

SKRIPSI

HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI DI SMA SANTO PETRUS MEDAN TAHUN 2025



Oleh :

LIDIA KENSARI

032022071

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA
ELISABETH MEDAN
2025**



SKRIPSI

**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS
XI DI SMA SANTO PETRUS MEDAN
TAHUN 2025**



Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi Ners
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh:

LIDIA KENSARI
NIM 032022071

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SANTA ELISABETH MEDAN
2025**



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Lidia Kensari

NIM : 032022071

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari hasil penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib STIKes Santa Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Penulis, 13 Desember 2025



(Lidia Kensari)

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



**PROGRAM STUDI NERS TAHAP AKADEMIK
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SANTA ELISABETH MEDAN**



Tanda Persetujuan

Nama : Lidia Kensari
Nim : 032022071
Judul : Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik
Pada Siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Menyetujui Untuk Diujikan Pada Ujian Sidang Jenjang Sarjana
Medan, 13 Desember 2025

Pembimbing II

Pembimbing I

 (Murni. S.D.S, S.Kep.,Ns.,M.Kep)  (Friska S.H. Ginting, S.Kep.,Ns.,M.Kep)



Mengetahui
Kepala Program Studi NERS

(Lindawati F. Tampubolon, S.kep., Ns., M.Kep)

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Telah diuji
Pada tanggal, 13 Desember 2025

PANITIA PENGUJI

Ketua : Friska Sri Handayani Ginting S.Kep.,Ns.,M.Kep

Anggota : 1. Murni S, Dewi Simanullang S.Kep.,Ns.,M.Kep

2. Rotua Elvina Pakpahan S.Kep.,Ns.,M.Kep



Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Lindawati F. Tampubolon S.Kep.,Ns.,M.Kep)

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

v



**PROGRAM STUDI NERS TAHAP AKADEMIK
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SANTA ELISABETH MEDAN**

Tanda Pengesahan

Nama : Lidia Kensari

Nim : 032022071

Judul : Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sabtu, 13 Desember 2025 dan dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Penguji I : Friska S. H. Ginting, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Penguji II : Murni S. D. Simanullang, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Penguji III : Rotua Elvina Pakpahan, S.Kep.,Ns.,M.Kep



(Lindawati F. Tampubolon, Ns.,M.Kep)



(Mestiana Br.Karo, Ns.,M.Kep.,DNSc)



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIKA**

Sebagai Civitas Akademika Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Lidia Kensari
Nim : 032022071
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan. Hak bebas Royalty, Non-eksklusif (*Non-exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **"Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025"**

Dengan hak bebas *Loyalty Non-eksklusif* ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan media/formatkan, mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencatumkan nama saya sebagai penelitian atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 13 Desember 2025

Yang menyatakan

(Lidia Kensari)



ABSTRAK

Lidia Kensari (032022071)

Hubungan Manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

(vi + 111 Lampiran)

Siswa merupakan individu yang memiliki peran penting dalam proses pembelajaran baik tugas akademik maupun non akademik. Tugas-tugas tersebut diberikan untuk meningkatkan prestasi siswa. Namun untuk menyelesaikan tugas tersebut siswa sering melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi akademik adalah perilaku siswa untuk menunda penyelesaian tugas yang diberikan oleh guru sehingga berdampak negatif pada prestasi belajar siswa SMA Santo Petrus Medan. Penundaan tersebut dapat diakibatkan oleh penggunaan gadget yang berlebihan, Maka diperlukan kemampuan manajemen waktu yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi sebanyak 107 responden dan Teknik pengambilan sampel adalah total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki manajemen waktu kategori sedang sebanyak (88,8%). dan prokrastinasi akademi kategori tidak sebanyak (66,4%). Hasil uji *Fisher's Exact Test* diperoleh *p-value* 0,057 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan. Oleh karena itu, disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti pola asuh, lingkungan belajar dengan prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik

Daftar Pustaka (2020-2025)



ABSTRAK

Lidia Kensari (032022071)

*The Relationship between Time Management and Academic Procrastination
among Eleventh-Grade Students at Santo Petrus Senior High School, Medan
Nursing Study Program 2025.*

(vi+III Appendix)

Students are individuals who play an important role in the learning process, both in academic and non-academic tasks. These tasks require good time management skills so that students can complete them effectively. However, a common problem among senior high school students is academic procrastination. Academic procrastination is a behavior of delaying tasks that frequently occurs among senior high school students and can have a negative impact on academic achievement. Factors suspected to contribute to academic procrastination include time management ability and excessive gadget use. This study aims to determine the relationship between time management and academic procrastination among eleventh-grade students. This study employs a cross-sectional design. The sampling technique used is total sampling, with a total of 107 respondents. The research instruments are time management and academic procrastination questionnaires, which has been tested for validity, with calculated r -values greater than the r -table value of 0.361 for time management and 0.388 for academic procrastination. The results shows that the majority of respondents have a moderate level of time management (88.8%) and do not experience academic procrastination (66.4%). The Fisher's Exact Test yielded a p -value of 0.057 ($p > 0.05$), indicating that there is no relationship between time management and academic procrastination among eleventh-grade students at Santo Petrus Senior High School, Medan. Therefore, it is recommended that students improve other factors such as learning motivation, social support, and effective learning strategies to reduce academic procrastination.

Keywords: Time Manajement, Akademic Prokrastination

References (2020–2025)



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Yang Maha Esa karena atas berkat dan kasihnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul : “Hubungan Manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Tahun 2025” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi sarjana keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

Pada penyusunan skripsi ini, tidak hanya merupakan karya yang dihasilkan oleh penulis sendiri, tetapi juga hasil bantuan, dan bimbingan dari sejumlah pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Mestiana Br. Karo, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,DNsc: selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, yang telah memberi izin dan hendak menyediakan sarana untuk menempuh pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Lindawati F.Tampubolon, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Ners yang telah memberikan peluang serta sokongan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
3. Friska Sri Handayani Ginting, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing dan penguji I yang telah bersabar dan meluangkan banyak waktu, dalam membimbing serta memberikan petunjuk sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik .



4. Murni Sari Dewi Simanullang S.Kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing dan penguji II yang telah dengan sabar meluangkan waktu, dan memberi bimbingan serta arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Seluruh tenaga pengajar dan staff Pendidikan di sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Program Studi Ners yang telah mengajarkan, mengarahkan, memberi semangat, serta mendukung penulis saat menjalani pendidikan.
6. Teristimewa kepada seluruh keluarga yang tercinta, ayahanda Tiga Pandolian Hutagalung & Pita Sihite serta panutan saya Fery Dwikora, dan abang saya Jetra Frima Hutagalung, Harjito Hutagalung, dan satu-satunya adik saya Aldi Hutagalung yang senantiasa hendak memberi doa, kasih sayang, dukungan dalam bentuk materi, Doa, motivasi, maupun waktu, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Kepada seluruh sahabat seperjuangan generasi tahun 2022, terutama mahasiswa Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan angkatan ke 16 yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, yang senantiasa memberi dukungan dan antusiasme dalam menyelesaikan skripsi ini, terimakasih atas kebersamaan selama masa perkuliahan.

Peneliti menyadari bahwa adanya eknik penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik/saran guna membangun kesempurnaan dan perbaikan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembang ilmu pengetahuan,
maupun bagi pihak yang berkepentingan.

Medan, 13 Desember 2025

Penulis

(Lidia Kensari)



DAFTAR ISI

Halaman

SAMPUL	
DEPAN.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
SURAT	
PERNYATAAN.....	iii
PERSETUJUAN.....	i
v	
PENETAPAN PANITIA	
PENGUJI.....	v
PENGESAHAN.....	v
i	
SURAT PERNYATAAN	
PUBLIKASI.....	vii
ABSTRAK.....	vii
i	
ABSTRAK.....	ix
KATA	
PENGANTAR.....	x
DAFTAR	
ISI.....	xiii
DAFTAR	
TABEL.....	xvi
DAFTAR	
BAGAN.....	xvii
DAFTAR	
DIAGRAM.....	xviii
BAB I 1	
1.1. Latar Belakang1	
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan skripsi.....	5
1.3.1 Tujuan umum	5
1.3.2 Tujuan khusus	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat	
teoritis.....	6



1.4.2. Manfaat praktis.....	6
BAB 2	7
2.1 Konsep Prokrastinasi Akademik	7
2.1.1 Definisi.....	7
2.1.2 Faktor penyebab prokrastinasi akademik.....	10
2.1.3 Indikator prokrastinasi akademik.....	12
2.1.4 Dampak prokrastinasi akademik bagi peserta didik.....	13
2.2 Konsep Manajemen waktu	17
2.2.1 Definisi.....	17
2.2.2 Manfaat manajemen waktu.....	20
2.2.3 Aspek dan indikator manajemen waktu.....	20
BAB 3	K24
3.1 Kerangka Konsep	24
3.2 Hipotesis Penelitian	25
BAB 4	26
4.1 Rancangan Penelitian	26
4.2 Populasi dan Sampel	26
4.2.1 Populasi.....	26
4.2.2 Sampel.....	27
4.3 Variabel Penelitian Dan Defenisi Operasional	27
4.3.1. Variabel penelitian.....	27
4.3.2. Definisi operasional.....	28
4.4 Instrumen Penelitian	29
4.5 Lokasi dan waktu Penelitian	32



4.5.1 Lokasi.....	32
4.5.2 Waktu penelitian.....	33
4.6 Prosedur Penelitian Dan Pengumpulan Data	33
4.6.1. Prosedur penelitian.....	33
4.6.2. Teknik pengumpulan data.....	33
4.7. Kerangka Operasional.....	35
4.8. Analisi Data.....	36
4.9. Etika Penelitian.....	37
BAB 5	39
5.1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	39
5.2. Hasil Penelitian.....	40
5.2.1 Distribusi Frekuensi dan persentasi Responden Berdasarkan Data Demografi Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan.....	41
5.2.2. Distribusi Frekuensi dan persentasi Manajemen Waktu pada Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan (n=107).....	42
34	
Prokrastinasi Akademik Pada Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025 (n=107).....	43
34	
Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan.....	43
5.3. Pembahasan.....	4044
5.3.1 Manajemen waktu pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.....	44
5.3.2. Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo	



Petrus Medan Tahun	
2025.....	46
34	
Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus	
Medan.....	47
BAB 6	51
6.1. Kesimpulan.....	39
6.2. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN.....	56
Usulan judul	
Skripsi.....	66
Persetujuan	
Kuesioner.....	67
Surat Permohonan Izin	
Penelitian.....	68
Surat Balasan	
Penelitian.....	69
Komisi Etik	
Penelitian.....	70
Surat Selesai	
Penelitian.....	71
Bimbingan	
Skripsi.....	72
Revisi	
Skripsi.....	76
Acc Abstrak.....	77
Acc	
Turnitin.....	77
Lembar Persetujuan	
Responden.....	78
Informed	
Consent.....	79
Angket Manajemen	
Waktu.....	80
Angket Prokrastinasi	
Akademik.....	83
Master	
Data.....	86



DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 4.1	Definisi Operasional Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan	
Tahun 2025		37
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi dan persentase Responden Berdasarkan Data Demografi kelas XI SMA Santo Petrus Medan.....	49
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi dan Persentase Manajemen Waktu pada Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan (n=107).....	50
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden Berdasarkan Prokrastinasi Akademik pada Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025. (n=107).....	51
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi dan persentase Responden Berdasarkan Data Hubungan Manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan.....	52



DAFTAR BAGAN

Halaman

Bagan 3.1	Kerangka Konsep Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.....	33
Bagan 4.2	Definisi Operasional Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.....	38



DAFTAR DIAGRAM

	Halaman
Diagram 5.1 Manajemen waktu pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.....	53
Diagram 5.2 Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan.....	54



STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Siswa ialah seseorang dengan kontribusi besar dalam proses pembelajaran. Siswa sering ditugaskan pada berbagai tanggung jawab, meliputi kegiatan akademik maupun Non-akademik. Tugas akademik bertujuan untuk mengembangkan kemandirian dan efektivitas dalam mengatur waktu untuk aktivitas belajar. Namun terdapat sejumlah rintangan yang sering menghalangi perkembangan belajar siswa, salah satunya ialah perilaku prokrastinasi akademik (Widiasavitri, 2023). Prokrastinasi akademik diartikan sebagai sikap menunda penyelesaian tugas belajar hingga melewati tenggat waktu yang ditentukan.

Tindakan prokrastinasi akademik dapat dilihat saat siswa kerap terlambat menyerahkan tugas, menunda untuk memulai dan menyelesaikan pekerjaan, lebih memilih bermain game daring serta mengakses media sosial dengan kata lain, siswa yang mengisi waktu hanya untuk kepentingan hiburan saja dibandingkan dengan hal-hal akademik (Sofiyanti et al., 2023). Hal ini tampak dari kebiasaan begadang, berkunjung ke mall atau plaza, ketagihan game daring, menonton film atau drama berjam-jam, siswa cenderung kurang memahami tugas yang ada, tidak menyelesaikan tugas karena mata pelajaran tidak menarik, dan melakukan aktivitas yang menyenangkan lainnya hingga menyebabkan perilaku sering menunda, dan ketika siswa gagal menggunakan waktu secara efektif, maka waktu akan terbuang, tugas terbengkalai, dan penyelesaian yang kurang optimal, yang pada akhirnya bisa menghambat keberhasilan atau bahkan menyebabkan kegagalan (Siswa et al., 2020).



Perilaku ini akan berdampak negatif pada siswa, seperti stres akibat beban yang menumpuk, rendahnya kualitas hasil belajar dan sanksi akademik, termasuk pengurangan poin serta penurunan prestasi belajar yang dapat menyebabkan risiko tidak naik kelas (Munawwaroh et al., 2022). Jika hal ini berkelanjutan, dapat mengalami kecemasan karena harus terburu-buru mengerjakan tugas dalam waktu yang sangat singkat karena hampir mencapai tenggat waktu pengumpulan. Kekhawatiran atau ketegangan adalah suatu pengalaman pribadi yang tidak menyenangkan yang berupa perasaan gelisah, tegang, serta emosi yang dirasakan seseorang (Turnip & Yaldi, 2025).

Menurut Joubert, P.C. (2015) dikutip dari (Khairani, 2020) dalam penelitiannya yang berjudul "keterkaitan antara penundaan tugas dan pencapaian akademik Terhadap pelajar SMA yang berada di Provinsi North West, Afrika Selatan" ditemukan bahwa perilaku prokrastinasi sudah mulai muncul sejak tingkat sekolah menengah dan berlanjut hingga ke jenjang perguruan tinggi. Lebih dari 50% siswa mengakui bahwa penundaan tersebut merupakan masalah yang menetap hingga saat ini. Menurut hasil penelitian (Turnip & Yaldi, 2025) menunjukkan bahwa banyak siswa di beberapa SMA mengalami prokrastinasi akademik, yang diperuntukkan bagi murid kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi melalui google form dari 35 siswa, 80% (28 siswa) kelas XI sering menunda dalam menyelesaikan tugas, sementara sisanya 20% (7 siswa) tidak pernah menunda menyelesaikan tugas. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa prokrastinasi termasuk fenomena umum terjadi memerlukan perhatian atau penanganan serius. Namun, hingga kini, belum



ditemukan data kejadian prokrastinasi akademik secara spesifik di wilayah Sumatera Utara.

Berdasarkan temuan yang diperoleh melalui survei awal oleh peneliti di SMA Santo Petrus Medan melalui wawancara menunjukkan bahwa sebanyak (90%) dari 10 orang siswa mengaku bahwa mereka kerap menunda pengerjaan tugas sekolah, misalnya mengumpulkan dalam waktu yang semakin dekat (deadline), 30% sering mengerjakan tugas ketika sudah diberi teguran, dan 20% tidak mengerjakan tugas sama sekali karena dianggap terlalu sulit, dan 40% menyatakan kerap menyisihkan waktu untuk memulai mengerjakan tugas karena beranggapan waktu pengumpulannya dirasa masih cukup lama dan mereka cenderung mengalihkan perhatian ke kegiatan hiburan lain, seperti bermain HP (game online maupun media sosial lainnya) saat seharusnya mengerjakan tugas. Berdasarkan hasil survei awal menunjukkan adanya kecenderungan level prokrastinasi akademik yang relatif tinggi di kalangan siswa kelas XI SMA Santo Petrus Medan.

