

**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PERILAKU
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MADRASAH
ALIJAH NEGERI 1 JEMBER**

SKRIPSI

*Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember*



Oleh :

Zhafarina Bilqiis Setiawan

NIM: 2210811049

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal

14 Agustus 2026

Mengesahkan,

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si.
NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tandatangan

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si
NIP: 197505292005012001

Maulana Arif Muhibbin, S.Psi, M.Si
NPK.19940718123031036

Anggraeni Swastika Sari, S.Psi, M.Psi, Psikolog
NPK.1988100812003914



HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Zhafarina Bilqiis Setiawan

NIM : 2210811049

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 14 Agustus 2026

Yang menyatakan



Zhafarina Bilqiis Setiawan

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi/Karya ini merupakan wujud dari ikhtiar, doa, dan tetes keringat yang tidak mengalir sendirian. Dengan penuh rasa syukur, karya ini penulis persembahkan kepada:

Orang Tua Tercinta:

Kepada Abi dan Umi, alasan terbesar di balik setiap langkah kecil yang saya tempuh. Terima kasih atas doa yang tidak pernah terputus disetiap sujud, pengorbanan tanpa batas, serta kasih sayang tak terhingga yang menjadi benteng terkuat saya saat ingin menyerah. Karya sederhana ini adalah persembahan kecil untuk setiap ketulusan dan peluh yang telah kalian curahkan demi masa depan saya.

Teman-teman :

Kepada teman-teman seperjuangan yang telah menjadi rumah kedua selama perjalanan ini. Terima kasih atas gelak tawa di tengah kepenatan, malam-malam panjang yang kita lewati bersama hingga larut, serta bahu yang siap menopang saat langkah ini terasa berat. Kehadiran dan dukungan kalian membuat proses yang sulit ini terasa jauh lebih ringan dan bermakna

MOTTO

“Satu-satunya cara untuk melakukan pekerjaan besar adalah dengan mencintai apa yang Anda lakukan.”

-Steve Jobs-



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamini, segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam. Rasa syukur yang teramat dalam penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memampukan serta mengizinkan penulis menyelesaikan segala sesuatu yang terasa sulit seketika dipermudah. Sholawat serta salam akan selalu tercurah limpahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW. terselesaikannya karya ini merupakan sebuah perjalanan panjang yang tidak hanya membawa penulis pada proses pembelajaran akademis, namun penulis rasakan sebagai pembelajaran komprehensif bagi terbentuknya sebuah kematangan pribadi dalam tingkatan yang lebih tinggi. karya kecil ini tercipta dengan serba keterbatasan, dengan bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak karya ini bisa terwujud. penulis menghaturkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si, Selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember dan dosen penguji yang sudah bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk menguji, memberikan saran dan kritik yang dapat digunakan untuk memperbaiki dan menyempurnakan penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Ria Wiyatfi Linsiya., M.Si, M.Psi, Psikolog, Selaku kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang memberikan dukungan dan semangat bagi penulis ketika proses penyusunan skripsi.
3. Ibu Anggraeni Swastika Sari, S. Psi, M.Psi, Psikolog, Selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen pembimbing akademik yang memberikan semangat, pemahaman dan selalu sabar memberikan arahan juga bimbingan.

4. Bapak Maulana Arif Muhibbin, S.Psi, M.Si, Selaku dosen pembimbing skripsi yang senantiasa memberikan saran dan kritik membangun selama proses penyusunan skripsi.
5. Kepada seluruh bapak/ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan banyak sekali pengetahuan-pengetahuan yang menarik dan penting dipelajari sehingga penulis banyak mendapatkan wawasan.
6. Staff layanan akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang selalu sigap dalam membantu penulis selama mengurus proses administratif.
7. Orang tua yang sudah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk mendidik dan menumbuhkan kembangkan penulis sehingga menjadi individu yang berguna dan mampu bertahan selama ini.
8. Teman-temanku yang sudah bersedia menemani dikala penulis butuh tempat untuk berkeluh kesah, selalu senantiasa saling berusaha membangun satu sama lain dan selalu menopang sesama ketika hilang arah.

Oleh karena itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan. Dengan segala kerendahan hati, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya apabila terdapat kesalahan, kekeliruan, atau ketidaksempurnaan yang tidak disengaja dalam penulisan.

Besar harapan penulis agar skripsi ini tidak hanya menjadi sekedar syarat kelulusan, tetapi juga dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan

ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat serta menjadi inspirasi bagi penelitian-penelitian selanjutnya.



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II.....	17
TINJAUAN PUSTAKA	17
A. Prokrastinasi Akademik.....	17
1. Definisi Prokrastinasi Akademik.....	17
2. Aspek Prokrastinasi Akademik.....	17
B. Manajemen Waktu	22
1. Definisi Manajemen Waktu	22
2. Aspek Manajemen Waktu	22
C. Dinamika Hubungan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik	25
BAB III	28
METODE PENELITIAN	28

A. Jenis Penelitian.....	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	29
D. Populasi dan Sampel.....	31
E. Metode Pengumpulan Data.....	34
F. Metode Analisa Data.....	37
BAB IV.....	41
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Orientasi Kancan Dan Persiapan Penelitian.....	41
B. Pelaksanaan Penelitian.....	45
C. Analisis Data.....	49
D. Pembahasan.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	84



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi dan Sampel	34
Tabel 2. Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik	35
Tabel 3. Blue Print Skala Manajemen Waktu	36
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik	49
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Uji Coba Skala Manajemen Waktu	51
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik	53
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Skala Prokrastinasi Akademik	54
Tabel 8. Hasil Uji Validitas Skala Manajemen Waktu	56
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Manajemen Waktu	57
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas Skala Prokrastinasi dan Manajemen Waktu	59
Tabel 11. Hasil Uji Linieritas Skala Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu	60
Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis Skala Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu	61
Tabel 13. Hasil Uji Deskriptif Prokrastinasi Akademik dan Manajemen	63
Tabel 14. Hasil Uji Deskriptif Variabel Prokrastinasi Akademik	65
Tabel 15. Hasil Uji Deskriptif Variabel Manajemen Waktu	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Kaji Etik	84
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	85
Lampiran 3. Alat Ukur Prokrastinasi Akademik	86
Lampiran 4 Alat Ukur Manajemen Waktu	88
Lampiran 5. Data Kasar Uji Coba Prokrastinasi Akademik	90
Lampiran 6. Data Kasar Uji Coba Manajemen Waktu	91
Lampiran 7. Data Kasar Prokrastinasi Akademik Tahap Sebenarnya	92
Lampiran 8. Data Kasar Manajemen Waktu Tahap Sebenarnya	100
Lampiran 9. Uji Validitas Item Prokrastinasi Akademik Tahap Uji Coba	108
Lampiran 10. Uji Validitas Item Manajemen Waktu Tahap Uji Coba	110
Lampiran 11. Uji Validitas Aitem Prokrastinasi Akademik Pada Tahap Sebenarnya	113
Lampiran 12. Uji Validitas Item Manajemen Waktu Tahap Sebenarnya	115
Lampiran 13. Uji Reliabilitas Aitem Pada Tahap Uji Coba	118
Lampiran 14 Uji Reliabilitas Aitem Pada Tahap Pengambilan Data Sebenarnya	119
Lampiran 15 Uji Hipotesis	120