

**HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR**

SKRIPSI

Oleh :

Annisa Fithria Ja'far Shidiq

201810515168



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan *Self Control* Dengan
Prokrastinasi Akademik Dalam
Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa
Tingkat Akhir

Nama Mahasiswa : Annisa Fithria Ja'far Shidiq

Nomor Pokok Mahasiswa : 201810515168

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 09 Agustus 2022

Bekasi, 15 Agustus 2022

MENYETUJUI,

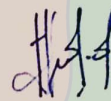
Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Sulistiasih, M.Si

NIDN. 0330086105



Yulia Fitriani, S.Psi., MA

NIDN. 0314078503

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Self Control* Dengan
Prokrastinasi Akademik Dalam
Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa
Tingkat Akhir

Nama Mahasiswa : Annisa Fithria Ja'far Shidiq

Nomor Pokok Mahasiswa : 201810515168

Program Studi/Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 09 Agustus 2022

Bekasi, 15 Agustus 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Rijal Abdillah, S.Psi., MA
NIDN. 0320048501

Penguji I : Yulia Fitriani, S.Psi., MA
NIDN. 0314078503

Penguji II : Dr. Sulistiasih, M.Si
NIDN. 0330086105

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., MA
NIDN. 0314078503

Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD.
NIDN. 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Self Control* Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri 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 dikemudian 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 di *foto copy* melalui Perpustakaan 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, 15 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan,


Annisa Fithria Ja'far Shidiq
201810515163

ABSTRAK

Annisa Fithria Ja'far Shidiq. Hubungan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.

Abstrak. Pada umumnya, mahasiswa S1 diberi waktu untuk menyelesaikan skripsi selama 1 tahun, namun kenyataannya terdapat mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari yang sudah ditetapkan dikarenakan perasaan tidak mampu yang menyebabkan tertundannya penyelesaian skripsi yaitu prokrastinasi akademik. Waktu pengerjaan skripsi erat kaitannya dengan bagaimana mahasiswa dapat mengelola dan mengarahkan dirinya agar tetap sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai yaitu menyelesaikan skripsi. *Self control* adalah kemampuan individu dalam mengatur perilaku sehingga dapat membawa ke arah yang positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara Self Control dengan Prokrastinasi Akademik. Metode analisis yang digunakan adalah korelasi dengan analisis statistik menggunakan *parametrik pearson*. Dari hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *self control* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir dengan arah hubungan negatif. Saran yang dapat diberikan peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang memiliki hubungan Prokrastinasi Akademik.

Kata Kunci : *Self Control*, Prokrastinasi Akademik, Skripsi

ABSTRACT

Annisa Fithria Ja'far Shidiq. *The Relationship of Self Control with Academic Procrastination in Completing Thesis for Final Year Students.*

Abstract. *In general, undergraduate students are given time to complete the thesis for 1 year, but in reality there are students who need more time than the stipulated time due to feelings of inadequacy that cause delays in completing the thesis, namely academic procrastination. The time of writing the thesis is closely related to how students can manage and direct themselves to stay in line with the goals to be achieved, namely completing the thesis. Control cells are the individual's ability to regulate behavior so that it can lead to a positive direction. This study aims to determine whether there is a relationship between Self Control and Academic Procrastination. The analytical method used is correlation with statistical analysis using Pearson's parametric. From the results of the study, it showed that there was a relationship between self-control and academic procrastination in completing the thesis for final year students with a negative relationship. Suggestions that can be given by further researchers are expected to be able to examine other factors that have a relationship with Academic Procrastination.*

Keywords : *Self-Control, Academic Procrastination, Thesis*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, yang memberikan nikmat, rahmat serta karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Self Control* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan saran, motivasi, semangat dan bimbingan. Oleh karena itu penulis memberikan banyak ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis bisa kuat dalam proses menyelesaikan skripsi.
2. Bapak Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas kepemimpinannya dan bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Dr. Sulistiasih, M.Si selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk membantu, membimbing dan memotivasi saya dalam menyelesaikan skripsi.
4. Ibu Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu dari awal masuk perguruan tinggi sampai semester akhir. Banyak terima kasih untuk Bu Rora, karena sudah sabar dan selalu memberi masukan serta bantuan selama ini.
5. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing II yang telah membantu dan memberikan saran serta dukungam kepada penulis.
6. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., MA selaku Dosen Penguji Skripsi yang sudah memberi arahan dan masukan kepada penulis.
7. Terimakasih Umi sudah menjadi pedengar tawa sekaligus tangis, kepada Abi terima kasih sudah menopang finansial perkuliahan sampai selesai, Ayah terima kasih sudah menyemangati dan memberi motivasi, dan Tante Wita saya ucapkan banyak terima kasih sudah sabar dengan kertas-kertas yang bertumpuk di kamar.
8. Terima kasih juga untuk Para Tegangan Tinggi dan anak duniawi, yang sudah sabar dan selalu menjadi pihak repot tatkala penulis mengalami

kendala atau kesulitan. Terima kasih sudah banyak menopang badan dan beban yang penulis punya.