Munculnya prokrastinasi akademik disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kebosanan terhadap tugas, kurangnya motivasi, ketidakmauan untuk berusaha, ketergantungan pada kepuasan cepat, dan prioritas yang tidak tepat, rasa takut gagal dan khawatir, hingga pengaruh lingkungan (Studi et al., 2025). Seseorang yang cenderung menunda biasanya memiliki keyakinan bahwa selalu masih ada waktu cukup, sehingga tugas yang seharusnya diselesaikan justru ditunda dengan alasan bisa dikerjakan di lain waktu (Wardani Ritonga et al., 2024).

Karakteristik siswa yang mengalami prokrastinasi akademik, antara lain tidak menyelesaikan dan menyerahkan tugasnya dengan tepat waktu, mengerjakan tugas



selama proses pembelajaran berlangsung, terlambat datang kesekolah, kesulitan dalam mengelola waktu karena merasa terbebani oleh banyaknya tugas dari guru, sering kali kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas yang dianggap sulit, serta siswa tidak merealisasikan perencanaan yang telah dibuat. Selain itu, penggunaan ponsel yang berlebihan selama kegiatan sekolah turut mengganggu konsentrasi mereka saat menyelesaikan tugas, dengan kata lain, siswa lebih memilih bermain dengan ponsel ketimbang menyelesaikan pekerjaan sekolah (Habibaturrahmah et al., 2022).

Oleh karena itu, Prokrastinasi akademik perlu ditangani agar siswa dapat meraih prestasi akademik yang memuaskan. Salah satu metode yang bisa ditempuh ialah melalui pemberian bimbingan serta arahan mengenai manajemen waktu yang efektif. Meskipun itu tampak sulit, tetapi solusinya masih ada. Strategi yang dapat diterapkan antara lain: Mengutamakan kegiatan belajar dalam jadwal mingguan, jadwal ujian, dan catat batas waktu pengumpulan tugas serta pekerjaan rumah (PR), menyusun jadwal belajar, menjaga pola tidur malam 6-9 jam per hari, menjaga kesehatan, serta mengatur rutinitas harian dengan baik agar tetap disiplin (Penurunan et al., 2022).

Menurut Lakein (dalam Macan, 1994) dikutip dari (Sovranita et al., 2022) manajemen waktu bermula dari individu mengenali kebutuhan dan keinginan, kemudian menjadikannya dasar untuk menetapkan tujuan dan prioritas. Sementara itu, Aeon Aguinis (2017) menjelaskan bahwa manajemen waktu mencakup kemampuan individu untuk merencanakan, menjaga, dan menyesuaikan alokasi waktunya sesuai dengan perubahan kondisi. Macan, Dipboye, philips & shahani



(1990) mengidentifikasi empat komponen utama dalam manajemen waktu: seperti menentukan sasaran dan prioritas, mekanisme pengelolaan waktu (perancangan dan penataan jadwal), pengendalian waktu, serta kecenderungan terhadap pengorganisasian ruang dan tugas.

Maka dari itu, penting dilakukannya penelitian lanjutan untuk mengetahui korelasi antara pengolahan waktu dan perilaku Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

1.2. Rumusan Masalah

Pokok permasalahan dalam proposal ini yaitu ” Apakah terdapat hubungan Manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025”.

1.3. Tujuan Proposal

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa di kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi manajemen waktu siswa di SMA Santo Petrus Medan.
2. Mengidentifikasi prokrastinasi akademik siswa SMA Santo Petrus Medan tahun 2025.
3. Menganalisis Hubungan antara manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik siswa SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.



1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Melalui studi tersebut, diupayakan agar mampu mengembangkan pemahaman terkait kolerasi pengolahan waktu dengan Prokrastinasi Akademik terhadap siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi siswa

Temuan studi tersebut, diupayakan mampu memberikan wawasan mengenai kaitan manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik siswa.

2. Bagi instalasi pendidikan

Sebagai sumber referensi dalam pembelajaran tentang cara memanajemen waktu dengan Penundaan Akademik siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Berguna sebagai pedoman untuk melaksanakan studi-studi berikutnya. Peneliti diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan wawasan mengenai manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.



BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Prokrastinasi Akademik

2.1.1 Definisi

Pelajar atau individu yang belajar adalah elemen dalam sistem pendidikan yang akan datang kemudian diproses dalam sistem pendidikan, sehingga terbentuk individu yang berkualitas. Siswa adalah mereka yang mengikuti proses belajar di sekolah yang sebelumnya telah diberikan oleh orang tua dengan maksud menjadikan orang yang memiliki pandangan luas, menguasai wawasan, keahlian, akhlak terpuji, pengalaman dan kemandirian, menyelesaikan tugas adalah satu elemen dari proses belajar siswa yang kerap mencari materi pembelajaran atau isi dan memahaminya (Sarasija et al., 2021).

Tingkah laku menunda sebuah tugas yang seharusnya bisa dilakukan secara tepat waktu dikatakan sebagai Prokrastinasi. Seseorang cenderung menangguhkan untuk melaksanakan pekerjaan sekolah (Sarasija et al., 2021). Prokrastinasi dalam bahasa Inggris disebut procrastination yang berasal dari bahasa latin yang terdiri dari dua akar kata yang terbentuk dari prefiks pro yang menunjukkan arti kemajuan atau pergerakan ke depan, serta akhiran crastinus yang merujuk pada "keputusan hari esok" jadi secara harfiah, prokrastinasi berarti menangguhkan atau menunda hingga hari selanjutnya (Widiasavitri, 2023).

Prokrastinasi akademik adalah fenomena dimana siswa menunda tugas atau kewajiban akademik hingga mendekati tenggat waktu atau bahkan melewati batas



waktu yang ditetapkan. Prokrastinasi akademik merupakan isu yang kerap dihadapi oleh banyak pelajar, bahkan orang dewasa yang terlibat dalam dunia pendidikanpun bisa mengalaminya. Fenomena ini berdampak pada kualitas hidup dan capaian akademik siswa, sehingga penting untuk dipahami dan dikelola. Sejalan dengan hal itu, Steel & Klingsieck (2016) menyatakan bahwa prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja terhadap kegiatan yang diinginkan meskipun individu menyadari bahwa perilaku penundaannya dapat menimbulkan dampak negatif (Dr.Widodo Winarso, 2023).

Prokrastinasi atau penundaan dalam melaksanakan suatu aktivitas seringkali dihubungkan dengan penundaan dalam belajar dan menyelesaikan tugas akademis. Berdasarkan Beswick et al. (1988) prokrastinasi akademik diartikan sebagai kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas-tugas akademik dan kecenderungan individu merasakan kecemasan yang berkaitan dengan penundaan tersebut. Dengan kata lain prokrastinasi akademik adalah sikap menunda pekerjaan akademis yang menyebabkan rasa cemas. Menurut Saplavaska & jerkunkova (2018), kecemasan adalah perasaan tidak nyaman dan ketakutan yang dialami seseorang ketika berhadapan dengan situasi yang dianggap mengancam atau berbahaya. Pada siswa, kecemasan dapat berdampak pada performa akademik, interaksi sosial, dan kesejahteraan emosional mereka. Tanda -tanda kecemasan pada siswa mencakup perasaan cemas dan gugup berlebihan, ketergantungan tubuh, kesulitan tidur atau mengalami mimpi buruk, mudah tersinggung atau cepat marah, kesulitan berkonsentrasi atau mengingat informasi, kekhawatiran yang berlebihan terhadap hasil akademik, serta ketidaknyamanan atau ketakutan di situasi tertentu. Oleh



karena itu sangat penting menyediakan pendidikan dan dukungan agar peserta didik dapat menghadapi dan mengatasi kecemasan mereka (Dr.Widodo Winarso, 2023). Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan yang dimiliki oleh siswa yang sering berhadapan dengan tugas-tugas yang memiliki tenggat waktu. Dengan lebih jelas, dapat diungkapkan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan penyelesaian tugas yang memiliki tenggat waktu.

Untuk menghadapi prokrastinasi akademik terdapat beberapa strategi yang biasa diterapkan, seperti menyusun rencana kerja, menentukan sasaran yang masuk akal, dan melatih diri untuk konsentrasi pada pekerjaan. Ini juga bisa dilakukan dengan menyusun rencana yang melibatkan orang lain untuk mendukung motivasi dan memantau perkembangan tugas. Menanggulangi prokrastinasi akademik sangat krusial karena dapat meningkatkan produktivitas serta kualitas hidup siswa.

Dengan mengatasi penundaan, siswa dapat meraih tujuan akademis dan profesional mereka dengan lebih efisien dan efektif. Karena itu, prokrastinasi akademik perlu diidentifikasi dan dikelola dengan segera agar tidak berdampak pada kinerja dan kualitas hidup individu. Mengerti dan menangani prokrastinasi akademik, siswa dapat menciptakan kebiasaan dan rutinitas belajar yang lebih efisien dan produktif. Peserta didik pun dapat mengenali dan menyelesaikan persoalan-persoalan yang menjadi penyebab prokrastinasi, seperti minimnya motivasi atau isu kepribadian (Dr.Widodo Winarso, 2023).

Terdapat berbagai strategi yang dapat mendukung penyelesaian prokrastinasi akademik, seperti perencanaan dan pembatasan waktu, menyusun daftar tugas, membagi tugas besar menjadi bagian-bagian kecil yang lebih mudah



dihadapi, serta meminta bantuan dengan orang lain. Penting untuk dipahami bahwa prokrastinasi akademik adalah masalah yang biasa terjadi dan bisa diatasi dengan metode yang sesuai. Namun, terkadang prokrastinasi akademik bisa menjadi masalah yang lebih besar dan membutuhkan bantuan dari profesional. Dukungan profesional berupa terapi atau bimbingan yang dapat membantu mengatasi isu-isu pribadi atau emosional yang mendasari penundaan. Dengan mengenali dan mengatasi prokrastinasi dalam konteks akademik, individu dapat meningkatkan kualitas hidup serta hasil akademis mereka dan meraih tujuan-tujuan mereka dengan lebih efektif dan efisien (Dr.Widodo Winarso, 2023).

2.1.2 Faktor penyebab Prokrastinasi akademik

Penundaan pekerjaan atau tugas akademik oleh siswa perlu diatasi dengan terlebih dahulu memahami faktor penyebab dari prokrastinasi akademik mereka. Mengetahui dan menangani faktor-faktor ini dapat membantu siswa mengurangi tingkat penundaan dan meningkatkan produktivitas akademis mereka. Pendidikan memainkan peran penting dalam mendukung siswa untuk mengatasi prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, sangat penting bagi pendidik untuk memahami faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik. Pendidik juga dapat mendukung siswa dalam mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang efektif agar siswa dapat menyelesaikan tugas mereka sesuai batas waktu dan meningkatkan prestasi mereka (Dr.Widodo Winarso, 2023).

Berdasarkan Moon & illingworth (2005) di kutip dari (Dr.Widodo Winarso, 2023) faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik dapat dibagi menjadi dua jenis.



1. Faktor internal

Faktor yang ada didalam diri seseorang, mencakup aspek fisik dan psikologis. Berkontribusi kepada timbulnya prokrastinasi akademik adalah keadaan yang memengaruhi, seperti kondisi fisik dan kesehatan individu, contohnya kelelahan. Karakteristik kepribadian seseorang yang berkontribusi terhadap timbulnya perilaku penundaan, contohnya adalah terkait kemampuan sosial yang terlihat dalam kemampuan pengaturan diri dan tingkat kecemasan ketika berinteraksi sosial.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal mencakup segala hal yang berasal dari luar individu dan berpengaruh terhadap prokrastinasi, seperti pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan.

1) Pola asuh orang tua

Ketika ayah menerapkan pola asuh otoriter (kaku dan menuntut), hal ini berkaitan dengan munculnya perilaku prokrastinasi kronis pada anak perempuannya. Sebaliknya, gaya pengasuhan otoritatif (lebih hangat dan mendukung) pada ayah cenderung menghasilkan anak perempuan yang tidak mengalami prokrastinasi. Selain itu, jika ibu cenderung menunjukkan perilaku avoidance procrastination, kemungkinan besar anak perempuan mereka pun akan cenderung meniru gaya tersebut.

2) Kondisi Lingkungan

Prokrastinasi akademik lebih umum terjadi di lingkungan dengan pengawasan yang longgar dibandingkan lingkungan yang disiplin dan ketat.



Lingkungan yang memberikan rangsangan tertentu tanpa terkontrol atau pengawasan dapat memperkuat kebiasaan menunda tugas, karena kurangnya batas dan pengawasan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, secara umum ada beberapa faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa, Kebiasaan seperti menunda tugas hingga detik terakhir, mencari kegiatan lain untuk mengganti pekerjaan atau membiarkan diri teralihkan oleh hal-hal yang tak penting dapat memperparah masalah prokrastinasi.

2.1.3 Indikator prokrastinasi akademik

Menurut Ferarri (1995) dikutip dari (Setiyowati *et al.*, 2021) prokrastinasi akademik sebagai perilaku yang dapat diukur melalui beberapa indikator seperti :

1. Menunda memulai menyelesaikan tugas karena merasa malas atau kehilangan motivasi
2. Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan, hingga deadline semakin dekat
3. Kesenjangan waktu antara rencana yang jelas dengan kinerja aktual untuk menyelesaikan tugas.
4. Melakukan aktivitas yang bersifat menenangkan seperti scrolling media sosial atau bermain game.

Maka prokrastinasi yang terus berlangsung akan memunculkan dampak seperti berikut:



2.1.4 Dampak Prokrastinasi akademik bagi peserta didik

Menunda atau menangguhkan tugas akademik merupakan perilaku umum yang dapat memberikan konsekuensi negatif pada prestasi belajar dan masa depan akademik siswa. Menurut Sirois & Pychy (2013) dikutip dari (Dr. Widodo Winarso, 2023) pilihan untuk menunda sering didorong oleh keinginan mendapatkan kepuasan emosional sesaat, meski hal ini mengabaikan efek jangka panjang seperti berkurangnya kualitas hidup dan peluang karier.

1. Penurunan prestasi

Prokrastinasi akademik seringkali menyebabkan nilai lebih rendah karena tugas dikerjakan terburu-buru, sehingga pencapaian maksimal tidak optimal.

2. Peningkatan Stres dan beban emosional

Tugas yang dikerjakan mendadak menimbulkan tekanan waktu, meningkatkan kecemasan dan beban emosional, yang akhirnya memperburuk kondisi mental.

3. Gangguan kesehatan mental fisik

Menunda tugas secara kronis berkorelasi dengan masalah seperti insomnia, stres, dan gejala fisik lainnya.

4. Kegagalan pengendalian diri.

Ferrari (2001) menegaskan bahwa prokrastinasi adalah bentuk kegagalan dalam regulasi diri. Penundaan sering menimbulkan beban kognitif berlebih dan tekanan, mengakibatkan kecepatan dan akurasi tugas yang menurun.



5. Regulasi waktu yang buruk

Akibat kurangnya pengendalian dan perencanaan, siswa sering kekurangan waktu untuk mempersiapkan tugas dengan baik, yang berkontribusi pada kinerja yang optimal.

6. Psikologi

Salomon & Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa prokrastinasi berkaitan erat dengan kecenderungan seperti takut gagal, rendahnya harga diri, dan kecenderungan menghindar terhadap tugas yang tidak menyenangkan. Hal ini menghasilkan penundaan sistematis hingga waktu sangat terbatas, yang secara alami meningkatkan tekanan dan stres.

