

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION*
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA,
BEKASI YANG BEKERJA**

SKRIPSI

Oleh:
Bagus Sidik Darmawan
201210515026



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2016**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan antara *Self Regulation* dengan
Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas
Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Bekasi yang bekerja
Nama Mahasiswa : Bagus Sidik Darmawan
Nomor Pokok Mahasiswa : 201210315026
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 15 Agustus 2016



Pembimbing I,

Dian Kusumawati, M.Psi., Psikolog
NIP. 1401179

Pembimbing II,

Yunike Balsa R, M.Psi., Psikolog
NIP. 051507026

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi yang bekerja

Nama Mahasiswa : Bagus Sidik Darmawan

Nomor Pokok Mahasiswa : 201210515026

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian/Skripsi : 15 Agustus 2016

Bekasi, 24 Agustus 2016

MENGESAHKAN,

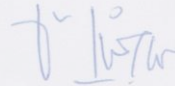
Ketua Tim Penguji : Dian Kusumawati
M.Psi., Psikolog
NIP. 1401179



Penguji I : Yunike Balsa R., M.Psi.
Psikolog
NIP. 051507026



Penguji II : Mira Sekar Arumi
M.Psi., Psikolog
NIP. 051503022



MENGETAHUI,

Ketua Program Studi
Psikologi,



Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si
NIP. 1504225

22-08-2016

Dekan
Fakultas Psikologi,



Budi Sarasati, S.KM., M.Si
NIP. 1401180

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi yang bekerja” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, Agustus 2016

Yang membuat pernyataan,



Bagus Sidik Darmawan

NPM 201210515026

HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA, BEKASI YANG BEKERJA

Bagus Sidik Darmawan

Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Bagussdarmawan@gmail.com

Abstrak

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk (a) selalu atau hampir selalu menunda tugas akademik, dan (b) selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan terkait dengan penundaan (Rothblum, Solomon dan Murakami, 1986). Tujuan dalam penelitian ini adalah melihat korelasi *self regulation* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi yang bekerja. Pada penelitian ini metode yang digunakan untuk pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan populasi berjumlah 235 orang. Data penelitian diperoleh melalui skala *self regulation* Miller & Brown yang diadaptasi serta dimodifikasi, dan skala prokrastinasi akademik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan teknik korelasi *Kendall's Tau*. Pada penelitian ini ditemukan adanya korelasi negatif antara *self regulation* dan prokrastinasi akademik sebesar (-0.452** dengan $p=0.000$; $p < 0.05$) semakin tinggi *self regulation* maka semakin rendah prokrastinasi akademik, demikian sebaliknya semakin rendah *self regulation* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Kata kunci : *Self Regulation*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa yang bekerja

THE CORRELATION BETWEEN SELF REGULATION AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN WORKING STUDENT OF PSYCHOLOGY FACULTY, BHAYANGKARA JAKARTA RAYA UNIVERSITY, BEKASI

Bagus Sidik Darmawan

Psychology Faculty, Bhayangkara Jakarta Raya University

Bagusdarmawan@gmail.com

Abstract

Academic procrastination defined as a “tendency to (a) always or nearly always put off academic tasks, and (b) always or nearly always experience anxiety associated with procrastination” (Rothblum, Solomon, and Murakami, 1986). The purpose of this study was to examine the correlation between self regulation and academic procrastination in working student of Psychology Faculty, Bhayangkara Jakarta Raya University, Bekasi. This research was using purposive sampling technique with 235 students. Data were obtained by using Miller & Brown self regulation scale adaptation and modification, and academic procrastination scale. The methods used in this research is quantitative research techniques with correlation Kendall's Tau. It is found that there is a significant negative correlation between self regulation and academic procrastination (-0.452^{**} $p=0.000$; < 0.05) in working student of Psychology Faculty, Bhayangkara Jakarta Raya University, Bekasi. The higher self regulation, the lower academic procrastination, on the contrary the lower self regulation, the higher academic procrastination.

Key word : Self Regulation, Academic Procastination, Working Student

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah. SWT, karena atas rahmat dan karunia yang di limpahkanNya, peneliti mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi yang bekerja”. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti memperoleh bimbingan, pengarahan dan saran-saran dari berbagai pihak. Oleh karenanya, dengan segala kerendahan hati penulis ingin berterima kasih kepada :

1. Ibu Budi Sarasati, S.KM, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
2. Bapak Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Dian Kusumawati, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I
4. Ibu Yunike Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II.
5. Bapak Misran dan Ibu Eti Rohaeti selaku orang tua yang selalu memberikan dukungan & doanya kepada peneliti yang selalu siap sedia mengantar peneliti ke kampus untuk bimbingan dan memberikan *support* untuk peneliti.
6. Seluruh Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Angkatan 2012 yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti.

Peneliti menyadari bahwa masih adanya kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca, agar peneliti dapat berkarya dengan lebih baik. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin.