9. Kepada sahabat KKSM, Odoranz, dan Tio yang sudah setia membantu dan memberikan dukungan untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.
10. Keluarga besar SDIP ASSADIYYAH yang sudah memberikan motivasi, dukungan serta do'a, sehingga saya tergerak dan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
11. Keluarga besar Pengajian As-Shofiyah yang telah memberikan banyak ruang untuk berkreasi, sehingga penulis termotivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.
12. Teruntuk luka dan yang memberi luka terima kasih telah menjadi badai sekaligus penyemangat untuk membuktikan bahwa semua yang patah akan tumbuh dan bersinar kembali.
13. Ucapan terakhir ini selalu ada setiap waktu dan setiap saat untuk manusia kuat yang telah berhasil menyelesaikan tantangan dan keputusan dalam hidupnya. Terima kasih sudah percaya, bertahan dan kuat sampai garis akhir. Aku yakin aku bisa dan Tuhan menjadikannya nyata.

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

Bekasi, 01 Agustus 2022

Annisa Fithria Ja'far Shidiq

201810515168

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Prokrastinasi Akademik.....	10
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik.....	10
2.1.2 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik	10
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	11
2.1.4 Alat Ukur yang Digunakan	12
2.1 <i>Self Control</i>	12
2.2.1 Definisi <i>Self Control</i>	12
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Self Control</i>	12
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Control</i>	13
2.2.4 Alat Ukur yang Digunakan	14
2.2 Hubungan Antar Variabel.....	14
2.3 Hipotesis Penelitian.....	15
	viii
2.4 Kerangka Berpikir	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	16
3.1 Tipe Penelitian	16

3.2 Identifikasi Variabel.....	16
3.3 Definisi Operasional.....	16
3.3.1 Definisi Operasional Prokrastinasi Akademik	16
3.3.2 Definisi Operasional Self Control	17
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	17
3.4.1 Populasi.....	17
3.4.2 Sampel	18
3.5 Teknik Pengumpulan Data	19
3.5.1 Instrumen penelitian	19
3.5.2 Validitas dan Realibilitas Instrumen Penelitian	23
3.6 Analisis Data.....	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	25
4.1 Profil Responden Penelitian	25
4.2 Pelaksanaan Penelitian	26
4.2.1. Persiapan Penelitian.....	26
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	28
4.2.3. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	28
4.3 Hasil Penelitian	31
4.3.1 Profil Demografi.....	31
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian.....	32
4.3.4 Kategorisasi Penelitian	33
4.3.4.1 Kategorisasi Self Control.....	33
4.3.4.2 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	34
4.4 Uji Hipotesis	36
4.5 Diskusi dan Pembahasan	37
BAB V.....	40
KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
5.1 Kesimpulan	40
5.2 Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa Akhir yang sedang mengambil Mata Kuliah Skripsi	18
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik	20
Tabel 3. 3 Alternatif Jawaban.....	21
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Self Control	21
Tabel 3. 5 Alternatif Jawaban.....	23
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian	26
Tabel 4. 2 Hasil Validitas.....	28
Tabel 4. 3 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik	29
Tabel 4. 4 Validitas Skala Self Control	30
Tabel 4. 5 Reliabilitas Skala Penelitian.....	30
Tabel 4. 6 Hasil Hitung Skala Penelitian	31
Tabel 4. 7 Hasil Hitung Signifikansi Karakteristik Responden.....	31
Tabel 4.8 Uji Asumsi Penelitian.....	32
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Self Control.....	34
Tabel 4. 10 Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik	36
Tabel 4. 11 Uji Hipotesis.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Izin Mengambil Data Mahasiswa Aktif	45
Lampiran 1. 2 Aitem Skala Prokrastinasi Akademik	46
Lampiran 1. 3 Aitem Skala Self Control.....	49
Lampiran 1. 4 Aitem Pengambilan Data Prokrastinasi Akademik	52
Lampiran 1. 5 Aitem Pengambilan Data Self Control	54
Lampiran 1. 6 Screenshoot Google Formulir Skala Try Out	56
Lampiran 1. 7 Screenshoot Google Formulir Pengambilan Data	57
Lampiran 1. 8 Tabel Coding Try Out Skala Prokrastinasi Akademik.....	58
Lampiran 1. 9 Tabel Coding Try Out Skala Self Control.....	59
Lampiran 1. 10 Tabel Coding Pengambilan Data Prokrastinasi Akademik.	60
Lampiran 1. 11 Tabel Coding Pengambilan Data Self Control.....	65
Lampiran 1. 12 Validitas Skala Self Control.....	70
Lampiran 1. 13 Reliabilitas Skala Self Control.....	71
Lampiran 1. 14 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	71
Lampiran 1. 15 Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	72
Lampiran 1. 16 Tabel Uji Normalitas	72
Lampiran 1. 17 Tabel Uji Korelasi.....	72
Lampiran 1. 18 Tabel Homogenitas Angkatan	73
Lampiran 1. 19 Tabel Kategorisasi berdasarkan Angkatan.....	73
Lampiran 1. 20 Tabel Kategorisasi berdasarkan Fakultas.....	74
Lampiran 1. 21 Tabel Uji Homogenitas Fakultas.....	74
Lampiran 1. 22 Tabel Uji Linieritas.....	74
Lampiran 1. 23 Bukti Penyebaran Try Out	75
Lampiran 1. 24 Bukti Penyebaran Penelitian	76