

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATION* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI DI SMAN 1
PARITTIGA**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Serjana Psikologi (S.Psi)**

Oleh :

MITRA HASANAH

NIM : 2124037

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam

Kepada :

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173
E-mail: humas@iainasabel.ac.id
Website: www.iainasabel.ac.id

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : B.097/FD/PP.00.9/10/2025**

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Mitra Hasanah
NIM : 2124037
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Hubungan Antara Self-Regulation dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMAN 1 Parittiga

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 12%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 01 Oktober 2025

Pj. Dekan


Dr. Hj. M. Firdiansyah, M.A.
NIP. 197607202011011003

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Mitra Hasanah

Nim : 2124037

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Islam

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Antara *Self-regulation* Dengan Prokrastinasi Akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Parittiga”** ini adalah asli karya atau penelitian saya sendiri bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi manapun sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis dijadikan acuan kutipan dalam narasi skripsi ini.

Bangka , 26 Mei 2025

Yang menyatakan



Mitra Hasanah

NIM : 2124037



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Mitra Hasanah
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamua'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku pembimbing menyetujui mahasiswi di bawah ini :

Nama : Mitra Hasanah
NIM : 2124037
Prodi : Psikologi Islam (PI)
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Regulation* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMAN 1 Parittiga

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat. Atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Basri, M.A
NIP. 197303272006041002

Bangka, 25 Mei 2025
Pembimbing II

Wahyu Kurniawan, M.Psi, Psikolog.
NIP. 19881225202320218



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA INSTITUT
AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jalan Raya Petaling KM 13 Desa Petaling Kecamatan Mendo Barat Kabupaten Bangka, Provinsi Kepulauan
Bangka Belitung 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Saudara/i Mitra Hasanah

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama	: MITRA HASANAH
NIM	: 2124037
Prodi	: Psikologi Islam
Judul	: Hubungan Antara <i>Self-regulation</i> Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMAN 1 Parittiga

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

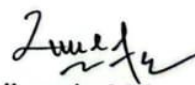
Demikian Nota dinas konsultan ini kami buat. Atas segala perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Konsultan I

Dr. Syarifuddin Idris, M.Pd.
NIP. 198401142022031001

Bangka, 21 Juli 2025
Konsultan II


Zulkarnain, M.A
NIDN. 2002039001



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung

E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id

Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-457/FD/10/2025

Skripsi dengan judul: Hubungan Antara Self-Regulation dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMAN 1 Parititga

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Mitra Hasanah
N I M : 2124037
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 04 Juni 2025 dengan nilai **B (82,25)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,

Basri, M.A
NIP. 197303272006041002

Penguji I,

Dr. Syarifudin Idris, M.Pd
NIP. 198401142022031001

Ketua Panitia

Raffles Abdi Kusuma, M.A
NIP. 198706272023211017

Pembimbing II,

Wahyu Kurniawan, M.Psi., Psikolog
NIP. 19930728202012205

Penguji II,

Zulkarnain, M.A
NIP. 199003022025211016

Bangka, 01 Oktober 2025



Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah : 286)

“Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir kedunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya.”

-MitraHasanah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tiada halaman yang paling indah dalam skripsi ini kecuali halaman persembahan. *Alhamdulillah Rabbil 'alamin* tiada kata selain rasa syukur kepada-Mu Ya Allah SWT,. Sholawat beriringan salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad saw. Dengan segenap cinta, rasa hormat, dan kerendahan hati, karya sederhana ini kupersembahkan kepada:

1. Kepada orang tua tercinta, terkasih, dan tersayang (cinta pertamaku dan panutanku) Ayahanda Budiawan. Terima kasih sebesar-besarnya penulis ucapkan kepada beliau atas setiap tetes keringat yang keluar untuk menyekolahkan penulis, beliau memang hanya seorang buruh, namun beliau mampu mendidik dan menyekolahkan anak pertama dan keduanya sampai sarjana. Dan untuk (pintu syurgaku) Ibunda Marbiya. Terima kasih sebesar-besarnya penulis berikan kepada beliau atas segala bentuk bantuan, semangat, dan do'a yang diberikan selama ini. Terima kasih atas nasihat yang selalu diberikan, ibu menjadi penguat dan pengingat paling hebat. Terima kasih sudah menjadi tempat pulang, mak.. Hidup lebih lama mamak dan bapak.
2. Kepada Kakak dan kakak ipar yang terkasih dan tersayang. Yulistia Sandewi dan Yudianto. Terima kasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini, terima kasih atas semangat, doa, cinta, moril maupun materil yang selalu diberikan kepada penulis.
3. Kepada Adikku yang terkasih dan tersayang. Roisul Muttaqin, terima kasih atas dukungan dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat, adikku.
4. Kepada keluarga besar, terima kasih atas segala bentuk dukungan serta do'a yang kalian panjatkan sehingga penulis bisa sampai dititik ini.