Menurut (Dr.Widodo Winarso, 2023) pendidikan secara khusus menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik memiliki berbagai dampak signifikan terhadap peserta didik, diantaranya adalah:

1. Hasil belajar

Menunda tugas secara terus menerus berdampak negatif pada kualitas pembelajarannya. Ketika siswa menunda hingga menit terakhir, mereka tidak memiliki cukup waktu untuk memahami materi atau menyiapkan tugas secara menyeluruh. Hal ini sering berujung pada nilai yang rendah atau kegagalan dalam mata pelajaran tertentu. Penundaan tersebut juga menimbulkan stres, tekanan, ketidaksesuaian antara hasil dengan harapan, dan keterlambatan pelaksanaan tugas yang secara keseluruhan melemahkan motivasi belajar siswa .

2. Efisiensi waktu



Prokrastinasi secara signifikan mengganggu efisiensi waktu. Siswa yang menunda tugas sampai detik terakhir sering kali terpaksa bekerja cepat dan melebihi waktu normal, mengorbankan pekerjaan paruh waktu atau kegiatan sosial sehingga menimbulkan stres dan mengurangi kualitas hidup.

3. Hubungan sosial

Karena tenggat yang dekat, siswa sering menolak ajakan teman atau keluarga demi menyelesaikan tugas. Dampaknya, hubungan sosial bisa menipis dan mereka dapat merasa terisolasi atau kurang terhubung dengan lingkungan sekitar.

4. Karier akademik

Prokrastinasi juga berdampak pada perjalanan akademik jangka panjang. Menunda tugas berulang kali biasanya menyebabkan nilai rendah, potensi mengulang mata pelajaran, dan bahkan risiko gagal lulus. Selain itu, perilaku ini berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan terhadap perilaku tidak etis (seperti plagiarisme) saat tekanan deadline terlalu besar.

Faktor-faktor dari prokrastinasi akademik juga diteliti lebih dalam oleh Candra dkk dan (Setyowani, et al., 2014) Pada siswa kelas XI SMA yang menyebutkan terdiri dari faktor internal seperti kondisi fisik dan psikologis, serta faktor eksternal mencakup kondisi keluarga, lingkungan sekolah, dan masyarakat. Faktor internal yang paling berpengaruh dalam penelitian itu adalah kondisi fisik, di mana salah satu menyebutkan bahwa usia juga berperan di dalamnya. Siswa SMA khususnya yang kelas XI, umumnya berusia antara 16 sampai 18 tahun. Usia ini berada dalam



fase remaja madya dimana salah satu tugas perkembangan yang dihadapi adalah mengenali dan menerima kemampuan diri sendiri (Erdianto & Dewi, 2020).

Munculnya prokrastinasi dalam diri siswa diperkirakan tidak akan terjadi dengan sendirinya, tetapi ada faktor yang melatar belakangnya. Menurut Ferrari johnson & McCown (1995) mengungkapkan bahwa faktor yang memicu perilaku prokrastinasi merupakan :

1. Keberadaan pemikiran yang tidak rasional dari prokrastinator yaitu pandangan bahwa suatu pekerjaan harus diselesaikan dengan baik.
2. Kecemasan yang muncul akibat kemampuannya dinilai, ketakutan terhadap kegagalan dan kesulitan menentukan pilihan, atau disebabkan oleh perlu dukungan dari orang lain untuk menyelesaikan pekerjaannya.
3. Kelelahan dan tantangan dalam manajemen waktu dan tidak menyenangkan pekerjaannya.
4. Terdapat pula hukuman dan penghargaan, bisa mengakibatkan penundaan pekerjaan agar merasa lebih terlindungi jika tidak segera melakukannya karna mampu menciptakan sesuatu yang kurang optimal. Faktor lingkungan yaitu kekurangan pengamatan dari kondisi seperti keluarga dalam area pendidikan, mendorong seseorang untuk melakukan penundaan tugas. Di samping itu, penundaan tugas disebabkan karena pekerjaan yang menumpuk, terlalu banyak dan perlu segera dilaksanakan, sehingga keterlambatan tugas yang ini bisa mengakibatkan tugas yang lain terhalang (Muyana & Dahlan, 2018).



2.2 Manajemen waktu

2.2.1 Definisi

Manajemen waktu adalah kemampuan individu dalam mengatur dirinya sendiri agar dapat memanfaatkan waktu secara optimal dan efisien. Berdasarkan berbagai penelitian, terdapat hubungan antara manajemen waktu dan perilaku prokrastinasi akademik. Siswa yang cenderung menunda tugas-tugas akademik umumnya menunjukkan ketidakmampuan dalam mengelola waktu dengan baik, yang mengindikasikan bahwa mereka belum memiliki kejelasan dalam menetapkan prioritas serta tujuan yang ingin dicapai (Amandari et al., 2025).

Manajemen waktu adalah suatu proses yang melibatkan pengelolaan waktu secara efektif dan efisien. Ini merupakan proses yang melibatkan kemampuan untuk mengalokasikan tugas yang paling penting dan memanfaatkan waktu sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Dalam pengelolaan waktu, individu belajar untuk menanggulangi gangguan atau hal-hal yang bisa mengalihkan fokus dari pekerjaan yang perlu diselesaikan. Manajemen waktu mendukung individu dalam mencapai efisiensi dalam kehidupan mereka, ini mencakup perencanaan yang matang, penjadwalan waktu yang tepat, dan pengelolaan aktivitas harian. Seseorang yang mahir dalam pengelolaan waktu akan dapat mengelakkan penundaan, kecemasan, dan ketidakpastian dalam pengambilan keputusan. Dengan pengelolaan waktu yang tepat, individu dapat meraih tujuan mereka dengan lebih efektif dan efisien (Tri, 2023).

Manajemen waktu mencakup berbagai keterampilan seperti kemampuan untuk memperkirakan durasi yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas, menetapkan prioritas pada tugas yang paling esensial, menyusun jadwal yang sesuai, serta



menilai hasil yang diperoleh. Ini mencakup kemampuan untuk menyusun daftar pekerjaan dan memberikan waktu yang sesuai untuk masing masing pekerjaan tersebut. Manajemen waktu juga mencakup kemampuan untuk menangani waktu dengan luwes dan menghadapi perubahan yang mungkin muncul. Pengelolaan waktu sangat krusial untuk meraih keberhasilan dalam kehidupan baik pribadi maupun karier (Tri, 2023).

Hal ini mendukung individu untuk meningkatkan efisiensi, mengurangi tekanan, serta memperbaiki kehidupan mereka secara keseluruhan. Dengan pengelolaan waktu yang efektif, seseorang dapat memperoleh lebih banyak waktu untuk melaksanakan aktivitas yang berguna seperti berolahraga, bersosialisasi dengan keluarga dan teman atau melakukan kegiatan kreatif. Hal ini akan menambah kebahagiaan dan kepuasan hidup seseorang secara menyeluruh. Karena itu, pengelolaan waktu merupakan keterampilan krusial yang perlu di pahami dan dikuasai oleh tiap individu. Berikut adalah beberapa contoh manajemen waktu:

1. Menghindari penundaan: Menunda pelajaran dan pekerjaan atau prokrastinasi dapat menjadi hambatan dalam pengelolaan waktu agar terhindar dari prokrastinasi, seseorang bisa memecah tugas menjadi bagian-bagian kecil dan menyelesaikannya secara bertahap, sehingga tidak terasa terlalu berat atau menakutkan.
2. Menetapkan atau menyusun prioritas: Mengutamakan tugas-tugas lebih prioritas dapat mencegah kebingungan dan memastikan waktu dimanfaatkan dengan baik. Dengan menangani tugas-tugas yang paling



mendesak lebih dulu, seseorang dapat menurunkan tingkat stres dan memastikan bahwa tujuan utama tercapai.

3. Membuat perencanaan dan penjadwalan: Merancang rencana harian atau mingguan yang terstruktur dan praktis dapat membantu membagi waktu untuk berbagai pekerjaan atau kegiatan. Jadwal bisa berfungsi untuk mengutamakan tugas-tugas yang paling krusial dan memastikan pemanfaatan waktu dilakukan dengan efisien.
4. Mengatasi gangguan: gangguan dapat mengganggu efektivitas dan efisiensi dalam pengelolaan waktu untuk meningkatkan fokus dan konsentrasi. Menghindari gangguan dengan mematikan notifikasi pada gadget, menjauhi media sosial, atau mencari tempat yang tenang bisa sangat membantu.
5. Manfaatkan teknologi: teknologi bisa dimanfaatkan untuk mendukung manajemen waktu, seperti memanfaatkan aplikasi pengingat atau kalender untuk mengatur waktu dan jadwal (Tri, 2023).

2.2.2 Manfaat Manajemen waktu

Manajemen waktu merupakan kemampuan krusial yang dapat membantu individu dalam meningkatkan efisiensi serta aktivitas dalam kehidupan mereka. Terdapat berbagai keuntungan dalam manajemen waktu yang efektif, diantaranya: Meningkatkan efisiensi: Manajemen waktu memungkinkan individu untuk mengutamakan tugas-tugas yang paling krusial dan menentukan waktu yang sesuai untuk masing-masing tugas tersebut. Hal ini dapat meningkatkan efisiensi dan produktivitas dalam pekerjaan atau pelajaran serta kehidupan sehari-hari. Meningkatkan efisiensi adalah sasaran yang bisa diraih dengan berbagai aktivitas.



Berikut adalah beberapa indikator yang bisa meningkatkan efisiensi menurut (BAWAMENEWI et al., 2023):

2.2.3 Aspek dan Indikator manajemen waktu

1. Menganalisis kebiasaan penggunaan waktu: menganalisis kebiasaan penggunaan waktu dapat mendukung peningkatan produktivitas. Adapun indikatornya yaitu: disiplin dalam mengerjakan tugas dan Komitmen dalam mengerjakan tugas.
2. Menetapkan tujuan atau sasaran: kemampuan untuk menentukan tujuan aktivitas serta merencanakan kegiatan tersebut. Seperti, dapat merencanakan dan menentukan sasaran baik yang bersifat jangka pendek maupun jangka panjang. Adapun indikatornya seperti: kemampuan memilih tugas yang ingin di kerjakan, mampu mengatur waktu.
3. Menetapkan atau menyusun prioritas tugas: menetapkan tugas dan prioritas terlebih dahulu mampu meningkatkan motivasi dan menurunkan tingkat stres. Saat tugas-tugas yang menantang terlebih dahulu berhasil diselesaikan, individu dapat merasa lebih yakin dan lebih siap dalam menghadapi tugas-tugas yang lebih ringan. Adapun indikatornya seperti: kemampuan memilih tugas yang ingin dikerjakan, mampu mengatur waktu.
4. perencanaan dan penjadwalan: Merencanakan dan membuat jadwal tugas harian atau mingguan dapat membantu mengatur prioritas dan memastikan bahwa tugas-tugas yang paling penting dikerjakan terlebih dahulu. Adapun indikatornya yaitu: menyusun jadwal tugas yang menjadi prioritas, dan membuat agenda tugas.



5. Sikap kontrol atas waktu: Individu mampu mengendalikan segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya berdasarkan waktu dan keadaan yang sedang dialaminya. Adapun indikatornya seperti: Mampu mengendalikan diri, dan mampu manage diri. Hal ini bisa membantu menurunkan tingkat stres dan kecemasan yang dirasakan oleh individu. Stres mampu berdampak pada kesehatan mental dan fisik individu. Dengan demikian, mengurangi stres sangat penting untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan individu.

Berikut ini adalah beberapa aktivitas yang bisa membantu meredakan stres antara lain:

- a. Meditasi: meditasi dapat mengurangi stres dan dapat memusatkan perhatian pada napas dan mengurangi aktivitas otak yang tidak penting. Meditasi yang dilakukan secara rutin dapat membantu meningkatkan kemampuan dalam menghadapi stres.
- b. Olahraga: Aktivitas fisik dapat menurunkan stres, dan meningkatkan kondisi fisik serta mental. Olahraga mendorong pelepasan endorfin, yang dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan perasaan senang.
- c. Tidur yang memadai: memiliki cukup tidur sangat krusial untuk mengurangi tekanan dan memelihara kesehatan. Tidur yang tidak cukup dapat mengakibatkan kelelahan, ketegangan dan stres.
- d. Mengurangi konsumsi kafein dan alkohol: Kafein serta alkohol dapat meningkatkan stres dan kecemasan. Menurunkan asupan kafein dan alkohol dapat mendukung pengurangan stres.

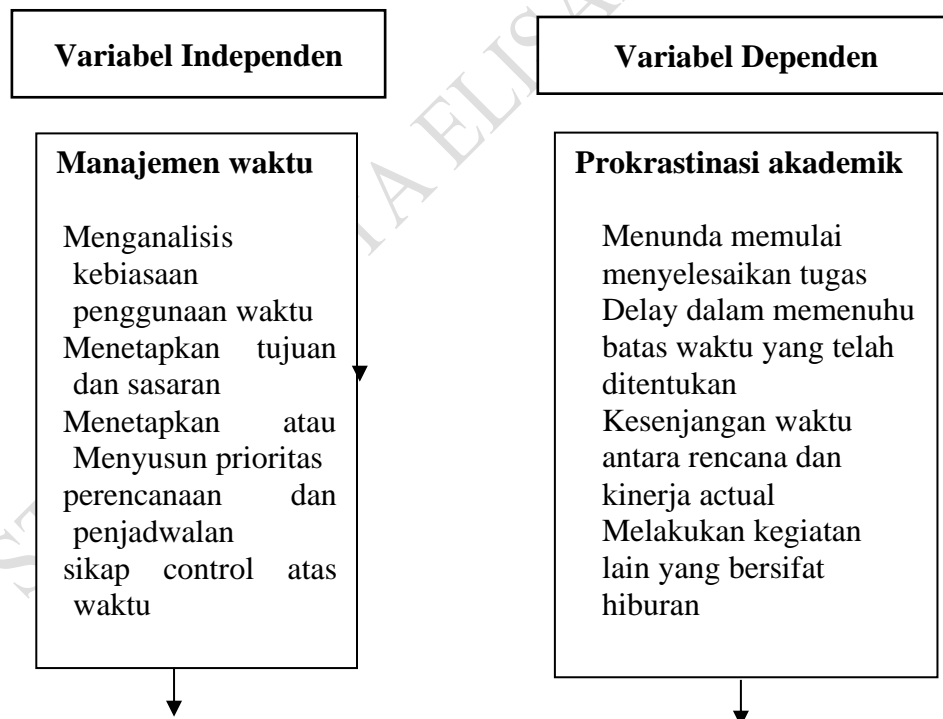


- e. Mencatat jurnal: Mencatat di jurnal bisa mengurangi stres dengan menyimpan emosi dan pemikiran. Dalam sebuah catatan, mencatat dalam jurnal dapat memberikan bantuan seseorang menyatakan diri dalam menghadapi tantangan.
- f. Mengobrol dengan teman atau ahli: Mengobrol dengan teman atau ahli dapat membantu meredakan stres dengan memberi dukungan, dan para ahli juga dapat membantu meminimalisir perasaan.
- g. Menyisihkan waktu untuk bersantai: dapat membantu mengurangi tekanan dan meningkatkan kualitas hidup. Aktivitas seperti membaca, mendengarkan lagu, bermain permainan dalam waktu yang produktif dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan mood (Tri, 2023).
- h. Meningkatkan kualitas hidup: Mengelola waktu yang efektif memungkinkan seseorang untuk memiliki lebih banyak waktu untuk melakukan aktivitas yang bermanfaat seperti berolahraga, berkumpul dengan keluarga dan teman, atau menjalani kegiatan kreatif. Hal ini bisa meningkatkan kebahagiaan serta kepuasan hidup secara umum. Meningkatkan kualitas hidup dapat diartikan sebagai usaha untuk memperbaiki kesehatan fisik, mental, emosional, sosial, atau keuangan seseorang.

