

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>BAB I PERMASALAHAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Rumusan Masalah .....	11
D. Tujuan Penelitian .....	12
E. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II PROGRAM BIMBINGAN BELAJAR UNTUK MENGURANGI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SANTRI</b>	
A. Konsep Prokrastinasi .....	16
1. Makna Prokrastinasi .....	16
2. Jenis–Jenis Prokrastinasi .....	19
3. Ciri–Ciri Prokrastinasi Akademik .....	26
4. Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	28
5. Area Prokrastinasi Akademik .....	31
6. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik .....	32
7. Penanganan Prokrastinasi .....	36
B. Konsep Bimbingan Belajar dan Kompetensi Akademik .....	41
1. Bimbingan Belajar .....	41
2. Kompetensi Akademik Siswa .....	43
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan, Metode dan Teknik Penelitian .....	55
B. Definisi Operasional Variabel .....	59
C. Langkah–langkah Pengembangan Instrumen Pengumpulan Data .....	62
D. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	67
E. Subjek Penelitian .....	72
F. Prosedur Pengumpulan Data .....	72
G. Prosedur Pengolahan Data .....	73
H. Teknik Analisis Data .....	74

### **BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik Santri .....	76
B. Area Prokrastinasi Santri .....	78
C. Faktor Penyebab Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri.....	83
D. Indikator Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri.....	92
E. Pengembangan Program Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri.....	100
F. Validasi Program Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri oleh Pakar Bimbingan dan Konseling .....	120
G. Deskripsi Uji Coba Program Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri.....	122
H. Evaluasi Uji Coba Program .....	141
I. Program yang Direkomendasikan.....	145

### **BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

A. Kesimpulan.....	148
B. Rekomendasi .....	152

### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

A. Perangkat Administrasi Penyelenggaraan Penelitian Skripsi.....	157
B. Instrumen Penelitian.....	158
C. Data Penelitian .....	159
D. Program yang Direkomendasikan .....	160

<b>RIWAYAT HIDUP PENULIS</b> .....	161
------------------------------------	-----

## DAFTAR TABEL

### Tabel

Standar Kompetensi Belajar Siswa <i>American School Counselor Association</i> (ASCA).....	48
Perkembangan Kognitif Siswa.....	51
Kompetensi Belajar Siswa Tingkat SMA (Conecticut School Counselor Association).....	52
3.1 Kisi-Kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri (Setelah Uji Coba).....	62
3.2 Kisi-kisi Uji Rasional Program Bimbingan untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Santri.....	64
4.1 Gambaran Umum Prokrastinasi Santri.....	76
4.2 Area Prokrastinasi Akademik Santri.....	79
4.3 Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Santri.....	83
4.4 Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Santri dengan Tingkat Prokrastinasi Rendah.....	84
4.5 Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Santri dengan Tingkat Prokrastinasi Sedang.....	84
4.6 Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Santri dengan Tingkat Prokrastinasi Tinggi.....	85
4.7 Aspek Pengalihan Kapasitas Pikiran, Perasaan dan Tindakan.....	94
4.8 Materi Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik pada santri dengan Tingkat Prokrastinasi Rendah.....	113
4.9 Materi Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik pada santri dengan Tingkat Prokrastinasi Sedang.....	114
4.10 Materi Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik pada santri dengan Tingkat Prokrastinasi Tinggi.....	115
4.11 Jadwal Pelaksanaan Program Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Santri.....	116

## DAFTAR GRAFIK

### Grafik

4.1	Indikator Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri .....	76
-----	--	----



## DAFTAR GAMBAR

Gambar

2.1	Proses Pengalihan Tindakan Pengerjaan Tugas Individu.....	21
3.1	Langkah-Langkah Penelitian Program Bimbingan Belajar untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Santri .....	58