5. Dan yang terakhir , kepada diri saya sendiri, Mitra Hasanah. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, sudah berhasil menyelesaikan apa yang telah dimulai, dan selalu berani mencoba hal-hal baru. Walaupun dalam perjalanannya sering kali mengeluh, ingin menyerah, namun terima kasih sudah menjadi manusia yang kuat yang selalu bisa mengandalkan diri sendiri. Kamu hebat, berbahagialah dimanapun kamu berada, apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

ABSTRAK
HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATION* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI DI SMAN 1 PARITTIGA

Mitra Hasanah
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam
Program Studi Psikologi Islam
Institut Agama Islam Negeri
Syaikh Abdurrahman Siddiq
Bangka Belitung

Abstrak

Latar belakang penelitian ini berfokus pada *self-regulation* siswa pada kelas XI di SMAN 1 Parittiga, yang memiliki 179 siswa. Data menunjukkan bahwa siswa sering kali melakukan prokrastinasi akademik yang mengakibatkan tugas yang terbengkalai dan hasil belajar yang rendah, siswa lebih memprioritaskan aktivitas lain daripada tugas akademik. Hal tersebut dapat berdampak negatif pada nilai mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *self-regulation* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMAN 1 Parittiga, serta memberikan wawasan tentang pentingnya *self-regulation* dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih seimbang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan pengumpulan data melalui teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu sebanyak 45 responden. Pertama, data diperoleh dengan menyebarkan kuesioner kepada siswa kelas XI berjumlah 45 siswa. Kedua, penilaian skor dilakukan berdasarkan jawaban angket yang sesuai dengan instrumen yang telah dirancang dan standar penilaian yang ditetapkan. Ketiga, data hasil skoring diinput kedalam *Microsoft Excel* untuk memudahkan pengolahan sebelum diolah lebih lanjut. Keempat, data kemudian diimpor atau disalin dari *Excel* ke *SPSS 22.0* Untuk analisis lebih mendalam. Kelima, analisis statistik dilakukan sesuai dengan tujuan penelitian, termasuk uji validitas, reliabilitas dan uji hipotesis seperti uji korelasi, serta analisis regresi. Dengan langkah-langkah ini, penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai hubungan antara *self-regulation* dengan prokrastinasi akademik siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-regulation* memiliki hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Parittiga, dengan nilai signifikansi 0,000. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa adanya *self-regulation* terhadap prokrastinasi akademik berdampak positif. Mayoritas siswa berada dalam kategori sedang untuk prokrastinasi akademik, yang menunjukkan perlunya peraturan diri lebih dari siswa untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan seimbang.

Kata Kunci : *Self-regulation*, Prokrastinasi Akademik, Siswa, Pendidikan.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN GRADE XI STUDENTS AT SMAN 1 PARITTIGA

Mitra Hasanah
Faculty of Islamic Da'wah and Communication Islamic
Psychology Study Program
State Islamic Institute
Syaikh Abdurrahman Siddik
Bangka Belitung

Abstract

The background of this study focuses on self-regulation of students in grade XI at SMAN 1 Parittiga, which has 179 students. Data shows that students often do academic procrastination which results in neglected tasks and low learning outcomes, students prioritize other activities rather than academic tasks. This can have a negative impact on their grades. This study aims to examine the relationship between self-regulation and academic procrastination in grade XI students at SMAN 1 Parittiga, as well as provide insight into the importance of self-regulation in creating a more balanced learning environment.

This study uses a quantitative descriptive approach with data collection through purposive sampling technique, which is a sampling technique based on certain considerations and criteria of 45 respondents. First, the data was obtained by distributing questionnaires to 45 students in grade XI. Second, the score assessment was carried out based on the questionnaire answers that were in accordance with the designed instrument and the established assessment standards. Third, the scoring data was input into Microsoft Excel to facilitate processing before further processing. Fourth, the data was then imported or copied from Excel to SPSS 22.0 for more in-depth analysis. Fifth, statistical analysis was carried out in accordance with the research objectives, including validity, reliability and hypothesis testing such as correlation tests, and regression analysis. With these steps, the study aims to provide a comprehensive picture of the relationship between self-regulation and students' academic procrastination.

The results of this study indicate that self-regulation has a significant relationship to academic procrastination of grade XI students at SMAN 1 Parittiga, with a significance value of 0.000. This finding is consistent with previous studies showing that self-regulation has a positive impact on academic procrastination. The majority of students are in the moderate category for academic procrastination, indicating the need for more self-regulation from students to create a healthy and balanced learning environment.

Keywords: *Self-regulation, Academic Procrastination, Students, Education*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah. Dengan rasa puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam semoga tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga dan sahabat-sahabat beliau dan para penerus generasi islam yang telah membawa kita ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Pujidan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Self-regulation* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Kelas XI di SMAN 1 Parittiga ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak bantuan, dukungan, dan bimbingan yang telah diberikan oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr.Irawan,M.S.I. Selaku rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung dan kepada para wakil rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Dr. Iqrom Faldiansyah, M.A., selaku Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan

Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddiq Bangka Belitung beserta staf.