BAB 3**KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN****3.1 Kerangka Konseptial**

Desain teoritis menyajikan pandangan perihal fenomena terkait, walaupun memiliki struktur yang semakin fleksibel jika dikaitkan dengan teori. Kerangka konsep diharapkan dapat mendukung peneliti terkait temuan dengan teori. Model tersebut berperan sebagai landasan untuk merumuskan hipotesis dalam penelitian (Nursalam, 2020).

Bagan 3 1 Kerangka Konsep Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

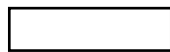




Tinggi :121-160
Sedang : 81-120
Rendah : 40-80

YA = 101-160
Tidak = 40-100

Keterangan :



: Variabel yang diteliti



: Hubungan dua variabel

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis didefinisikan sebagai pernyataan awal atau penafsiran sementara terhadap rumusan masalah serta pertanyaan tentang hubungan antar variabel yang dirancang untuk memberikan jawaban terhadap suatu masalah penelitian. Pernyataan ini berfungsi sebagai panduan penting dalam penelitian dan membantu menentukan desain studi, metode pengambilan sampel, cara pengumpulan data, serta teknik analisis yang digunakan (Nursalam, 2020). Dengan adanya hipotesis, peneliti menjadi lebih terarah dan efektif, serta mampu mengarahkan pemilihan metode dan interpretasi hasil secara tepat (Sena Wahyu Purwanza *et al.*, 2022)

Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, hipotesis ini menyatakan bahwa:

Ho Diterima : Tidak adanya Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025.



BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah pendekatan sebagaimana diterapkan sarana dalam menemukan masalah pra-perencanaan akhir pengumpulan data yang akan digunakan untuk merumuskan kerangka penelitian yang akan dijalankan. Jenis studi ini merupakan penelitian deskriptif korelasional menggunakan pendekatan kuantitatif serta menerapkan studi cross sectional. Jenis kuantitatif diwajibkan berdasarkan perhitungan bilangan atau data numerik untuk menganalisis hubungan antar variabel (Nursalam, 2020).

Pada penelitian ini digunakan desain Cross sectional berfokus pada pengukuran/observasi data variabel bebas dan terkait hanya dilakukan sekali dalam satu periode tertentu. Fokus penelitian ialah guna mengetahui Hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Berdasarkan temuan penelitian (Nursalam, 2020) populasi dalam penelitian ialah keseluruhan subjek. Populasi penelitian yaitu: Keseluruhan siswa kelas XI SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025 sebanyak 107 responden.



4.2.2 Sampel

Sampel merupakan segmen kumpulan yang mampu dijangkau maupun diterapkan serta dijadikan responden melalui prosedur sampling, pada kajian ini sampel dipilih menggunakan teknik *total sampling* (Nursalam, 2020).

Dalam menetapkan besar sampel, peneliti tidak perlu menerapkan perhitungan rumus karena peneliti mengambil responden seluruh siswa kelas XI SMA Santo Petrus Medan.

4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

4.3.1. Variabel Penelitian

1. Variabel independen

Variabel independen berfungsi sebagai komponen, dimana nilainya memberikan pengaruh terhadap variabel lain. Variabel bebas umumnya dimodifikasi, diamati, dan diukur, agar bisa memahami kaitannya terhadap variabel lain (Nursalam, 2020). Variabel independennya adalah manajemen waktu terhadap siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

2. Variabel Dependen

Variabel dependen (terikat) didefinisikan sebagai variabel yang nilainya ditentukan atau bergantung pada variabel independen. Unsur ini menjadi elemen yang diukur guna mengetahui adanya keterkaitan dengan variabel independen (Nursalam, 2020). Dalam penelitian variabel yang menjadi fokus adalah prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.



4.3.2. Definisi Operasional

Tabel 4 1 Definisi Operasional Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

Variabel	Definisi	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
Manajemen waktu	Kemampuan siswa dalam mengatur waktunya agar lebih efisien.	Menyusun tujuan Menyusun prioritas dengan tepat Membuat jadwal Meminimalisasikan gangguan	Kuisisioner yang berisi 40 pernyataan dengan pilihan jawaban. Pernyataan positif : SS =4 S =3 TS =2 STS =1 Pernyataan Negatif : SS =1 S =2 TS =3 STS =4	O R D I N A L	Tinggi =121-160 Sedang = 81-120 Rendah =40-80



Prokrastinasi Akademik	Sikap siswa yang sering menunda-nunda tugas akademiknya.	Menunda memulai tugas Kesulitan dan keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan Melakukan aktivitas lain yang bersifat menyenangkan	Kuisisioner berisi pertanyaan dengan pilihan jawaban. 40 Pernyataan positif : SS =4 S =3 TS =2 STS =1 Pernyataan Negatif : SS =1 S =2 TS =3 STS =4	O R D I N A L	Ya =101-160 Tidak =40-100
------------------------	--	--	---	---------------------------------	------------------------------

4.4 Instrumen Penelitian

Alat atau metode penelitian diartikan sebagai perangkat yang ditentukan atau dimanfaatkan oleh peneliti guna memastikan penelitian berlangsung dengan efektif. tahap awal perancangan instrumen penelitian, perlu menulis informasi mengenai ciri-ciri responden (Nursalam, 2020) yang digunakan adalah kuisisioner yang disusun dalam dua bagian meliputi:

- Skala manajemen waktu.
- Skala prokrastinasi akademik.



Instrumen pengumpulan data yang diterapkan melalui penelitian ini yakni kuesioner berbentuk lembar pertanyaan yakni mencakup isu atau topik yang dikaji hingga memperlihatkan dampak atau keterkaitan dalam studi tersebut pada skala.

Pengumpulan data pada variabel bebas dengan memanfaatkan kuesioner manajemen waktu dengan pertanyaan positif terdapat pada aspek dan butir pertanyaan nomor (1, 2, 3, 6, 7, 8, 9 = menganalisis kebiasaan penggunaan waktu), (11, 12, 15, 16 = menetapkan tujuan atau sasaran), (19, 20, 23, 24, 25 = menetapkan atau menyusun prioritas, (28, 29, 32 = perencanaan dan penjadwalan, (35, 37, 38, 39 = sikap kontrol atas waktu. Dengan opsi Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Pernyataan negatif ditemukan pada aspek pernyataan urutan ke (4, 5, 10 = Menganalisis kebiasaan penggunaan waktu, , (13, 14, 17, 18 = menetapkan tujuan dan sasaran, (21, 22, 26, 27 = menetapkan atau menyusun prioritas, (30, 31, 33, 34 = perencanaan dan penjadwalan), (36, 40 = sikap kontrol atas waktu. Dengan opsi jawaban Sangat Setuju (1), Setuju (2), Tidak Setuju (3), Sangat Tidak Setuju (4).

Melalui kajian ini, penulis memanfaatkan tipe kuesioner untuk kedua variabel yakni manajemen waktu dan prokrastinasi akademik, jumlahnya ditentukan dengan menggunakan rumus statistik. Berdasarkan rumus interval kelas dalam statistik deskriptif berikut :

Rumus : Manajemen Waktu

$$P = \frac{\text{rentang kelas}}{\text{banyak kelas}} \\ = \frac{\text{Nilai tertinggi} - \text{nilai terendah}}{\text{banyak kelas}}$$



$$= \frac{160-40}{3}$$

$$= 40$$

P melambangkan interval kelas, sebesar 40 (perbedaan antara skor maksimum dan minimum) dan jumlah kelas adalah 3 (manajemen waktu : Tinggi, Sedang, dan Rendah). Dengan penerapan $P = 40$, hasil penelitian tentang manajemen waktu sebagaimana tercantum dibawah.

Dengan kategori :

Tinggi	= 121-160
Sedang	= 81-120
Rendah	= 40-80

Proses memperoleh data pada variabel terikat dilakukan dengan memanfaatkan instrumen baku dengan 40 pertanyaan mengenai prokrastinasi akademik. Pernyataan negatif ada pada pertanyaan item nomor (1, 2, 3, 4, 5 = terjadinya keterlambatan saat memulai maupun menyelesaikan suatu tugas yang sedang dijalankan), (11, 12, 13, 14, 15 = keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (21, 22, 23, 24, 25 = perbedaan waktu antara target yang direncanakan dan hasil kinerja yang dicapai), (26, 27, 28, 29, 30, 36) = mengutamakan aktivitas yang lebih menarik daripada menuntaskan tanggung jawab yang wajib dikerjakan). pilihan jawaban Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), Sangat Tidak Setuju (1). Pernyataan positif berada pada poin pertanyaan nomor (6, 7, 8, 9, 10 = kecenderungan mengulur dalam hal memulai dan mengakhiri tugas yang dihadapi), (16, 17, 18, 19, 20 = Delay dalam mengerjakan tugas), (31, 32, 33, 34, 35 = kesenjangan waktu antara rencana dan hasil yang dicapai), (37, 38, 39, 40) =



memprioritaskan kegiatan lain yang lebih menarik dibandingkan menyelesaikan tugas yang wajib dikerjakan menggunakan opsi tanggapan Sangat Setuju (1), Setuju (2), Tidak Setuju (3), Sangat Tidak Setuju (4).

Rumus : Prokrastinasi Akademik

$$\begin{aligned} P &= \frac{\text{rentan kelas}}{\text{banyak kelas}} \\ &= \frac{\text{Nilai tertinggi} - \text{nilai terendah}}{\text{banyak kelas}} \\ &= \frac{160 - 40}{2} \\ &= 60 \end{aligned}$$

Dimana P menunjukkan panjang kelas, memiliki rentang sebesar 60 (perbedaan antara skor maksimum dan minimum) serta jumlah kelas 2 kategori yaitu (ya dan tidak) pada prokrastinasi akademi (Reswita, 2025). Maka capaian penelitian mengenai prokrastinasi akademik diperoleh rincian berdasarkan kategori berikut:

Ya = 101-160

Tidak = 40-100

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuesioner hasil pengembangan Harianja (2018) untuk variabel manajemen waktu (X) serta Rianghepat (2022) variabel prokrastinasi akademik (Y) sudah di uji dan dinyatakan valid oleh peneliti terdahulu (Reswita, 2025).

4.5 Lokasi dan waktu Penelitian

4.5.1 Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Santo Petrus Medan karena lokasi tersebut dianggap representatif serta memiliki kuantitas subjek yang cukup untuk



diteliti. Selain itu, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang membahas hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

4.5.2 Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan di bulan yang ditetapkan yakni September-Oktober 2025.

4.6 Prosedur Penelitian dan Pengumpulan Data

4.6.1. Prosedur penelitian

Penelitian ini menggunakan data primer yaitu hasil pengamatan obsevasi yang didapatkan langsung melalui partisipan penelitian dengan media lembar angket mencakup hubungan manajemen waktu dan prokrastinasi akademik (Nursalam, 2020).

4.6.2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data termasuk fase krusial pada penelitian ini, karena melalui data yang diperoleh, maka penelitian dapat menjawab permasalahan yang ada. Proses pengumpulan data mencakup dua tahap utama yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan.

1. Tahap persiapan

Peneliti mengirimkan surat permohonan persetujuan pelaksanaan pada SMA Santo Petrus Medan.

2. Tahap pelaksanaan

- 1) Peneliti menguraikan maksud dan langkah-langkah penelitian terhadap responden.



- 2) Sebagai tanda setuju untuk ikut serta, responden menandatangani informed consent yang diberikan oleh penelitian.
- 3) Responden di kumpul dalam tiga kelas secara bertahap berhubung karena sesuai data survei awal tidak dapat dikumpul dalam satu kelas karena tidak ada ruangan yang cukup untuk mengumpulkan responden secara keseluruhan sampel.
- 4) Responden melengkapi data demografi dan memberikan jawaban pertanyaan dalam kuesioner.

4.7 Uji Validitas dan Reabilitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur kemampuan instrumen mengumpulkan data dengan tepat. Instrumen harus mampu mengukur hal-hal yang perlu diukur. Dalam menentukan validitas pengukuran, terdapat dua aspek utama yang harus dipenuhi yaitu kesesuaian instrumen dengan isu yang diukur serta relevansinya dengan metode dan tujuan penelitian. Pada uji validitas manajemen waktu dalam 40 pernyataan maka r tabel yaitu 0,361, dan Uji validitas prokrastinasi akademik ditemukan r tabel 0,570 (Reswita, 2025).

Menurut (Nursalam, 2020) reliabilitas (keandalan) merupakan konsistensi hasil pengukuran atau observasi terhadap fakta atau kondisi yang sama pengukuran atau pengamatan secara berulang kali pada waktu yang berbeda. Instrumen dan metode pengukuran memiliki kontribusi yang signifikan pada waktu yang bersamaan. Pada uji reabilitas manajemen waktu dengan *Crombach's Alpha* 0.936, sedangkan pada prokrastinasi akademik dengan *Cronbach's Alpha* 0,917. Dalam

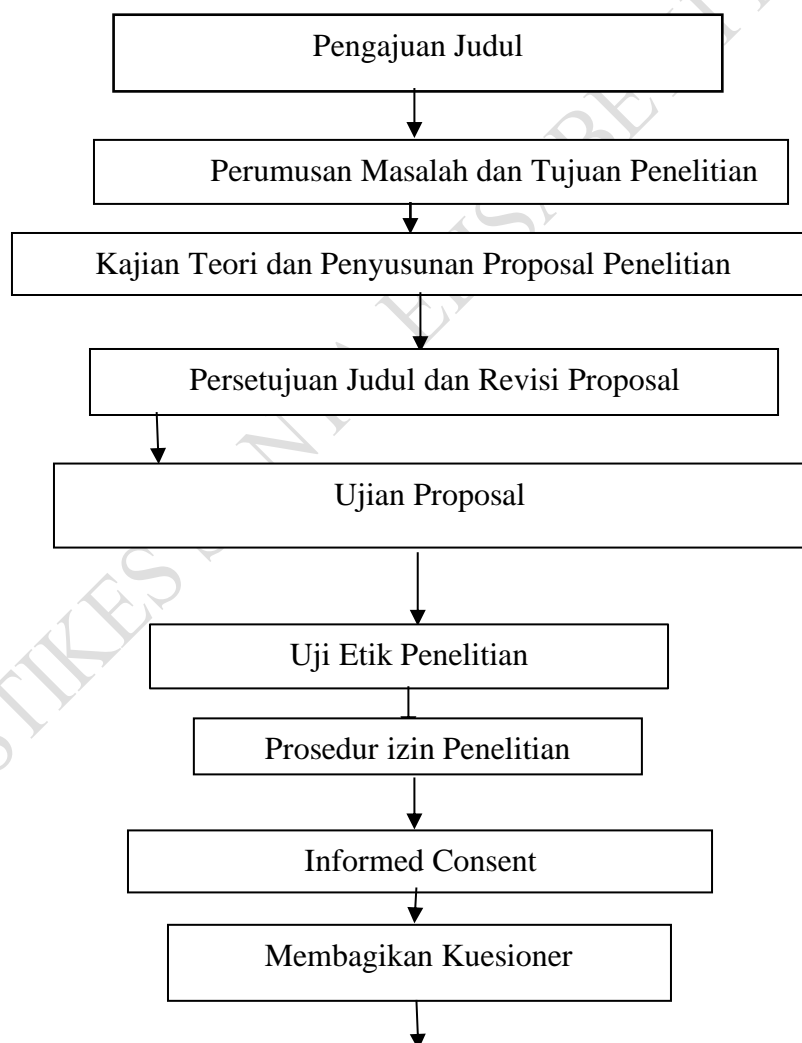


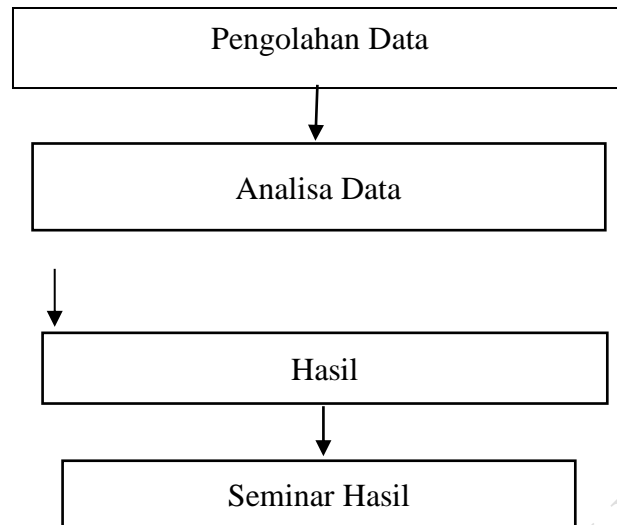
penelitian ini tidak perlu diuji lagi karena sudah di uji oleh peneliti sebelumnya (Reswita, 2025).

