

**HUBUNGAN *SELF-REGULATION* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI**

SKRIPSI

Oleh:

R. ANGGORO BINTANG NUGROHO

201810515009



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

**HUBUNGAN *SELF-REGULATION* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASIWA YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI**

SKRIPSI

Oleh:

R. ANGGORO BINTANG NUGROHO

201810515009



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

LEMBAR PERSETUJUAN

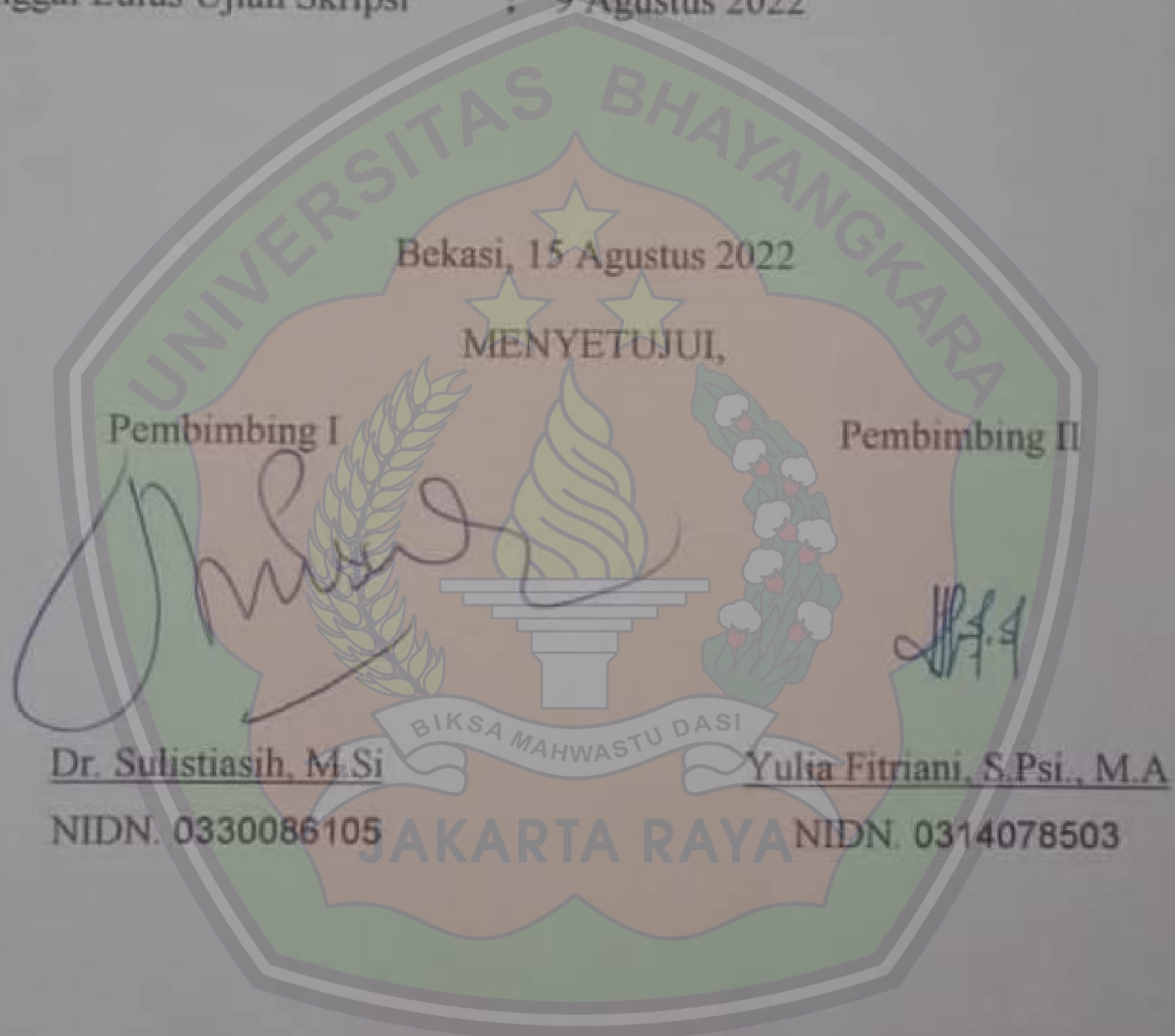
Judul Skripsi : Hubungan *Self-Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Nama Mahasiswa : R. Anggoro Bintang Nugroho

Nomor Pokok Mahasiswa : 201810515009

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 9 Agustus 2022



LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Self-Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Nama Mahasiswa : R. Anggoro Bintang Nugroho

Nomor Pokok Mahasiswa : 201810515009

Program Studi/Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 9 Agustus 2022

Bekasi, 15 Agustus 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji

Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0326107706

Penguji I

Yulia Fitriani, S.Psi., MA

NIDN. 0314078503

Penguji II

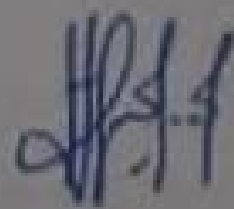
Dr. Sulistiasih, M.Si

NIDN. 0330086105

MENGETAHUI,

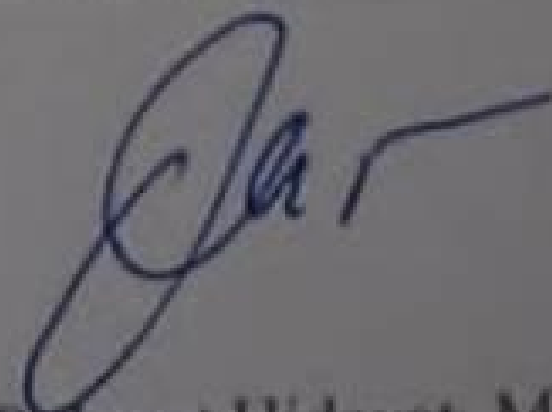
Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., MA