4. Oktarizal Drianus, M.Psi., selaku Ketua Prodi Psikologi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddiq Bangka Belitung.
5. Chitra Fraghini, M.Psi., selaku Dosen Penasehat Akademik.
6. Basri, M.A., selaku Pembimbing 1, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan masukan serta saran yang membangun demi kemajuan skripsi ini.
7. Wahyu Kurniawan, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing 2, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan masukan serta saran yang membangun demi kemajuan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddiq Bangka Belitung
9. SMAN 1 Parittiga, terima kasih telah memberikan ruang kepada peneliti untuk melakukan penelitian, dengan keterbukaan para guru beserta siswa, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat terbaik penulis sejak duduk dibangku Sekolah Dasar hingga sekarang, Nurfitria, Tria Agustin, Monicha, Ervi Nurul Zakiah, Sherly Damayanti, dan Misdianti. Terima kasih atas persahabatan yang sangat indah, yang senantiasa selalu ikhlas mendengarkan keluh kesah penulis dan mengulurkan tangan ketika penulis butuh bantuan hingga penulis dapat bertahan sejauh ini.
11. Sahabat-sahabat penulis sejak awal semester perkuliahan hingga sekarang, Putri Sahara, Sulistya Ningsih, dan Tiara Oktavianti. Terima kasih atas motivasi serta dukungan yang diberikan sehingga peneliti berada dititik ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan serta dukungan kepada peneliti.
13. Dan terutama, kepada diri sendiri ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam. Terima kasih telah tetap berusaha, meski sering kali keadaan terasa sulit. Terima kasih telah memilih untuk bangkit, meskipun

sering kali terjatuh dan hampir ingin menyerah, tetapi tetap mencoba berdiri kembali dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Saya bangga atas setiap upaya yang telah dilakukan, atas setiap keberanian untuk menghadapi rintangan, dan atas setiap kegigihan untuk terus bangkit, meskipun ada hal yang tidak berjalan sesuai harapan. Terima Kasih, Nina.

Semoga amal baik yang telah dilakukan semua pihak kepada penulis mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna, maka penulis sangat mengharapkan kritik yang tentunya berguna agar dapat menjadikan karya ini berguna bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikumWr.Wb.

Bangka, 21 Mei 2025

Mitra Hasanah

DAFTAR ISI

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian	8
E. Telaah Pustaka	8
F. Sistematika Pembahasan	13
BAB II	16
KONSEP TEORI	16
A. Self-regulation	16
1. Pengertian Self-regulation	16
2. Aspek-aspek Self-regulation	18
3. Faktor-faktor Self-regulation	20

4. Strategi Meningkatkan <i>Self-regulation</i>	23
B. Prokrastinasi Akademik	24
1. Pengertian Prokrastinasi	24
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik	26
3. Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik	27
C. Dinamika Hubungan Antara <i>Self-regulation</i> Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa	28
BAB III	32
METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Desain Penelitian	32
1. Jenis Penelitian	32
2. Desain Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	33
1. Populasi Penelitian	33
2. Sampel Penelitian	33
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	34
D. Identifikasi Variabel Penelitian	34
E. Definisi Konseptual	35
F. Definisi Operasional	36
G. Hipotesis	36
H. Teknik pengumpulan data	37
1. Angket	37
2. Prosedur penelitian	41
3. Uji Coba Keterbacaan Alat Ukur	42
4. Uji Coba Alat Ukur Pertama	43
BAB IV	48
ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Uji Asumsi Klasik	48
1. Uji Normalitas	48
2. Uji Linearitas	49

B. Gambaran Umum Responden Penelitian	50
C. Gambaran Umum Hasil Penelitian	51
D. Kategorisasi Variabel.....	51
E. Uji Hipotesis	54
a.) Uji korelasi.....	54
b.) Uji regresi.....	55
F. Hasil Dan Pembahasan	56
1. Tingkat Self-regulation Siswa Kelas XI di SMAN 1 Parittiga.....	56
2. Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMAN 1 Parittiga.....	60
3. Hubungan antara <i>Selfregulatin</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMAN 1 Parittiga.....	62
BAB V	65
KESIMPULAN	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran	66
C. Saran Metodologis	66
D. Saran Praktis	67
DAFTAR PUSTAKA.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Self-regulation	37
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	39
Tabel 3. 3 Uji Keterbacaan Alat Ukur	43
Tabel 3. 4 Jawaban Uji Keterbacaan	43
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Self-regulation.....	46
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik.....	46
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Self-regulation	47
Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi Akademik.....	47
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas.....	49
Tabel 4. 2 Hasil Uji Linieritas.....	50
Tabel 4. 3 Data Demografis Responden	50
Tabel 4. 4 Kategori Variabel <i>Self-regulation</i>	51
Tabel 4. 5 Kategori Variabel Prokrastinasi Akademik.....	52
Tabel 4. 6 Korelasi <i>Product Moment</i>	54
Tabel 4. 7 Hasil Uji Korelasi	54
Tabel 4. 8 Hasil Uji Regresi	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabulasi Data Self-regulation	70
Lampiran 2 Tabulasi Data Prokrastinasi Akademik.....	71
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian	72
Lampiran 4 Hasil Item Valid Variabel X dan Y.....	76