

**PENERAPAN TEKNIK POMODORO SEBAGAI STRATEGI
PEMBIASAAN BELAJAR UNTUK MENGURANGI
PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS
VIII SMP NEGERI 29 MEDAN
T.A 2025/2026**

Oleh:

MAULANA STIFANI BR. SIMAMORA
NIM. 1223151054

Telah Dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi Pada Tanggal 9 Juli 2026
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Medan, 16 Juli 2026

Menyetujui,
Dosen Pembimbing Skripsi



Prof. Dr. Rosmala Dewi, M.Pd. Kons
NIP. 195909021980032002

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Mirza Irawan, S.Pd., M.Pd. Kons
NIP. 198606172014041002

**PENERAPAN TEKNIK POMODORO SEBAGAI STRATEGI
PEMBIASAAN BELAJAR UNTUK MENGURANGI
PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS
VIII SMP NEGERI 29 MEDAN**

T.A 2025/2026

Skripsi Diajukan Oleh:

MAULANA STIFANI BR. SIMAMORA
NIM. 1223151054

Program Studi S-1 Bimbingan dan Konseling

**Telah Dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi Pada Tanggal 9 Juli 2026
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi**

Bimbingan dan Konseling

Medan, 16 Juli 2026

Panitia Ujian,

THE
Character Building
UNIVERSITY
Ketua **Sekretaris**


Prof. Dr. Zainuddin M. M.Si
NIP. 196703171992031004


Mirza Irawan, S.Pd., M.Pd.Kons
NIP. 1986060172014041002

PERSETUJUAN PENGUJI

Nama : Maulana Stifani Br. Simamora
NIM : 1223151054
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul : Penerapan Teknik Pomodoro Sebagai Strategi Pembiasaan Belajar Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Medan T.A 2025/2026

No	Nama Dosen	Keterangan	Tanda Tangan
1.	Prof. Dr. Rosmala Dewi, M.Pd. Kons. NIP. 195909021985032002	Pembimbing Skripsi	
2.	Prof. Dr. Asih Menanti, M.S., S.Psi. NIP. 196006031985032002	Penguji I	
3.	Nani Barorah Nasution, S.Psi., M.A., Ph.D. NIP.198405152009122005	Penguji II	
4.	Nindya Ayu Pristanti, S.Pd., M.Pd. NIP. 199309142019032028	Penguji III	

HALAMAN PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN SKRIPSI DAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maulana Stifani Br. Simamora

NIM : 1223151054

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

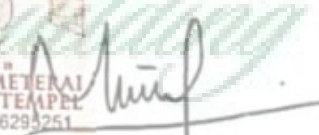
Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Penerapan Teknik Pomodoro Sebagai Strategi Pembiasaan Belajar Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Medan T.A 2025/2026” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini. Demikianlah surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Medan, 16 Juli 2026

Yang membuat pernyataan

THE
Character
UNIVERSITY



METERAI
TEMPEL
967E8AOX156293251

Maulana Stifani Br. Simamora
NIM. 1223151054