4.8 Kerangka Operasional

Kerangka operasional adalah proses penelitian dan pengolahan serta analisis data penelitian yang dapat digunakan untuk mempermudah peneliti. (Syapitri et al., 2021).

Bagan 4.8. Kerangka Operasional Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.





4.9 Analisi Data

1. Analisis univariat

Analisis univariat merujuk pada tipe satu variabel saja, Sedangkan untuk menganalisis hubungan antarvariabel, diperlukan analisis multivariat. Analisis univarian hanya melibatkan satu variabel respons atau dependen (Lusiana & Mahmudi, 2020). Dalam penelitian, teknik statistik diterapkan untuk mengenali data demografis yang mencakup : umur, jenis kelamin, dan hobbi serta menganalisis manajemen waktu dan prokrastinasi akademik di kelas XI SMA Santo Petrus Medan.

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat diterapkan untuk mengenali kaitan atau ketidaksamaan antarvariabel dalam penelitian, seperti : Korelasi antara pengelolaan waktu (X) dan prokrastinasi akademik (Y) (Prof. Dr. Mutalazimah, S.KM., 2025). Seperti yang telah diketahui data skala ordinal

memiliki urutan peringkat sehingga satu tingkat lebih besar atau lebih kecil dari tingkat yang lain. Analisis yang digunakan yaitu Chi-Square atau uji non-parametrik untuk mengetahui hubungan kedua variabel kategorik yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Namun karena terdapat sel dengan nilai harapan kurang dari 5, hasil ini perlu diinterpretasikan dengan hati-hati. Oleh karena itu, sebagai langkah selanjutnya, dilakukan uji Fisher's exact test yang lebih tepat digunakan pada situasi ini. Hasil uji Fisher's exact menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik ($p > 0.05$).

4.10 Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan berlandaskan pada kaidah-kaidah etika penelitian, yaitu:

1. Informed consent (persetujuan sadar): sebelum mengisi kuesioner responden diberikan penjelasan detail dan manfaat yang diperoleh.
2. Otonomy: Menghargai hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja.
3. Confidentiality/ Kerahasiaan: menjaga informasi pribadi responden.
4. Benefisience: tindakan yang tidak merugikan atau membahayakan responden. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan tentang tujuan (Nursalam, 2020).

Pada tahap awal, peneliti meminta persetujuan untuk melaksanakan penelitian kepada Kepala sekolah atau penanggung jawab di SMA Santo Petrus



Medan untuk mengadakan penelitian. Setelah memperoleh izin penelitian dari SMA Santo Petrus Medan, peneliti melakukan proses pengumpulan data serta penelitian. Dalam pelaksanaan, peserta yang dipilih diberikan penjelasan mengenai data dan penelitian yang akan dilaksanakan.

Penelitian ini juga telah layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKes Santa Elisabeth Medan dengan nomor surat No.131/KEPK-SE/PE-DT/IX/2025.



BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian terkait hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025. Adapun jumlah siswa responden sebanyak 107 orang dan yang menjadi responden pada penelitian ini siswa kelas XI sebanyak tiga kelas yaitu XI-1, XI-2, XI-3. Penelitian ini dilaksanakan pada 30 September -31 Oktober 2025 di SMA Santo Petrus Medan yang berlokasi di Jalan Luku I No. 1, Kelurahan Kwala Bekala, Kecamatan Medan Johor, Kota Medan, Sumatera Utara. SMA Santo Petrus Medan merupakan sekolah swasta katolik dengan akreditasi A yang menekankan pendidikan karakter, kedisiplinan, nilai kekatolikan, serta pembelajaran kreatif dan modern. Sekolah ini memiliki fasilitas pembelajaran berupa ruang kelas, laboratorium IPA, perpustakaan, fasilitas olahraga, dan lingkungan belajar yang mendukung proses pendidikan siswa.

SMA Santo Petrus Medan berdiri pada tahun 2000 dengan awalnya hanya dua kelas, dan terus berkembang hingga memiliki lebih banyak rombongan belajar pada setiap tingkat. Pada bulan Juni tahun 2003 sekolah ini meluluskan angkatan pertama, dan terus berkembang menjadi salah satu sekolah swasta katolik yang cukup dikenal di wilayah Medan Johor. Pada tahun 2022/2023 jumlah kelas sebanyak 9 rombongan dengan jumlah siswa 318 orang dengan jurusan yang ada



IPA (Ilmu Pengetahuan Umum) dan IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial).

Kurikulum yang digunakan saat ini adalah 2013(K-13).

Visi SMA Santo Petrus Medan

Mewujudkan generasi yang berkarakter mulia, kompeten, dan berbudaya kasih dengan semangat Profil Pelajar Pancasila.

Misi SMA Santo Petrus Medan

1. Mengintegrasikan pendidikan karakter dalam pembelajaran intrakurikuler dan ekstrakurikuler serta dalam kegiatan-kegiatan lainnya untuk menanamkan nilai-nilai karakter mulia.
2. Melaksanakan pembelajaran yang kreatif, inovatif dan berbasis teknologi.
3. Melakukan kegiatan keagamaan dan sosial untuk meningkatkan ketakwaan terhadap Tuhan, kepedulian sosial dan saling mengasihi yang menjadi budaya sekolah.
4. Memperkuat nilai-nilai pelajar Pancasila melalui kegiatan pendisiplinan, pembiasaan, pembinaan, proyek dan kegiatan kreatif / inovatif lainnya.
5. Mengembangkan profesionalisme guru dan staf melalui pelatihan berkala, membangun komunitas pendukung serta meningkatkan peran orang tua, masyarakat, dan komunitas lain untuk mendukung program sekolah.

5.2. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 31 oktober 2025 di SMA Santo Petrus Medan. Adapun jumlah responden siswa kelas XI Tahun 2025 sebanyak 107 orang.



Hasil analisis univariat dan bivariat dalam penelitian ini tertera pada tabel berikut berdasarkan karakteristik data demografi manajemen waktu dan prokrastinasi akademik responden kelas XI di SMA Santo Petrus Medan dengan bivariat hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik, dengan rincian karakteristik responden sebagai berikut :

5.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Tabel 5.1. Distribusi Frekuensi dan persentase Responden Berdasarkan Data Demografi kelas XI SMA Santo Petrus Medan

Dari hasil penelitian distribusi frekuensi data demografi siswa sebanyak 107 responden kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025 akan dijelaskan pada tabel berikut.

Variabel	<i>f</i>	Persentase %
Umur		
15	7	6.5 %
16	86	80.4 %
17	13	12.1 %
19	1	.9 %
Total	107	100 %
Jenis Kelamin		
Laki-laki	57	53.3 %
Perempuan	50	46.7 %
Total	107	100 %
Kelas		
XI-1	38	35.3 %
XI-2	34	31.8 %
XI-3	35	32.7 %
Total	107	100%
Hobby		
B. Bola	38	35.5
Berenang	11	10.3
Bernyanyi	6	5.6
Badminton	5	4.7
Membaca	10	9.3



Healing	3	2.8
Menari	5	4.7
Menggambar	5	4.7
B. Game	6	5.6
B. Musik	5	4.7
Belajar	2	1.9
Menonton	4	3.7
Memasak	5	4.7
Tidur	1	.9
Memancing	1	.9
Total	107	100 %

Berdasarkan hasil tabel 5.2.1 menunjukkan bahwa data demografi umur tertinggi yaitu 16 sebanyak 86 orang (80.4%) dan jenis kelamin terbanyak yaitu laki-laki sebanyak 57 orang (53.5%), dan kelas dengan jumlah siswa terbanyak yaitu kelas XI-1 sebanyak 38 orang (35.3%) serta Hobby terbanyak 38 orang (35.5%).

5.2.2. Manajemen Waktu pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Tabel 5.2. Distribusi Frekuensi dan Persentase Manajemen Waktu pada Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan (n=107)

Manajemen Waktu	<i>f</i>	Persentase %
Tinggi	12	11.2
Sedang	95	88.8
Total	107	100 %

Tabel 5.2. menggambarkan tentang distribusi frekuensi serta presentase Manajemen waktu responden di SMA Santo Petrus Medan, dalam tabel tersebut menunjukkan bahwasanya yang paling tertinggi ialah manajemen waktu dengan kategori sedang yaitu sejumlah 95 orang (88.8%), dan jumlah sedang ialah

responden dengan manajemen waktu dengan kategori tinggi yakni sejumlah 12 orang (11.2%).

5.2.3. Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden Berdasarkan Prokrastinasi Akademik pada Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025. (n=107)

Prokrastinasi Akademik	f	Persentasi %
Ya	36	33.6
Tidak	71	66.4
Total	107	100 %

Tabel 5.3. distribusi frekuensi serta persentase prokrastinasi akademik responden pada kelas XI di SMA Santo Petrus Medan menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami prokrastinasi akademik, yaitu sebanyak 71 responden (66.4%) sementara itu, responden yang mengalami prokrastinasi akademik berjumlah 36 orang (33.6%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025 berada pada kategori tidak mengalami prokrastinasi akademik.

5.2.4 Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Tabel 5.4. Distribusi Frekuensi dan persentase Responden Berdasarkan Data Hubungan Manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan.

Prokrastinasi Akademik							
Manajemen Waktu	Ya		Tidak		TOTAL		<i>P_Value</i>
	f	%	f	%	f	%	
Tinggi	1	8.3%	11	91.7%	12	11.2	0,057
Sedang	35	36.8%	60	63.2%	95	88.8	

TOTAL	36	33.6%	71	66.4%	107	100%
--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	------------	-------------

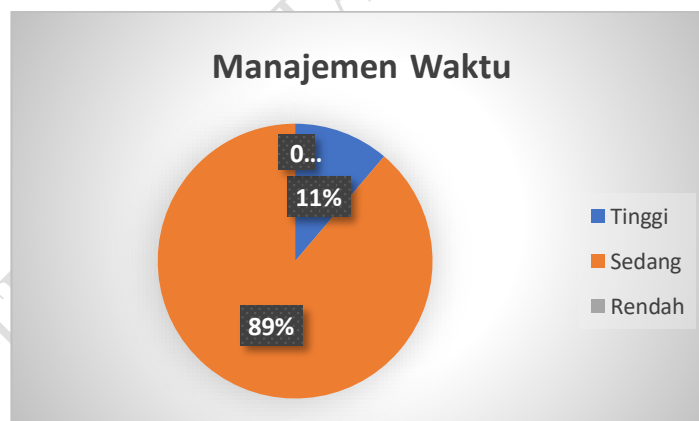
Tabel 5.4. menunjukkan bahwa Hubungan Manajemen waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan dari 107 responden terdapat 12 responden mempunyai manajemen waktu kategori tinggi dimana 1 responden (8.3%) mengalami prokrastinasi akademik dan 11 responden (91.7%) tidak mengalami prokrastinasi akademik.

dari 107 responden dengan manajemen waktu kategori sedang sebanyak 95 responden, terdapat 35 responden (36.8%) yang mengalami prokrastinasi akademik dan 60 responden (63.2%) yang tidak mengalami prorastinasi akademik.

Hasil uji statistik menggunakan uji fisher's exact Test didapatkan hasil p-value=0,057. Karena nilai p lebih besar dari α (0,05) maka disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan diantara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025.

5.3 Pembahasan

5.3.1 Manajemen waktu pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.



Berdasarkan penelitian ini telah dilakukan pada responden kelas XI SMA Santo Petrus Medan tahun 2025 menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada manajemen waktu dengan kategori sedang yaitu sebanyak 95 orang (88,8%) dari 107 responden.



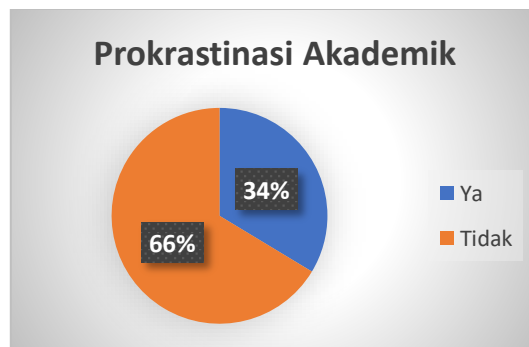
Menurut peneliti, kategori sedang mengindikasikan bahwa siswa sudah memiliki kemampuan dasar dalam merencanakan kegiatan, tetapi masih mengalami kesulitan dalam mempertahankan konsistensi, kedisiplinan. Hal ini wajar terjadi pada siswa usia remaja yang masih dalam proses belajar mengatur prioritas dan perencanaan jangka panjang. Namun asumsi peneliti, siswa memilih kategori sedang dikarenakan terdapat prosedur penjadwalan sekolah yang baik dari pihak sekolah, tampak dari kegiatan ekstrakurikuler yang tertera pada masing informasi yang diterapkan di SMA Santo Petrus Medan. Selain itu, peneliti juga melihat, hasil pengamatan selama penelitian berlangsung dalam pengumpul kuesioner dengan manajemen waktu yang cukup baik. Hal ini membuat siswa tampak mampu memanajemen waktunya meskipun tidak begitu optimal (siswa mampu menyelesaikan tugas namun tidak langsung menyelesaikannya secara terjadwal)

Pada penelitian (Man et al., 2024) pada siswa MAN 2 Kota Makassar yang melibatkan 208 siswa kelas X sebagai sampel, menemukan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang mencapai 173 siswa (83,2%). Dominasi kategori sedang dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengelola waktu pada siswa sekolah menengah Atas umumnya belum mencapai kategori tinggi, tetapi juga tidak sepenuhnya rendah. Dengan demikian, hasil penelitian ini mendukung temuan penelitian ini bahwa kategori sedang merupakan pola umum yang muncul pada remaja usia SMA/MA dalam mengelola waktu seperti kontrol diri belum berkembang optimal, disiplin waktu yang belum konsisten, penggunaan gadget yang berlebihan serta kebiasaan belajar yang belum terbentuk secara optimal. Akibatnya, siswa sudah mampu mengatur waktu, namun belum stabil.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Turnip & Yaldi, 2025) penelitian yang dilakukan terhadap siswa kelas XI di SMA 1 Muaro Jambi untuk memahami bagaimana mereka dalam mengelola waktu. Dari 35 siswa yang menjadi responden, mayoritas sebanyak 25 (71,4%) menyatakan bahwa mereka merasa tidak mampu mengelola waktu mereka dengan baik, dan 10 siswa (28,6%) dari total responden merasa mampu mengelola waktu mereka. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI SMA Muaro Jambi mengalami kesulitan dalam

mengatur dan mengelola waktu terutama pada usia 16-17 tahun yang berada pada masa perkembangan pencarian identitas dan penguatan disiplin diri.

5.3.2 Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan



Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori tidak melakukan prokrastinasi akademik, sebanyak 71 orang (66,4%) dan 36 responden (33,6%) berada pada kategori melakukan prokrastinasi akademik.

Menurut peneliti, rendahnya tingkat prokrastinasi ini dapat dipengaruhi adanya sistem pengawasan guru, rutinitas sekolah yang terstruktur, serta dorongan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Temuan ini menjelaskan bahwa walaupun beberapa siswa memiliki kecenderungan menunda tugas, namun mayoritas masih mampu menyelesaikan tugas sebelum tenggat waktu karena adanya tanggung jawab akademik dan tekanan lingkungan sekolah, meskipun tidak begitu tinggi namun masih terjadi prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti godaan untuk menghabiskan waktu di media sosial seperti bermain game online tampak saat pengamatan peneliti sebelum dan sesudah memulai penelitian, faktor lingkungan teman sebaya, atau kurangnya motivasi untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik tepat waktu.

