Lampiran 2. Lembar *informed consent*

INFORMED CONSENT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulation* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi bidang ilmu pengetahuan, profesi dan masyarakat

Oleh karena itu, kami mengharapkan saudara/i untuk turut ikut serta dalam penelitian ini. Bila anda bersedia, peneliti akan melakukan wawancara dengan menggunakan kuesioner terkait *self-regulation* dan prokrastinasi akademik dengan jujur dan apa adanya. Semua jawaban dan identitas Anda akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Jika Anda memiliki pertanyaan, Anda dapat menghubungi peneliti (Muhammad Ibkar Amperaputra) di nomor 081283999150. Anda bebas menolak untuk ikut serta dalam penelitian ini. Jika Anda setuju untuk berpartisipasi, kami mohon untuk membubuhkan tanda tangan pada formulir persetujuan di halaman berikutnya.

Jakarta, …….. 2025

Muhammad Ibkar Amperaputra

Lampiran 3. Formulir persetujuan

FORMULIR PERSETUJUAN

Semua penjelasan di atas telah disampaikan kepada saya dan telah saya pahami. dengan menandatangani formulir ini saya SETUJU SECARA SUKARELA untuk ikut dalam penelitian ini.

Nama peserta penelitian :

Tanggal :

Tanda tangan :

Lampiran 4. Formulir pengumpulan data

Hari / Tanggal :

1. Nama :
2. Jenis kelamin : Laki – laki ☐ Perempuan ☐
3. Tahun masuk kuliah :
4. No. HP / ID Line :

Lampiran 5. Lembar kuesioner *self-regulation scale*

PETUNJUK PENGISIAN :

Pernyataan berikut menggambarkan bagaimana anda mengatur diri sendiri dalam berbagai situasi. Untuk setiap pernyataan, silakan centang kolom yang menunjukkan seberapa sesuai anda melakukannya atau merasakannya dalam kehidupan sehari-hari.

No.	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Ragu-Ragu	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya memahami peran saya sebagai mahasiswa					
2	Saya bertindak sesuai peran sebagai mahasiswa					
3	Saya memahami peraturan kampus dan berusaha mentaatinya					
4	Saya mudah teralihkan dari rencana yang telah dibuat					
5	Saya mengabaikan dampak dari tindakan yang saya lakukan					
6	Saya mampu mencapai tujuan yang telah saya tetapkan					
7	Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah yang dosen berikan					
8	Saya menetapkan tujuan belajar yang ingin dicapai					
9	Saya membuat rencana secara					

	matang sebelum melakukan suatu kegiatan					
10	Saya menetapkan target yang ingin dicapai agar arah tindakan saya tetap berada pada jalur yang dikehendaki					
11	Saya memiliki banyak rencana sehingga menemui kesulitan dalam menyelesaikan salah satu dari rencana tersebut					
12	Saya memiliki strategi belajar untuk mencapai tujuan yang telah saya tetapkan					
13	Saya memiliki rencana studi lanjutan setelah lulus dari perguruan tinggi					
14	Saya memiliki kebiasaan belajar setiap malam, minimal 1 – 2 jam					
15	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan kepada saya					
16	Saya memiliki target yang ingin dicapai sesuai dengan potensi yang saya miliki					
17	Saya merasa ragu dengan kemampuan saya ketika saya gagal menyelesaikan tugas					

18	Saya takut mengerjakan tugas yang sulit					
19	Saya membayangkan hasil positif yang akan dicapai untuk memotivasi diri sendiri					
20	Orang tua saya mengajarkan kepada saya untuk tidak mudah menyerah dalam mencapai cita-cita					
21	Saya kesulitan memotivasi diri sendiri					
22	Keberhasilan yang saya capai merupakan suatu kebahagiaan untuk keluarga saya					
23	Saya menyukai tantangan					
24	Saya berusaha untuk berpikir positif, terlebih dalam kondisi sulit seperti saat ini					
25	Saya kesulitan dalam menjaga konsentrasi ketika belajar					
26	Saya berusaha untuk tetap fokus pada tugas-tugas yang harus segera diselesaikan					
27	Saya memiliki keraguan dapat bersaing dengan mahasiswa lain dalam mencapai kesuksesan					

28	Saya cenderung mengikuti instruksi orang lain dibandingkan mengikuti instruksi sendiri					
29	Saya berusaha mencari teman sebanyak mungkin agar dapat membantu saya dalam menyelesaikan tugas					
30	Saya berhati-hati dalam bergaul dengan teman					
31	Saya segera mencari solusi ketika menemukan masalah					
32	Saya merasa perlu terus belajar, terlebih dalam perkuliahan saat ini					
33	Saya kurang berusaha secara maksimal untuk memperoleh prestasi yang baik di kampus					
34	Saya menyukai tugas-tugas yang sulit untuk menguji kemampuan yang saya miliki					
35	Saya merasa gagal ketika tujuan tidak tercapai					
36	Saya menyukai rutinitas saya ketika belajar di kampus					
37	Saya memiliki banyak teman yang mengingatkan saya ketika berbuat salah					

38	Saya memiliki catatan daftar pelanggaran yang pernah saya lakukan					
39	Saya menyimpan hasil studi yang saya peroleh sebagai pengingat untuk selalu belajar					
40	Saya memperhatikan penilaian orang lain tentang saya					
41	Saya belajar dari kesalahan yang pernah saya lakukan sebelumnya					
42	Saya membandingkan diri saya dengan orang lain dalam segala hal					
43	Saya memiliki aturan atau standar untuk diri saya sendiri					
44	Saya mentaati aturan, baik itu di masyarakat ataupun di kampus					
45	Saya merasa bersalah ketika melanggar peraturan					
46	Saya merasa tugas-tugas kampus yang diberikan terlalu membebani saya					
47	Saya memahami dampak dari melanggar peraturan kampus					
48	Saya mengetahui apa yang saya inginkan dengan					

	berkuliah di jurusan yang saya ikuti					
49	Saya aktif mengikuti kegiatan kepemudaan/karang taruna/remaja mesjid di lingkungan tempat tinggal saya					
50	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain					
51	Saya giat belajar agar dapat berprestasi di kampus					
52	Saya menyadari peran dan tanggung jawab saya sebagai pria atau wanita					
53	Saya merasa gugup ketika akan menghadapi ujian akhir semester					
54	Saya memiliki kebiasaan menunda pekerjaan yang ditugaskan kepada saya					
55	Saya mencari-cari alasan ketika belum mengerjakan tugas kuliah					
56	Orang tua saya selalu mengawasi perkembangan belajar saya					
57	Saya mengabaikan nilai-nilai negatif yang saya peroleh					
58	Saya belajar lebih giat hanya ketika mendapatkan nilai yang rendah					

Lampiran 6. Lembar kuesioner prokrastinasi akademik

Pernyataan berikut menggambarkan perilaku anda dalam mengerjakan tugas akademik. Untuk setiap pernyataan, silakan centang kolom yang menunjukkan seberapa setuju anda dengan pernyataan-pernyataan di bawah ini?

No.	Pernyataan	Tidak setuju	Kurang Setuju	Ragu-Ragu	Cukup Setuju	Setuju
1	Saya menunda tugas hingga detik-detik terakhir					
2	Saya tahu bahwa saya harus mengerjakan tugas kuliah, namun saya tidak melakukannya					
3	Saya tergoda untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan ketika seharusnya mengerjakan tugas kuliah					
4	Ketika diberi tugas, saya biasanya membiarkan dan tidak mengerjakannya hingga mendekati waktu pengumpulan tugas					
5	Saya sering menunda *deadline* pengerjaan tugas yang penting					