 | Saya lebih percaya pendapat kelompok daripada pendapat sendiri |  |  |  |  |
| 18 | Saya tidak tidak peduli jika dijauhi oleh teman- teman kuliah karena tidak mengikuti aturan kelompok |  |  |  |  |
| 19 | Saya akan meninggalkan keperluan saya demi memenuhi permintaan teman kuliah saya |  |  |  |  |
| 20 | Saya tetap mengumpulkan tugas meskipun teman saya belum selesai mengerjakannya |  |  |  |  |
| 21 | Saya lebih senang menyelesaikan tugas sendiri tanpa bantuan orang lain |  |  |  |  |