

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *SELF MANAGEMENT* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

RIZKI TEGUH HARTAWAN

Masalah penelitian ini adalah tingginya prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan konseling Universitas Lampung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain survei analitik *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 100 mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling dengan menggunakan Teknik *Probability Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *self management* dan prokrastinasi akademik. Uji realibilitas instrumen koefisien *alpha cronbach* diperoleh dengan interpretasi tinggi 0,745 pada instrumen *self management* dan 0,643 pada instrumen prokrastinasi akademik. Teknik analisis data menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan hasil uji korelasi nilai r hitung 0,825 lebih besar dari nilai r tabel 0,254 dan nilai signifikansi 0,022. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self management* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian diri yang baik membantu mahasiswa tetap fokus pada tugas dan menghindari kegiatan yang tidak produktif serta mengurangi kecenderungan untuk menunda-nunda.

Kata kunci: prokrastinasi akademik, *self management*, mahasiswa unila.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN SELF MANAGEMENT AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN STUDENTS LAMPUNG UNIVERSITY COUNSELING GUIDANCE

By

RIZKI TEGUH HARTAWAN

The problem of this research is the high academic procrastination in students. The purpose of this study was to determine the relationship between self management and academic procrastination in counseling guidance students at Lampung University. This study used quantitative methods with a cross sectional analytic survey design. The sample of this study amounted to 100 students of the Guidance and Counseling study program using the Probability Sampling Technique. Data collection techniques using self management scales and academic procrastination. The Cronbach alpha coefficient instrument reliability test was obtained with a high interpretation of 0.745 on the self management instrument and 0.643 on the academic procrastination instrument. The data analysis technique uses Pearson Product Moment correlation with the results of the correlation test, the calculated r value of 0.825 is greater than the r table value of 0.254 and the significance value is 0.022. So it can be concluded that there is a relationship between self management and academic procrastination. This shows that good self-control helps students stay focused on tasks and avoid unproductive activities and reduce the tendency to procrastinate.

Keywords: academic procrastination, self management, unila students