Bekasi, 12 Agustus 2016

Bagus Sidik Darmawan

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Uraian Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Prokrastinasi Akademik	10
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	10
2.1.2 Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	13
2.1.3 Jenis-jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik	13
2.1.4 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	15

2.2	<i>Self Regulation</i>	17
2.2.1	Definisi <i>Self Regulation</i>	17
2.2.2	Proses-proses <i>Self Regulation</i>	18
2.2.3	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Regulation</i>	19
2.2.4	Cara Meningkatkan <i>Self Regulation</i>	20
2.3	Hubungan antara <i>Self Regulation</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi yang bekerja	21
2.4	Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN		25
3.1	Tipe Penelitian	25
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian	25
3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
3.3.1	<i>Self Regulation</i>	26
3.3.2	Prokrastinasi Akademik.....	26
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian	27
3.4.1	Populasi	27
3.4.2	Sampel	27
3.5	Teknik Pengumpulan Data	28
3.5.1	Instrumen Penelitian	28
3.5.1.1	Skala Prokrastinasi Akademik.....	29
3.5.1.2	Skala <i>Self Regulation</i>	30
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas	32
3.5.2.1	Uji Validitas	31
3.5.2.2	Uji Reliabilitas	32
3.6	Hasil Analisa Instrumen	33
3.6.1	Uji Validitas Instrumen	33
3.6.2	Uji Reliabilitas Instrumen	36
3.7	Analisa Data	37
3.7.1	Uji Normalitas	37

3.7.2 Uji Linieritas	37
3.7.3 Uji Hipotesis.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1 Gambaran Ruang Lingkup Penelitian.....	38
4.1.1 Lokasi Penelitian dan Subjek Penelitian.....	38
4.1.2 Penentuan Subjek Penelitian.....	38
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	42
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	42
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	42
4.3 Hasil Penelitian.....	43
4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian	43
4.3.2 Hasil Uji Normalitas.....	52
4.3.3 Hasil Uji Linieritas	53
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis.....	54
4.4 Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
5.1 Kesimpulan.....	57
5.2 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual Hubungan antara <i>Self Regulation</i> dengan Prokrastinasi Akademik	24
Diagram 4.1 Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik	44
Diagram 4.2 Gambaran Umum <i>Self Regulation</i>	48



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Data Kelulusan Mahasiswa.....	4
Tabel 3.1 Kriteria Jawaban dan Cara Penilaian	29
Tabel 3.2 Blue Print Prokrastinasi Akademik.....	29
Tabel 3.3 Blue Print <i>Self Regulation</i>	30
Tabel 3.4 Klasifikasi Validitas.....	31
Tabel 3.5 Klasifikasi Reliabilitas	32
Tabel 3.6 Blue Print Prokrastinasi Akademik Uji Coba.....	33
Tabel 3.7 Blue Print Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba	34
Tabel 3.8 Blue Print <i>Self Regulation</i> Uji Coba.....	35
Tabel 3.9 Blue Print <i>Self Regulation</i> Setelah Uji Coba	35
Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Prokratinasi Akademik	36
Tabel 3.11 Hasil Reliabilitas <i>Self Regulation</i>	36
Tabel 4.1 Keterangan Subjek Penelitian	39
Tabel 4.2 Rumus Kriteria Kategorisasi Subjek.....	41
Tabel 4.3 Statistika Deskriptif Prokrastinasi Akademik	42
Tabel 4.4. Hasil Perhitungan.....	42
Tabel 4.5 Gambaran Kategorisasi pada Variabel Prokrastinasi Akademik	43
Tabel 4.6 Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik	43
Tabel 4.7 Kategorisasi Semester dan Persentase Prokrastinasi Akademik.....	44
Tabel 4.8 Kategorisasi Masa Kerja dan Persentase Prokrastinasi Akademik	45
Tabel 4.9 Kategorisasi Jabatan Kerja dan Persentase Prokrastinasi Akademik....	45
Tabel 4.10 Statistika Deskriptif <i>Self Regulation</i>	46

Tabel 4.11 Hasil Perhitungan.....	47
Tabel 4.12 Gambaran Kategorisasi pada Variabel <i>Self Regulation</i>	47
Tabel 4.13 Gambaran Umum <i>Self Regulation</i>	47
Tabel 4.14 Kategorisasi Semester dan Persentase <i>Self Regulation</i>	49
Tabel 4.15 Kategorisasi Masa Kerja dan Persentase <i>Self Regulation</i>	49
Tabel 4.16 Kategorisasi Jabatan Kerja dan Persentase <i>Self Regulation</i>	49
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas <i>Self Regulation</i> dan Prorcrastinasi Akademik ..	50
Tabel 4.18 Hasil Uji Linieritas.....	51
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi <i>Self Regulation</i> dan Prorcrastinasi Akademik	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala *Self Regulation*

Lampiran 2 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Lampiran 3 Skala *Self Regulation* Try Out

Lampiran 4 Skala Prokrastinasi Akademik Try Out

Lampiran 5 Skala *Self Regulation* Setelah Try Out

Lampiran 6 Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Try Out

Lampiran 7 Tabulasi Skala *Self Regulation* dan Prokrastinasi Akademik

Lampiran lain

Lampiran Surat Izin Riset

Lampiran Kegiatan Bimbingan

Lampiran Perencanaan Skripsi

