DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN i
HALAMAN JUDUL ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN v
MOTTO vi
PERSEMBAHAN vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv
ABSTRAK xvi
ABSTRACT xvii
الملخص xviii
BAB I PENDAHULUAN 19
A. Latar Belakang Masalah 19
B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian 29
C. Rumusan Masalah 30
D. Tujuan Penelitian 31
E. kegunaan Penelitian 31
F. Ruang Lingkup 32
G. Penegasan Variabel 32
H. Sistematika Penulisan 33
BAB II KAJIAN PUSTAKA 35
A. Prokrastinasi Akademik 35
1. Definisi Prokrastinasi Akademik 35
2. Aspek- Aspek Prokrastinasi Akademik 38

3. Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik 39
B. Self compassion 42
1. Definisi *Self compassion* 42
2. Aspek Self compassion 44
3. Faktor-Faktor *Self compassion* 46
C. Penelitian Terdahulu 49
D. Kerangka Teoritis 52
E. Hipotesis Penelitian 54
BAB III METODE PENELITIAN 55
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 55
B. Lokasi Penelitian 56
C. Variabel dan Pengukuran 56
D. Populasi, Sampling, dan Sampel Penelitian 58
1. Populasi Penelitian 59
2. Kriteria Sampel/Subjek Penelitian 60
3. Teknik Sampling 60
E. Instrumen Penelitian 62
F. Teknik Pengumpulan Data 64
G. Analisis Data 65
1. Uji Instrumen 65
2. Uji Asumsi Klasik 70
3. Uji Hipotesis 72
H. Tahap Penelitian 74
BAB IV HASIL PENELITIAN 77
A. Deskripsi Data 77
B. Uji Asumsi Klasik 84
C. Hasil Uji Hipotesis 87
BAB V PEMBAHASAN 90
A. Gambaran Umum *Self-compassion* pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Universitas Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung 90
B. Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Universitas Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung 92

C. Pengaruh *Self-compassion* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Universitas Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung 99
BAB IV PENUTUP 104
1. Kesimpulan 104
2. Saran 104
DAFTAR PUSTAKA 106
LAMPIRAN – LAMPIRAN 111

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Mahasiswa Psikologi Islam.....60
Tabel 2 Blueprint Skala *Self-compassion* 63
Tabel 3 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik 63
Tabel 4 Pedoman Penilaian Skala.....64
Tabel 5 Blueprint Skala *Self-compassion* Setelah Uji Validitas 68
Tabel 6 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Validitas.....68
Tabel 7 Kriteria Reliabilitas Instrumen Berdasarkan Nilai Cronbach's Alpha 69
Tabel 8 Uji Reliabilitas *Self-compassion* 70
Tabel 9 Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik.....70
Tabel 10 Tahapan Penelitian.....74
Tabel 11 Demografi Responden Berdasarkan Semester.....77
Tabel 12 Demografi Responden Berdasarkan Usia 77
Tabel 13 Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....77
Tabel 14 Data Statistik Deskriptif.....78
Tabel 15 Kategorisasi *Self-compassion* 79
Tabel 16 Kategori *Self-compassion* 79
Tabel 17 Tingkat *Self-compassion* Berdasarkan Semester 80
Tabel 18 Tingkat *Self-compassion* Berdasarkan Usia.....80
Tabel 19 Tingkat *Self-compassion* Berdasarkan Jenis Kelamin 81
Tabel 20 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik 82
Tabel 21 Kategori Prokrastinasi Akademik 82
Tabel 22 Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Semester 82
Tabel 23 Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Usia 83
Tabel 24 Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Usia 83
Tabel 25 Uji Normalitas.....85
Tabel 26 Uji Linieritas 86
Tabel 27 Uji Heterokrdastisitas.....86
Tabel 28 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....87
Tabel 29 Hasil Uji Koefisien Determinasi 88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teoritis 54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Verbatim 112
Lampiran 2 Skala Prokrastinasi Akademik sebelum try out 114
Lampiran 3 Skala *Self-compassion* sebelum try out 116
Lampiran 4 Lembar Uji rater 118
Lampiran 5 Tabulasi Data Aikens'V Skala *Self-compassion* 130
Lampiran 6 Tabulasi Data Uji Coba Skala *Self-compassion* 131
Lampiran 7 Tabulasi Data Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik 132
Lampiran 8 Output Uji Validitas Skala *Self-compassion* 133
Lampiran 9 Output Uji Validitas Skala Prokrastinasi Akademik 134
Lampiran 10 Output Uji Reliabilitas Skala *Self-compassion* 135
Lampiran 11 Output Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik 136
Lampiran 12 Skala *Self-compassion* Setelah Uji Coba 137
Lampiran 13 Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba 138
Lampiran 14 Bukti Sebar Kuesioner 139
Lampiran 15 Tabulasi Data Skala *Self-compassion* Setelah Uji Coba 140
Lampiran 16 Tabulasi Data Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba .. 145
Lampiran 17 Output Descriptive Statistics 150
Lampiran 18 Hasil Uji Asumsi Klasik 150
Lampiran 19 Hasil Uji Hipotesis 151
Lampiran 20 Kartu Bimbingan Skripsi 152
Lampiran 21 Hasil Cek Turnitin 153
Lampiran 22 Biodata Penulis 154