Temuan ini serupa dengan (Warnisa & Rosita, 2024) pada siswa kelas XI SMAN 1 Batujajar dengan tingkat prokrastinasi akademik kategori sedang hingga rendah, yaitu 52 siswa (49 %) dari 107 responden pada kategori sedang, dipengaruhi



oleh pola pengawasan guru, sistem sekolah yang terstruktur, dan kebijakan pemberian tugas yang terjadwal, ini merupakan masalah yang relevan di kalangan siswa yang diteliti.

Penelitian (Tahsinia et al., 2024) juga mengemukakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa SMA pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh, dari 215 siswa terdapat 127 siswa (59,1%) yang mengalami prokrastinasi akademik dalam kategori sedang. Hal ini menyimpulkan bahwa sebagian besar siswa tetap mampu menyelesaikan tugas meskipun cenderung menunda awalnya. Meskipun penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik namun penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik adalah fenomena yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti self-regulated learning, motivasi dorongan lingkungan, disiplin pribadi, dan pengawasan guru untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang prokrastinasi akademik.

5.3.3 Hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan.

Uji Statistik hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik menggunakan uji Fisher's Exact Test didapatkan hasil $p = 0,057$ ($p < 0,05$). Sehingga secara statistik tidak terdapat hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025.

Menurut peneliti, tidak adanya hubungan ini menunjukkan bahwa perilaku menunda tugas pada siswa tidak serta-merta dipengaruhi oleh seberapa baik mereka mengatur waktu. Banyak siswa memiliki manajemen waktu sedang namun tetap



tidak melakukan prokrastinasi karena faktor lain seperti: disiplin waktu penjadwalan yang diterapkan oleh sekolah contohnya disiplin piket perminggu, dan jadwal ekstrakurikuler yang di terapkan di SMA Santo Petrus Medan dan melakukan pendekatan refleksi mingguan singkat yang disisipkan sebelum memulai proses belajar tujuannya agar siswa menyadari dan mengontrol perilaku belajarnya, Hal ini yang menyebabkan p-value tidak signifikan. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Santo Petrus Medan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik ($p = 0,057$). Temuan ini sejalan dengan penelitian bahwa prokrastinasi bukan hanya dipengaruhi oleh manajemen waktu, namun juga berbagai faktor internal dan eksternal lainnya yang lebih dominan, maka di perlukan kajian lebih lanjut dengan mempertimbangkan variabel lain atau menggunakan desain penelitian yang berbeda. (Journal et al., 2024) mengemukakan bahwa kemampuan manajemen waktu tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik dengan sampelnya. Dalam penelitian tersebut, individu dengan kemampuan mengatur waktu yang baik tetap menunjukkan kecenderungan menunda tugas, sehingga peneliti menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti kecemasan, motivasi, dan regulasi diri.

Temuan ini menegaskan bahwa manajemen waktu bukan satu-satunya penentu perilaku prokrastinasi akademik, sehingga hubungan keduanya tidak selalu linear atau langsung. Faktor-faktor ini seringkali memiliki kontribusi lebih besar daripada kemampuan mengatur waktu. Temuan ini mendukung hasil penelitian, dimana sebagian siswa tetap tidak mengalami prokrastinasi meskipun kemampuan manajemen waktunya hanya berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku menunda tugas lebih berkaitan dengan aspek emosional dan psikologi daripada teknis pengolahan waktu.

Selain faktor psikologis, lingkungan sekolah juga memberi pengaruh yang kuat. SMA Santo Petrus Medan dikenal memiliki sistem pengawasan belajar yang



cukup ketat serta budaya akademik kompetitif. Kondisi tersebut membuat siswa menyelesaikan tugas tepat waktu. Meskipun kemampuan manajemen waktu mereka hanya berada pada kategori sedang. Hal ini membuat hasil penelitian menjadi selaras dengan teori yang menyatakan bahwa lingkungan dapat menurunkan prokrastinasi meski manajemen waktu tidak optimal. Dengan demikian, hasil penelitian ini konsisten dengan teori bahwa prokrastinasi akademik adalah fenomena multifaktorial seperti : faktor lingkungan, kurangnya motivasi, dan teman sebaya, dan tidak dapat dijelaskan hanya oleh manajemen waktu.

Akan tetapi, Beberapa penelitian (Silalahi & Saragih, 2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas X SMK Negeri 6 Medan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin baik manajemen waktu siswa, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik mereka. Dengan demikian, hasil ini menjadi temuan kontra terhadap penelitian saya, karena menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, sementara penelitian saya tidak menemukan hubungan sehingga penelitian tersebut menjadi salah satu acuan kontra dalam penelitian ini.

Penelitian (Putri et al., 2022) juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan yang positif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Dalam penelitian ini, ditemukan sampel 205 siswa dengan populasi siswa kelas X SMK Negeri 9 Padang adalah 418 orang. Ini berarti bahwa semakin baik manajemen waktu seorang siswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda-nunda tugas atau pekerjaan akademiknya. Sebaliknya, siswa dengan manajemen waktu yang kurang baik cenderung lebih tinggi prokrastinasi akademiknya. Temuan ini mengindikasikan, pentingnya keterampilan memanajemen waktu sehingga mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dikalangan siswa. Selain itu, penelitian ini juga menyoroti peran penting guru bimbingan dan konseling (BK) dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang baik.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian (Sofiyanti et al., 2023) yang dilatarbelakangi oleh fenomena siswa kelas X yang sering menunda tugas sekolah



seperti, PR, datang terlambat, dan pengaruh gadget, berdasarkan angket dan wawancara di SMA Teuku Umar Semarang. Penelitian ini menemukan hubungan signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Hubungan ini bersifat positif, artinya manajemen waktu yang lebih baik menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. Kontribusi manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mencapai 62%, menunjukkan relevansi yang tinggi meskipun ada faktor lain (38%) yang mempengaruhi.

Karena pada penelitian ini hasil $p = 0,057$, sangat borderline dengan 0,05 artinya hubungan hampir ada, tapi tidak signifikan karena:

Pengaruh lingkungan sekolah yang ketat/disiplin, sistem pengawasan guru, siswa terbiasa menyelesaikan tugas dekat deadline tapi tetap selesai, faktor motivasi lebih kuat daripada manajemen waktu, faktor identitas remaja dan perkembangan psikologi, scoring kategori manajemen waktu terlalu banyak dikategori sedang, dan yang menjadi keterbatasan penelitian yaitu faktor lain yang tidak diukur seperti, motivasi, disiplin diri, dukungan keluarga, stres, dan lain-lain. Hal inilah yang membuat siswa tetap menyelesaikan tugas meskipun waktunya tidak optimal.



BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data tentang manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025 maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

1. Manajemen waktu pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan tahun 2025 sebagian besar pada kategori sedang yaitu 95 orang (88,8%), serta 12 orang (11,2%) memilih kategori tinggi.
2. Berdasarkan pada hasil penelitian yang didapatkan dari 107 responden yang paling tinggi yaitu pada kategori tidak yakni sebanyak 71 orang (66,4%). Sementara dalam kategori ya sejumlah 36 orang (33,6%).
3. Hasil uji statistik yang diperoleh dari 107 responden memakai Fishert's exact test diperoleh $p\text{-value} = 0,057$. menunjukkan tidak terdapat korelasi diantara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan, maka disarankan kepada :

1. Bagi Siswa SMA Santo Petrus Medan

Siswa diharapkan mampu meningkatkan kemampuan mengelola waktu dengan menyusun jadwal belajar, menentukan prioritas tugas, dan mengurangi aktivitas yang mengganggu seperti penggunaan media sosial berlebihan. Selain itu, siswa diharapkan mampu mempraktikkan strategi time management seperti *to-do list*, *study planning*, dan pembagian tugas menjadi bagian kecil agar mudah dikerjakan sehingga dapat mengurangi resiko stres dan keterlambatan dalam penyelesaian tugas akademik.



2. Bagi Institusi pendidikan STIKes Santa Elisabeth Medan

Menyelenggarakan program yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang manajemen waktu dan prokrastinasi akademik sekaligus sumber informasi untuk mengambil langkah/metode seperti: penerapan pelaksanaan sesi penguatan peran pembimbing akademik melalui pertemuan rutin guna meminimalkan prokrastinasi akademik di kalangan siswa untuk mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang efektif.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Manajemen waktu memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik namun masih terdapat faktor-faktor lain yang memengaruhi tingkat prokrastinasi akademik seperti konsep diri, regulasi diri, pola asuh orang Tua, lingkungan belajar, kecanduan gadget, stres akademik, time management dan lain sebagainya. Selain itu, peneliti dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti studi untuk melihat hubungan sebab-akibat antara variabel-variabel yang diteliti.

Daftar Pustaka

- Amandari, R., Soesilo, T. D., Windrawanto, Y., Kristen, U., Wacana, S., Kristen, U., Wacana, S., Kristen, U., & Wacana, S. (2025). *PENGARUH MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK KELAS XI SMK NEGERI 3*. 10(1), 48–55.
- BAWAMENEWI, A., WARUWU, T., DEWIANAWATI, D., AFIFAH, S., TAKDIR, N., SELIA, A. K. W., YUMELKING, M., RUSMAYANI, N. G. A. L., ALINDAI, M., FR, D. A., DEWI, K. A. K., WARUWU, Y., HAREFA, A. R., & JANGGO, W. O. (2023). *MICROTEACHUNG* (M. S. Dr. Miko Wardana, S. T. (ed.)). INTELEKTUAL MANIFES MEDIA.
- Dr. Arbin Janu Setiyowati, S.Pd., M. P., Dr.Indriyani Rachnawati, S. Pd., M. P., & Riskiyana Prihatiningsih, S.Pd., M. P. (2021). *academic burnout SISWA DAN IMPLIKASINYA TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH*.
- Dr.Widodo Winarso, M. P. I. (2023). *Mengelola prokrastinasi akademik (pendekatan psikoedukasi berbasis religiositas)*. Jejak Pustaka.
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 32–43.
- Finanto, M., Bangun, A., & Sovranita, D. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(22), 575–582.
- Henny Syapitri, S.Kep., Ns., M. K., Ns.Amila, M.Kep, S. K. M., & Juneris Aritonang, SST., M. K. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (A. H. Nadana (ed.)). Ahlimedia Press.
- Journal, I. G., Rahayu, R. P., Ratih, A., Putri, S., Putri, M., & Procrastination, A. (2024). *HUBUNGAN KECEMASAN DAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA*. 2, 10–14.
- Khairani, M. (2020). Hubungan motivasi berprestasi dan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. *Universitas Medan Area*.
- Lusiana, E. D., & Mahmudi, M. (2020). *Teori dan praktik ANALISIS DATA UNIVARIAT DENGAN PAST*. UB Press.
- Man, S., Makassar, K., Sabara, A. K., Alwi, M. A., & Halima, A. (2024). 2023 *Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Pengaruh Manajemen Waktu*

terhadap Prokrastinasi Akademik Kurikulum 2023 Madani : Jurnal Ilmiah Multidisipliner. 2(1), 100–106.

Munawwaroh, N., Indreswari, H., & Hotifah, Y. (2022). Analisis Hubungan Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 7(2), 108–118.

Muyana, S., & Dahlan, U. A. (2018). *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling*. 8(1), 45–52.

Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian Ilmu Keperawatan* (5th ed.). Salemba Medika.

Nursalam. (2022). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (5th ed.). Salemba Medika.

Penurunan, U., Akademik, P., Melalui, S., Management, P. T., Halleyda, N., Fitriah, S. S., Motik, G. A., & Satria, Y. (2022). Article Info. *Jurnal Warta LPM*, 25(4), 536–545.

Prof. Dr. Mutalazimah, S.KM., M. K. (2025). *METODE PENELITIAN KESEHATAN*. Muhammadiyah University Press.

Putri, N. S., Syahril, Y. F., & Habibaturrahmah, H. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Negeri 9 Padang. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Sosial Budaya*, 1(2), 380–384.

Reswita. (2025). Hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 25–32.

Sarasija, L. N. A. S., Nariswari, A. A., Dewanggana, D. A., Arghita, V. A., Patty, T. S. W., & Tjahjono, H. (2021). Psikoedukasi “Pepro” Untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Dengan Menggunakan Manajemen Waktu Pada Siswa Siswi Smp Dan Sma/Smk. *Psikologi Konseling*, 18(1), 922.

Sena Wahyu Purwanza, S.Kep., Ners., M. K., Dr. (Cand) Aditya Wardhana, S.E., M.M., M. S., Ainul Mufidah, S.Kep., Ns., M. K., Yuniarti Reny Renggo, S.Kom., M. S., Adrianus Kabubu Hudang, S.E., M. S., Dr. Jan Setiawan, S. S. M. S., Darwin, S.E., M., Dr. Atik Badi'ah, S.Pd., S.Kp., M. K., Siskha Putri Sayekti, S.Ag., M. S., Maya Fadlilah, S.Kep., Ns., M. K., Dr. Rambu Luba Kata Respati Nugrohowardhani, S.E., M. ., Dr. Amruddin, S.Pt., M.Pd., M. S., Dr. Gazi Saloom. S.Psi., M. S., Tati Hardiyani, S.Kep., Ns., M. K., Santalia Banne Tondok, S.Kep., Ns., M.

- K., Retno Dewi Prisusanti, S.ST., M., & Dr. Rasinus, M.Th., M. P. (2022). *METODOLOGI PENEITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF DAN KOMBINASI*. PENERBIT MEDIA SAINS INDONESIA (CV. MEDIA SAINS INDONESIA) Melong Asih Regency B40 Cijerah Kota Bandung Jawa Barat.
- Silalahi, N. B., & Saragih, N. A. (2022). ALACRITY : Journal Of Education. *Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 6 Medan Tahun 2021-2022*, 2(2), 78–84.
- Siswa, P., Xi, K., Di, I. P. S., & Rengat, S. (2020). *GAMBARAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI IPS DI SMAN 1 RENGAT*. 8(2), 56.
- Sofiyanti, C., Rakhmawati, D., & Ismah. (2023). Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X SMA Teuku Umar Semarang. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(September), 70–82.
- Studi, P., Islam, P., Ushuluddin, F., Dan, A., Islam, U., & Mahmud, N. (2025). *HUBUNGAN ANTARA KHAUF DAN RAJA ' DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA DI SMA N 1 SUNGAI TARAB KABUPATEN TANAH DATAR THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR AND HOPE WITH ACADEMIC PROCRASTINATION OF HIGH SCHOOL STUDENTS 1 SUNGAI TARAB TANAH DATAR DISTRICT*.
- Tahsinia, J., Irwandi, D., Sholihat, R. N., & Nuraida, F. (2024). *HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA PADA PELAJARAN*. 5(5), 754–767.
- Tri, T. (2023). *Mengatur Jadwal Agar Lebih Efisien Motivasi Manajemen Waktu Yang Baik*.
- Turnip, P. T., & Yaldi, D. (2025). *Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi*. 3(4), 1069–1076.
- Wardani Ritonga, J. U., Nurhayani, N., & Khairuddin, K. (2024). Upaya Pengurangan Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Individu di SMA Negeri 2 Rantau Selatan Kabupaten Labuhanbatu. *Pema (Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 4(1), 25–35.
- Warnisa, N. I., & Rosita, T. (2024). *Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Siliwangi*. 7(4), 337–345.
- Widiasavitri, P. N. (2023). Jurnal ilmiah psikologi insani. *Jurnal Ilmiah*



Psikologi, 7(1), 60–79.

