

Procrastination Assessment

Diturunkan oleh : Dr. Arlina Gunarya, MSc

Petunjuk Umum:

Instrumen penggeledahan derajat prokrastinasi ini, terdiri dari dua bagian. Anda diminta menjawab pertanyaan pada kedua bagian tersebut, dengan cara melingkari angka yang sesuai dengan pilihan Anda.

Petunjuk Bagian Pertama:

Berikut ini, terdapat 5 butir pertanyaan. Anda diminta menjawab tiap pertanyaan dengan cara melingkari angka yang berada di kolom yang sesuai dengan pilihan jawaban Anda. Masing-masing pertanyaan memiliki dua kemungkinan jawaban, yaitu : Ya dan Tidak

Petunjuk BagianKedua :

Apabila Anda telah menyelesaikan bagian pertama, silahkan Anda lanjut menjawab pertanyaan pada bagian kedua. Pada bagian ini , terdapat lima belas butir pertanyaan. Anda diminta menjawab tiap pertanyaan dengan cara melingkari angka yang terdapat pada kolom yang sesuai dengan pilihan jawaban Anda. Kelima kolom yang tersedia mempunyai makna sebagai berikut:

- A = Ya, selalu saya lakukan**
- B = Ya, sering saya lakukan**
- C = Yaah, kadang-kadang saya lakukan**
- D = Tidak, jarang saya lakukan**
- E = Tidak, tidak pernah saya lakukan**

Jadi sekali lagi cara Anda menjawab adalah melingkari angka/bilangan yang terdapat pada kolom yang paling sesuai menggambarkan jawaban Anda untuk butir pertanyaan bersangkutan

Apakah Anda sudah memahaminya? Bila sudah mulailah mengerjakan assesmen di halaman berikutdari bagian pertama kemudian lanjutkan ke bagian kedua.

BAGIAN PERTAMA

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban	
		Ya	Tidak
01	Belakangan ini apakah Anda memiliki tugas penting yang harus dikerjakan?	2	1
02	Belakangan ini, apakah Anda memiliki banyak komitmen?	2	1
03	Apakah hari ini Anda telah sangat produktif?	1	2
04	Apakah Anda sudah mencapai semua sasaran yang Anda targetkan untuk hari kemarin ?	1	2
05	Apakah ada waktu Anda hari kemarin yang terbuang percuma ?	2	1
Jumlah			
Total Bagian Pertama			

BAGIAN KEDUA :

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban				
		A	B	C	D	E
01	Apakah Anda gemar bekerja?	1	2	3	4	5
02	Apakah Anda tepat waktu untuk kuliah ?	1	2	3	4	5
03	Apakah Anda senang mengubah-ubah saluran siaran TV Anda	5	4	3	2	1
04	Apakah Anda membaca Koran ?	5	4	3	2	1
05	Apakah kamar Anda rapih?	1	2	3	4	5
06	Apakah Anda tidur sebelum jam 24.00 ?	1	2	3	4	5
07	Do You revise sensibly?	1	2	3	4	5
08	Apakah Anda orang yang teratur?	1	2	3	4	5
09	Dapatkah Anda bangun pagi dengan mudah?	1	2	3	4	5
10	Apakah Anda tidak bisa memenuhi batas waktu	5	4	3	2	1
11	Apakah Anda memperhatikan kuliah ?	1	2	3	4	5
12	Apakah Anda mengerjakan tugas tambahan	1	2	3	4	5
13	Apakah Anda berpikir Anda menunda-nunda pekerjaan (<i>procrastinate</i>)	5	4	3	2	1
Jumlah						
Total Bagian kedua						
Total Bagian pertama						
Total keseluruhan						