LAMPIRAN









Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3.879 ^a	1	.049		
Continuity Correction ^b	2.707	1	.100		
Likelihood Ratio	4.747	1	.029		
Fisher's Exact Test				.057	.042
Linear-by-Linear Association	3.842	1	.050		
N of Valid Cases	107				

a. 1 cells (25,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4,04.

b. Computed only for a 2x2 table

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
ManajemenWaktu *	107	100.0%	0	0.0%	107	100.0%
ProkrastinasiAkademik						



ManajemenWaktu * ProkrastinasiAkademik Crosstabulation

		ProkrastinasiAkademik		
		Tidak	Ya	Total
ManajemenWaktu 2.00	Count	60	35	95
	Expected Count	63.0	32.0	95.0
	% within	63.2%	36.8%	100.0%
	ManajemenWaktu			
	% within	84.5%	97.2%	88.8%
	ProkrastinasiAkademik			
	% of Total	56.1%	32.7%	88.8%
3.00	Count	11	1	12
	Expected Count	8.0	4.0	12.0
	% within	91.7%	8.3%	100.0%
	ManajemenWaktu			
	% within	15.5%	2.8%	11.2%
	ProkrastinasiAkademik			
	% of Total	10.3%	0.9%	11.2%
Total	Count	71	36	107
	Expected Count	71.0	36.0	107.0
	% within	66.4%	33.6%	100.0%
	ManajemenWaktu			
	% within	100.0%	100.0%	100.0%
	ProkrastinasiAkademik			
	% of Total	66.4%	33.6%	100.0%



UMUR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	7	6.5	6.5	6.5
	16	86	80.4	80.4	86.9
	17	13	12.1	12.1	99.1
	19	1	.9	.9	100.0
	Total	107	100.0	100.0	

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	LAKI-LAKI	57	53.3	53.3	53.3
	PEREMPUAN	50	46.7	46.7	100.0
	Total	107	100.0	100.0	

KELAS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	XI-1	38	35.5	35.5	35.5
	XI-2	34	31.8	31.8	67.3
	XI-3	35	32.7	32.7	100.0
	Total	107	100.0	100.0	





HOBBY

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	B. Bola	38	35.5	35.5	35.5
	Berenang	11	10.3	10.3	45.8
	Bernyanyi	6	5.6	5.6	51.4
	Badminton	5	4.7	4.7	56.1
	Membaca	10	9.3	9.3	65.4
	Healing	3	2.8	2.8	68.2
	Menari	5	4.7	4.7	72.9
	Menggambar	5	4.7	4.7	77.6
	B. Game	6	5.6	5.6	83.2
	B. Musik	5	4.7	4.7	87.9
	Belajar	2	1.9	1.9	89.7
	Menonton	4	3.7	3.7	93.5
	Memasak	5	4.7	4.7	98.1
	Tidur	1	.9	.9	99.1
	15	1	.9	.9	100.0
Total		107	100.0	100.0	



USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : Lidia Kensari
2. NIM : 032022071
3. Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan
4. Judul : HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI DI SMA SANTO PETRUS MEDAN TAHUN 2025
5. Tim Pembimbing :

Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing I	Friska S.H.Ginting, S.Kep., Ns., M.Kep	
Pembimbing II	Murni S.D.Simanullang, S.Kep., Ns., M.Kep	

6. Rekomendasi :
7. Dapat diterima Judul : Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025 yang tercantum dalam usulan judul proposal di atas
 - a. Lokasi Penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif
 - b. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah
 - c. Tim Pembimbing dan Mahasiswa diwajibkan menggunakan Buku Panduan Penulisan Proposal Penelitian dan Skripsi, dan ketentuan khusus tentang Proposal yang terlampir dalam surat ini

Medan, 24 Agustus 2025

Ketua Program Studi Ners



Lindawati Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep

TSEL 4G 09.50 3%



kepada mikhealle ▾

Selamat Pagi kak
Maaf mengganggu waktunya,
Saya Lidia dari STIKes Santa Elisabeth
Izin kebetulan saya lihat judul penelitian kaka di
Internet sama dengan penelitian saya ,



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SANTA ELISABETH MEDAN**

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509, Whatsapp : 0813 7678 2565 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 18 September 2025

Nomor : 1300/STIKes/SMA-Penelitian/IX/2025

Lamp. : -

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.:

Kepala Sekolah SMA Santo Petrus Medan

di-

Tempat.

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian studi pada Prodi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini, yaitu:

No	Nama	NIM	Judul
1	Lidia Kensari	032022071	Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.



Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip



YAYASAN PERGURUAN KATOLIK DON BOSCO KAM
SMA SWASTA ST. PETRUS MEDAN

JL. Luku 1 No. 1 Medan 20146 Telp. (061) 4240-5166, HP. 0813 7691 2061
Email : smastpetrus@gmail.com Website : www.smastpetrusmedan.sch.id

No : 696/P.10/SMA.SP/X/2025

Medan, 24 Oktober 2025

Lamp : -

Hal : Surat Izin Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth:
Wakil Dekan Bidang Akademik
Ibu Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Di Tempat

Dengan hormat,

Membalas isi surat Ibu No. 1300/STIKes/SMA-Penelitian/IX/2025 tertanggal 18 September 2025, perihal izin melaksanakan Penelitian Kepada Mahasiswa Program Studi S1-Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan dengan nama sebagai berikut :

NO	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1	Lidia Kensari	032022071	Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Maka dengan ini kami sampaikan bahwa SMA Swasta St. Petrus Medan memberikan Izin kepada nama tersebut di atas untuk melaksanakan penelitian dalam rangka memenuhi persyaratan penyusunan skripsi dengan judul sesuai dengan tabel, terhitung pada tanggal 31 Oktober 2025 dan selama tidak mengganggu pelaksanaan Operasional dan Pelaksanaan Belajar Mengajar di SMA Swasta St. Petrus Medan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan Kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.



Kepala SMA St. Petrus Medan

Mangantar Simbolon, S.Si



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
No. 131/KEPK-SE/PE-DT/IX/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Lidia Kensari
Principal In Investigator

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan
Name of the Institution

Dengan Judul:
Title

**"Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI
Di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 19 September 2025 sampai dengan tanggal 19 September 2026.

This declaration of ethics applies during the period September 19, 2025 until September 19, 2026.



Mestiana Br. Karo, M.Kep. DNSc.



**YAYASAN PERGURUAN KATOLIK DON BOSCO KAM
SMA SWASTA ST. PETRUS MEDAN**

Jl. Luku 1 No. 1 Medan 20146 Telp. (061) 4240-5166, HP. 0813 7691 2061
Email : smastpetrus@gmail.com Website : www.smastpetrusmedan.sch.id

SURAT KETERANGAN
725/P.16/SMA.SP/XII/2025

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Mangantar Simbolon, S.Si**
Jabatan : **Kepala SMA St. Petrus Medan**

Menerangkan bahwa :

Nama : **Lidia Kensari**
NIM : **032022071**
Jurusan/Program Studi : **S1-Keperawatan**

BENAR telah melakukan penelitian di SMA St. Petrus Medan pada hari Jumat, 31 Oktober 2025 guna pengambilan data sebagai bahan yang diperlukan dalam penyusunan tugas akhir di Program Studi S1-Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan dengan judul penelitian: **"Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025"**.

Demikian surat ini kami perbuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 02 Desember 2025

Kepala SMA St. Petrus Medan



[Signature]
Mangantar Simbolon, S.Si



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Lidia kensari

NIM : 032022071

Judul : Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi
Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan
Tahun 2025

Nama Pembimbing I : Friska Sri Handayani Ginting S.Kep., Ns., M.Kep

Nama Pembimbing II : Murni Sari Dewi Simanullang S.Kep., Ns., M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB 1	PEMB2
1.	3-5 dan 6 28/November 2025	Murni Sari Dewi Simanullang S.Kep., Ns., M.Kep.	Bab 5 dan 6 lokasi, tabel dan pembahasan, simpulan dan saran masih perlu ditambahi		
2.	Senin/1-Desem- ber-2025	Friska Sri Handayani Ginting. S.Kep., Ns., M.Kep	Pembahasan berupa kues responden, Pembahasan Kritis/ur Penjelasan pada tabel.		




3.	Selasa, 02/Desember 2015.	Murni Sari Dewi Simanullang. S.kep. N.s. M.kep.	- Narasi tabel - Perbaikan heading Manajemen waktu dengan prioritas akademik. - Pembahasan		kg
4.	Rabu, 3- Desember 2015	Friska B.H. Ginting S.kep. N.s. M.kep	- Tabel 2 Variabel - Pembahasan + penambahan isi lokasi		kg
5	Jumat, 5/Desember/2015	Friska S.H. Ginting S.kep. N.s. M.kep	- Pembahasan + Penambahan Narasi tabel - Perbaikan Kalimat di skripsi		kg
6.	Jumat, 5/Desember/2015	Murni S.D. Simanullang. S.kep. N.s. M.kep.	- Pembahasan - Tujuan khusus. - Perbaikan Narasi hanya yang Ekstrem pada tabel,		kg



7	8 - Desember 2025.	Friska Sri. H. Ginting. S.kep.N.s.M.kep	→ Narasi hubungan kedua Variabel → Pembahasan.	1/10	
8	6 - Desember 2025	Murni Sari. Dewi. Simanullang S.kep.N.s.M.kep	→ Perbaiki Bab. 5 → Penambahan jurnal dan pro & kontra jika tidak banyak jurnal. → Perbaiki Abstrak sesuai buku pedoman.	1/10	
9	8 - Desember 2025.	Friska Sri. H. Ginting. S.kep.N.s.M.kep	→ Pembahasan Manajemen waktu dan produktivitas Akademik. → menjelaskan Opini dengan benar.	1/10	



 **Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan**




1

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan

BIMBINGAN REVISI SKRIPSI

Nama Masiswa : Lidia Kensari
NIM : 032022071
Judul : Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025

Nama Penguji 1 : Friska Sri Handayani Ginting, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Penguji 2 : Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Penguji 3 : Rotua Elvina Pakpahan, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBAHASAN	PARAF		
			PENG 1	PENG 2	PENG 3
1.	Selasa 16/Desember 2025.	- Penulisan abstrak - Sesuai dengan judul. Aca.			
2.	Rabu 17/Desember 2025.	- Perbaikan jumlah sampel pada abstrak. Aca.			
3		- Jumlah sampel - Penulisan tidak begitu optimal pada pembahasan - Aca Perisi			

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



Dipindai dengan CamScanner



2

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

4.	Komis / 18 - Desember 2025.	- Translate Abstrak. - Amendo / Sinaga	Acc. Abstrak.			
5.	Jum'at. 19 - Desember 2025.	Dr. Lilis Nouridarum Kep. N.S. M. Kep. Uji Turnitin				

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



Digindai dengan CamScanner



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,
Calon responden Penelitian
Di
SMA Santo Petrus Medan

Dengan hormat,
Dengan perantaraan surat ini saya yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : Lidia Kensari
NIM : 032022071
Alamat : Jln. Bungan Terompet Pasar VIII No. 118 Kel. Sempakata,
Kec. Medan Selayang.

Mahasiswa Program Studi Ners Tahap Akademik yang sedang mengadakan penelitian yang berjudul "Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025". Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti tidak akan menimbulkan kerugian terhadap calon responden, segala informasi yang diberikan oleh responden kepada peneliti akan tetap dijaga kerahasiaannya, dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Peneliti sangat mengharapkan kesediaan individu untuk menjadi responden dalam penelitian ini tanpa adanya ancaman dan paksaan.

Apabila saudara/ i yang menjadi responden dalam penelitian ini, peneliti memohon kesediaan responden untuk menandatangani surat persetujuan untuk menjadi responden dan bersedia untuk memberikan informasi yang dibutuhkan peneliti guna pelaksanaan penelitian. Atas perhatian dan kerjasamanya dari seluruh pihak, saya mengucapkan banyak terima kasih.

Hormat saya,

Lidia Kensari



INFORMED CONSENT

(Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama inisial :
Umur :
Jenis kelamin :
Kelas :
Hobby :

Menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang akan dilakukan oleh Mahasiswa/i Program Studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan, atas nama Lidia Kensari Hutagalung, dengan judul: “Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2025”. Saya sangat memahami bahwa partisipasi saya bersifat sukarela, tidak ada paksaan dari pihak mana pun, dan data saya akan dijaga kerahasiaannya serta hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu saya bersedia menjadi responden pada penelitian.

Peneliti

Medan, 2025

(Lidia Kensari)

Responden



ANGKET MANAJEMEN WAKTU

Pernyataan

NO	PERNYATAAN	JAWABAN		
		SS	S	TS
1	Saya membuat jadwal kegiatan yang akan saya lakukan/kerjakan setiap hari.			
2	Saya dapat menyelesaikan pekerjaan tepat pada waktunya.			
3	Saya terbiasa memeriksa apakah saya memiliki tugas atau tidak setiap hari.			
4	Saya tidak terbiasa mengikuti jadwal kegiatan yang telah saya buat.			
5	Saya menjalani kegiatan sehari-hari tanpa ada jadwal yang saya buat sebelumnya.			
6	Saya menyusun jadwal kegiatan ke depan berdasarkan kegiatan saya sebelumnya yang belum terlaksana.			
7	Saya terbiasa membuat catatan kegiatan apa yang saya lakukan hari ini untuk dilihat kembali besok.			
8	Saya sering mengisi Waktu luang dengan berkomunikasi bersama teman di media sosial.			
9	Saya merasa terbebani dengan jadwal yang telah saya buat			
10	Saya terbiasa melakukan kegiatan di luar jadwal yang telah saya buat			
11	Saya mengetahui tujuan yang akan dicapai dalam setiap kegiatan yang saya lakukan			
12	Saya merasa menyesal jika saya tidak mengerjakan kegiatan sesuai jadwal.			
13	Saya melakukan segala sesuatu begitu saja tanpa ada tujuan yang harus saya capai.			
14	Saya belum bisa menggunakan waktu dengan baik untuk mencapai tujuan yang saya inginkan			
15	Saya mengetahui apa yang menjadi tujuan saya setelah lulus sekolah			



16	Saya hanya akan melakukan kegiatan yang bermanfaat untuk mendukung aktivitas disekolah			
17	Saya tidak akan melakukan kegiatan yang saya anggap tidak bermanfaat			
18	Saya mengalami kesulitan dalam menemukan kegiatan mana yang akan saya kerjakan terlebih dahulu			
19	Saya mengutamakan tugas sekolah			
20	Saya memilih untuk mengerjakan tugas sekolah walaupun ada ajakan chatting di media sosial			
21	Saya tidak pernah membuat jadwal kapan saya harus mengerjakan tugas sekolah			
22	Saya Berhenti mengerjakan tugas sekolah ketika menemui kesulitan lalu memilih mengakses media sosial			
23	Saya terbiasa menjadwalkan setiap kegiatan yang akan saya lakukan			
24	Saya membuat jadwal kapan saya harus mengerjakan tugas sekolah			
25	Saya paham bahwa tugas sekolah hal yang sangat penting untuk diselesaikan terlebih dahulu			
26	Kegiatan yang saya lakukan tidak sesuai dengan jadwal yang ada			
27	Saya kurang bersemangat mengerjakan tugas sekolah bila belum mengakses media sosial			
28	Saya melakukan Kegiatan yang tidak sesuai dengan jadwal yang saya buat			
29	Saya sering mengisi waktu saya untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah			
30	Saya menghabiskan waktu bersantai dengan aktif di media sosial			
31	Saya lakukan kegiatan setiap hari berdasarkan jadwal yang telah saya buat sebelumnya			
32	Saya melakukan kegiatan berdasarkan kebutuhan saya hari itu			
33	Saya merasa hidup saya terkekang jika saya harus membuat jadwal kegiatan setiap hari			
34	Saya menghabiskan waktu dengan bersantai tanpa melihat jadwal atau agenda			
35	Saya lebih memilih melakukan jadwal kegiatan yang telah saya buat daripada aktif di media sosial			



36	Saya lebih memilih aktif di media sosial daripada mencari bahan-bahan untuk membantu tugas saya			
37	Saya sudah menentukan kegiatan yang akan saya lakukan esok hari			
38	Saya dapat menentukan mana kegiatan yang lebih penting apabila kegiatan itu berjalan dengan waktu bersamaan			
39	Saya merasa nyaman dengan kegiatan-kegiatan yang saya jalani setiap hari karena sesuai dengan target yang saya buat			
40	Saya mengaktifkan media sosial di waktu senggang saya			

ANGKET PROKRASTINASI AKADEMIK

Pertanyaan

No	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mulai mengerjakan tugas apabila waktu pengumpulan tugas sudah semakin dekat				
2.	Saya mulai mengerjakan tugas ketika sudah diberikan teguran				
3.	Saya merasa malas mengerjakan tugas sekolah, karena pengumpulannya cukup lama				
4.	Saya enggan mengerjakan tugas yang diberikan, karena tugas yang diberikan terlalu sulit				
5.	Saya mengulur waktu untuk mulai mengerjakan tugas karena waktu pengumpulannya masi cukup lama				
6.	Saya tetap berusaha mengerjakan tugas yang sulit, agar cepat selesai				
7.	Saya segera mengerjakan tugas yang diberikan ketika pulang dari sekolah				
8.	Saya selalu belajar dari jauh-jauh hari untuk menghadapi ujian				
9.	Saya tetap mengerjakan tugas walaupun waktu pengumpulannya masih cukup lama				
10.	Saya sangat bersemangat untuk segera menyelesaikan tugas yang diberikan				
11.	Saya merasa kurang percaya diri untuk menyelesaikan tugas yang diberikan				
12.	Saya merasa malu untuk menanyakan tugas yang tidak saya pahami				
13.	Saya membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugas sekolah, dibanding teman-teman yang lain				
14.	Saya banyak membuang waktu untuk mempersiapkan hal-hal secara berlebihan dalam mengerjakan tugas				
15.	Saya selalu tergoda untuk bermain game selama beberapa jam saat mengerjakan tugas				
16.	Saya menyelesaikan latihan yang diberikan sebelum waktu yang diberikan habis				
17.	Saya senang apa bila tugas yang diberikan dapat selesai tepat waktu				



18.	Saya tetap menyelesaikan tugas sekolah dengan baik, meskipun sedang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler				
19.	Saya selalu mengerjakan tugas tepat waktu, karena itu merupakan kebiasaan saya				
20.	Saya mengumpulkan tugas yang telah selesai dikerjakan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan				
21.	Saya membutuhkan waktu yang lebih lama dari rencana untuk mengerjakan tugas				
22.	Saya kesulitan untuk mematuhi jadwal belajar yang telah saya buat				
23.	Saya sudah menentukan waktu untuk mulai mengerjakan tugas tetapi pada kenyataannya saya mengerjakan tugas tidak sesuai dengan rencana				
24.	Saya menunda untuk mulai belajar sesuai dengan waktu yang telah ditentukan				
25.	Saya terlambat menyelesaikan tugas tepat waktu akibat tidak melaksanakan rencana yang telah dibuat				
26.	Saya mengerjakan tugas secara bertahap sesuai jadwal				
27.	Saya memiliki banyak waktu luang untuk mengerjakan tugas lainnya, karena tugas sebelumnya selesai sesuai rencana				
28.	Saya mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan rencana yang telah dibuat				
29.	Saya tetap mengerjakan tugas sesuai rencana walaupun dibujuk untuk bermain oleh teman-teman				
30.	Saya selalu mematuhi jadwal yang telah saya buat untuk mengertjakan tugas				
31.	Saya lebih tertarik menonton TV dibandingkan dengan membaca buku				
32.	Saya lebih sering ngobrol dengan teman ketika mengerjakan tugas kelompok				
33.	Saya sering lupa mengerjakan tugas sekolah ketika bermain dengan teman-teman				
34.	Saya lebih memilih untuk bermain terlebih dahulu baru kemudian mengerjakan tugas sekolah				
35.	Saya lebih senang jalan-jalan daripada belajar				
36.	Saya bermain dengan teman-teman setelah semua tugas selesai dikerjakan				
37.	Saya akan mematikan TV saat belajar				



38.	Saya memanfaatkan waktu luang untuk membaca buku				
39.	Saya sering melewatkan menonton acara hiburan di TV karena terlalu asik belajar				
40.	Saya lebih senang membaca buku dibandingkan dengan mengobrol dengan teman di kelas				

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



MASTER DATA

Manajemen Waktu

1	Nama	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10	M11	M12	M13	M14	M15	M16	M17	M18	M19	M20	M21	M22	M23	M24	M25	M26	M27	M28	M29	M30	M31	M32	M33	M34	M35	M36	M37	M38	M39	M40	HASIL			
2	An. J	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	4	3	1	4	3	1	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	98		
3	An. Ji	4	4	3	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	1	4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4	2	2	2	4	4	4	2	3	4	3	3	3	2	115		
4	An.Lu	3	3	4	2	2	3	4	3	3	2	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	101	
5	An.K	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	4	2	1	2	3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	96		
6	An. Jh	2	2	3	3	1	3	2	3	2	1	3	4	3	2	4	1	4	1	2	3	1	3	1	1	4	4	2	1	1	2	4	4	2	2	1	2	2	1	2	2	4	2	107	
7	An. R	2	3	3	2	3	4	2	4	3	2	3	2	3	3	3	1	2	1	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	114	
8	An.L	3	4	3	3	1	4	3	4	3	1	4	4	2	2	4	4	2	1	3	4	3	2	3	2	4	3	3	2	4	2	1	4	3	1	4	4	3	4	3	3	3	1	107	
9	An. T	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	108	
10	An. M	3	2	3	3	2	2	2	3	1	1	3	4	3	2	4	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	3	2	101		
11	An. R	2	2	2	2	2	2	4	2	1	3	2	4	2	4	2	2	1	2	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	4	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	99		
12	An. Je	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	117		
13	An. E	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	106		
14	An. D	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	4	2	4	3	1	2	4	3	2	4	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	121	
15	An.Al	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	106	
16	An. R	4	4	3	2	3	2	4	2	2	2	3	3	1	3	2	2	3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	108	
17	An. B	3	4	4	3	3	4	3	3	1	2	3	1	3	2	4	3	1	1	4	3	3	2	2	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	1	115	
18	Nama	3	4	4	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	4	3	2	3	3	4	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	87	
19	An. J	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	4	2	3	3	1	3	1	1	2	2	4	2	3	1	4	2	1	4	2	4	2	2	3	2	3	2	3	3	2	104	
20	An. Ji	4	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	133		
21	An.Lu	3	3	2	3	3	2	4	1	2	3	4	2	2	2	4	1	2	3	3	3	1	3	3	3	3	4	1	3	2	2	4	1	4	3	3	2	3	3	3	3	1	104		
22	An.K	4	4	4	3	4	3	3	1	2	4	4	4	2	4	4	1	3	3	4	4	2	4	1	3	3	4	2	3	3	1	3	3	2	3	4	4	2	1	2	4	1	120		
23	An. Jh	3	2	4	2	2	4	2	3	2	1	3	1	4	2	4	3	3	3	4	4	2	1	3	4	4	4	3	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	121	
24	An. R	4	3	3	2	2	4	3	3	3	1	3	4	2	2	2	4	1	2	4	3	3	3	4	4	4	4	2	1	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	111
25	An.L	3	2	2	2	2	2	3	3	1	2	3	4	1	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	4	1	1	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	112	
26	An. T	4	2	3	3	2	2	4	4	3	1	3	4	2	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	4	4	3	1	1	2	3	1	4	2	3	1	4	3	1	4	4	4	2	114	
27	An. M	2	3	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	123	
28	An. R	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	3	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	87	
29	An. Je	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	104	
30	An. E	3	4	4	3	2	2	4	4	2	2	4	4	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	113	
31	An. D	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	1	123		

32	An. I	3	2	3	1	3	2	4	1	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	4	2	2	4	3	3	4	4	3	2	118	
33	An. J	3	2	3	1	3	2	4	1	3	3	4	4	3	3	4	1	1	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	117	
34	An. B	4	4	4	3	1	4	4	4	2	2	4	4	1	4	1	1	2	2	3	1	4	4	3	2	2	2	1	1	4	1	3	2	4	4	4	1	112	
35	An. G	3	3	3	1	1	2	2	4	1	2	4	1	3	4	4	1	1	2	2	4	3	1	4	4	1	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	1	108	
36	An. Jo	3	4	3	4	2	3	3	3	1	3	4	4	3	4	4	4	1	3	4	1	4	4	3	1	4	2	2	1	2	4	4	4	4	4	4	1	124	
37	An. R	3	4	3	4	3	4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	4	1	3	4	1	4	4	3	1	4	2	1	2	4	4	4	4	4	4	4	1	129	
38	An. El	4	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	117		
39	An. J	3	2	4	2	2	3	2	4	1	2	4	3	3	1	2	3	1	2	4	4	2	2	2	2	4	1	3	3	2	3	4	4	4	3	4	1	108	
40	An. De	3	3	4	2	2	3	4	1	2	3	4	3	4	2	3	3	1	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	3	1	4	3	4	4	4	2	123	
41	An. A	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	98		
42	An. N	3	3	4	3	1	3	1	3	1	3	3	3	4	2	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	4	3	4	2	1	2	3	3	3	4	4	2	109	
43	An. A	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	112		
44	An. D	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	110	
45	An. F	1	1	3	3	3	1	3	3	2	2	1	1	2	1	1	3	1	3	3	3	3	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	86	
46	An. M	3	3	3	2	2	3	2	4	2	3	3	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	107	
47	An. J	3	4	3	3	2	2	4	4	1	2	3	4	3	1	4	2	2	3	3	3	3	1	2	4	2	1	3	1	1	4	4	3	1	4	3	1	105	
48	An. M	3	4	4	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	3	1	3	4	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	111	
49	An. B	1	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	4	2	3	3	4	4	3	1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	101	
50	An. A	3	2	4	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113	
51	An. Da	2	4	3	3	2	4	3	3	1	2	3	4	2	1	3	3	1	2	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	97	
52	An. V	3	2	2	3	2	2	4	4	3	3	4	4	2	4	3	1	1	4	3	3	1	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	110
53	An. R	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	105	
54	An. A	3	4	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	4	4	3	1	4	4	2	1	2	2	4	2	1	3	3	3	1	2	2	3	3	3	1	101	
55	An. F	4	4	3	2	2	3	2	1	1	4	4	3	2	1	3	1	3	2	4	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	4	2	4	3	3	1	3	1	108
56	An. Sa	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	2	109	
57	An. F	2	3	3	2	1	2	2	3	3	1	3	2	2	1	4	4	1	1	3	4	3	2	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	105	
58	An. C	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	99	
59	An. C	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	103	
60	An. M	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	2	1	4	4	1	1	2	4	4	1	2	4	1	1	2	3	3	1	4	93	
61	An. R	2	2	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	90	
62	An. E	3	2	4	2	2	1	2	4	2	1	4	4	3	1	4	3	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	101



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO	AP	AQ	
37	An.R	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4	4	3	1	4	2	4	4	4	3	4	1	2	1	2	73	
38	An.El	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	94		
39	An.J	2	1	1	1	1	2	1	2	2	3	4	1	3	3	2	1	2	3	2	2	1	4	3	4	3	2	2	2	2	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	9	94		
40	An.D	2	2	1	1	3	1	3	1	2	2	4	1	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	1	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	2	1	86					
41	An.A	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	102			
42	An.N	3	4	3	2	3	2	4	3	2	4	2	1	1	2	2	1	1	4	2	3	3	4	3	3	3	4	2	3	2	1	4	3	4	3	3	1	3	4	3	108			
43	An.A	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	1	2	2	93		
44	An.D	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	93		
45	An.F	3	2	2	3	3	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	91	
46	An.M	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	99	
47	An.J	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2	4	4	4	4	4	4	2	1	1	3	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	1	3	2	1	1	4	2	3	4	3	99		
48	An.N	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	97	
49	An.B	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	4	2	2	3	4	2	4	2	3	2	9	77		
50	An.A	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	95		
51	An.D	3	1	2	2	4	2	2	3	1	2	4	3	3	4	3	2	1	2	1	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	1	2	1	3	3	4	3	2	3	3	105			
52	An.V	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	4	3	1	3	2	1	1	2	4	1	1	2	4	4	1	2	2	2	4	4	1	4	2	1	3	2	3	105	
53	An.R	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	97	
54	An.A	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	94		
55	An.F	4	2	3	2	3	1	3	3	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	1	2	3	4	4	3	1	2	2	1	91		
56	An.S	3	1	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	94	
57	An.F	4	2	3	1	3	1	3	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	1	4	1	1	2	3	91			
58	An.C	4	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	97	
59	An.R	4	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	100	
60	An.N	4	2	2	4	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	104
61	An.R	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	110	
62	An.E	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	2	1	3	3	4	1	2	3	2	2	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	3	3	1	3	3	110	
63	An.K	4	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	98	
64	An.I	4	3	4	4	3	2	3	2	2	1	4	3	2	3	3	4	2	2	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	2	2	2	2	1	3	1	2	3	1	2	3	106		
65	An.A	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	1	3	3	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	116	
66	An.A	4	2	1	1	4	1	1	3	2	3	4	4	4	3	1	1	1	4	4	3	2	2	1	1	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	101
67	An.H	4	2	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	4	2	3	98	
68	An.E	2	1	3	2	3	1	2	3	2	1	1	1	4	3	2	1	4	2	1	4	4	3	2	1	3	4	3	2	2	1	2	2	2	1	4	1	1	3	1	90			
69	An.R	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	1	1	1	88	
70	An.A	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	4	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	1	1	1	88		
71	An.S	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	89	
72	An.E	3	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	81	

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO	AP	AQ		
73	An.G	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	4	1	1	1	1	1	1	1	2	76
74	An.N	4	1	4	1	1	1	3	1	1	3	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	1	1	1	1	1	2	89	
75	An.R	4	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	103		
76	An.A	2	2	1	1	1	2	1	3	1	2	2	3	4	2	3	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	90		
77	An.R	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	94			
78	An.R	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	82			
79	An.A	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	127			
80	An.S	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	1	1	1	3	3	4	3	4	4	1	2	3	3	1	4	2	1	1	4	1	4	3	4	119			
81	An.G	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	103		
82	An.G	3	2	3	1	4	2	3	2	3	3	4	2	2	4	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	1	1	1	2	2	4	2	4	3	105			
83	An.A	4	2	3	2	4	2	3	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	3	88			
84	An.S	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	93			
85	An.S	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	96				
86	An.N	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3	1	2	4	1	1	2	2	82				
87	An.F	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	101				
88	An.T	3	3	3	3	1	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	102				
89	An.A	3	3	3	3	1	3	4	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	100				
90	An.C	3	1	2	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	1	1	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	103				
91	An.S	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	3	1	2	3	3	3	1	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	86				
92	An.S	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	85				
93	An.C	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	99			
94	An.R	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	3	4	2	2	3	1	1	2	3	2	2	2	2	86				
95	An.S	3	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	4	2	2	4	4	4	4	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	85				
96	An.T	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	95				
97	An.N	4	1	1	1	2	3	2	4	4	2	1	3	4	1	4	3	3	4	4	2	2	3	3	2	2	1	1	4	4	1	1	3	4	1	3	4	1	4	4	4	107			
98	An.S	4	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	2	4	4	1	4	4	1	1	1	1	78			
99	An.A	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	1	3	2	3	4	2	2	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	4	108				
100	An.A	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	109				
101	An.A	1	1	1	1	3	3	3	2	2	3	1	1	1	1	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	82			
102	An.S	3	2	1	1	1	2	2	4	4	3	3	4	3	4	4	2	2	2	1	4	4	1	1	1	1	1	1	3	3	1	4	1	1	1	4	4	3	4	101					
103	An.R	4	2	4	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	104				
104	An.S	4	2	4	4	3	4	3	2	3	2	2	2	2	3	4	4	2	2	2	2	2	1	1	4	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	4	2	3	97			
105	An.R	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	102				
106	An.S	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	1	3	93				
107	An.S	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83				
108	An.R	3	1	1	1	2	3	2	2	2	3	1	1	2	4	1	1	1	4	3	2	3	4	4	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	1	3	86				