NIDN. 0314078503



Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

NIDN. 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan *Self-Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi 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,

R. Anggoro Bintang Nugroho

201810515009



ABSTRAK

R. Anggoro Bintang Nugroho. 201810515009. Hubungan *Self-Regulation* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.

Abstrak. Skripsi adalah sebagai karya ilmiah merupakan karya tulis yang dibuat berdasarkan pengetahuan-pengetahuan khusus dan fakta-fakta yang jelas kemudian dirangkai menjadi pemecah masalah yang bersifat umum dengan pembuktian yang benar. Namun adanya kegagalan dalam penyusunan skripsi yang disebabkan oleh adanya kesulitan mahasiswa dalam mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur, dana yang terbatas, serta adanya kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Self-Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Populasi untuk penelitian ini adalah mahasiswa dari salah satu Universitas di Kota Bekasi yang sedang mengerjakan skripsi. Adapun teknik sampling yang digunakan yaitu non-probability sampling dengan sampel penelitian sebanyak 103 subjek. Metode analisis yang digunakan ialah dengan correlational statistika non-parametrik dari Spearman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0.828 dengan taraf signifikansinya ialah $(p) < 0.001$ yang menunjukkan hasil signifikannya $(p) < 0.05$ yang artinya adanya hubungan antara *Self-Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan arah penelitian negatif. Semakin rendah *Self-Regulation* maka semakin tinggi Prokrastinasi Akademik.

Kata kunci: skripsi, prokrastinasi akademik, *self-regulation*

ABSTRACT

R. Anggoro Bintang Nugroho. 201810515009. *The Relationship of Self-Regulation With Academic Procrastination In Students Who Are Working On Thesis.*

Abstract. Thesis as a scientific work is a written work based on specific knowledge and clear facts and then assembled into a general problem solver with correct evidence. However, there were failures in the preparation of theses caused by the difficulties of students in finding thesis titles, difficulties in finding literature, limited funds, and anxiety in dealing with supervisors. This study aims to determine whether there is a relationship between Self-Regulation and Academic Procrastination in students who are working on their thesis. The population for this research is students from one of the universities in Bekasi City who are working on a thesis. The sampling technique used is non-probability sampling with a research sample of 103 subjects. The analytical method used is correlational non-parametric statistics from Spearman. The results of this study indicate that the value of the correlation coefficient is 0.828 with a significance level of (p) of <0.001 which shows a significant result ($p < 0.05$), which means that there is a relationship between Self-Regulation and Academic Procrastination in students who are working on a thesis with the direction of research, negative. The lower the Self-Regulation, the higher the Academic Procrastination.

Keywords: thesis, academic procrastination, self-regulation

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang mana atas berkat rahmatnya penulis dapat melakukan penelitian ini dengan baik dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Hubungan antara *Self-Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Ketika penyusunan skripsi ini banyak hal yang dihadapi peneliti, baik yang dialami langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu, peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta kerja sama yang baik dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati peneliti menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa (YME), karena telah memberikan saya kesehatan baik psikis maupun fisik dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D 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 banyak waktunya, membantu dan membimbing saya dengan baik dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya, saya mengucapkan banyak terima kasih.
4. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, dan kritik terhadap skripsi ini sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik serta selaku Ketua Program Studi Psikologi atas bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Psikologi khususnya angkatan 2018.
5. Bapak Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., MA yang telah memberikan banyak saran, serta kritik terhadap skripsi ini sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik.

6. Ibu Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan banyak saran, serta kritik terhadap skripsi ini sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik.
7. Ibu Budi Sarasati, S.KM., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing saya selama perkuliahan.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan banyak ilmunya dan seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam kegiatan perkuliahan dan administrasi selama studi.
9. Kedua orang tua saya, Bapak saya yang bernama R. Bambang Haryanto (alm), Ibu saya yang bernama Noviandari Diah Anugrahwati, serta kepada kakak saya Ega Argya Dayinta, Candhika Kanti Nareswari, dan R. Andhaka Gilang Prakoso yang telah memberikan semangat, do'a dan dukungan finansial serta dorongan kepada saya dalam menyelesaikan kuliah saya dari awal masuk sampai akhir nya saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan baik.
10. Lalu kepada Yoga, Fikri, Aryo, Septo, Tegar, Wilahar selaku teman-teman terdekat saya yang turut membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari masih ada kekurangan dalam penulisan skripsi ini baik dari segi materi, bahasa, maupun hal kecil lainnya. Kritik dan saran sangat diterima untuk kedepannya membangun karakter yang lebih baik lagi di masa mendatang. Akhir kata, peneliti persembahkan skripsi ini dengan harapan dapat memberi manfaat bagi bidang ilmu psikologi maupun kita semua.

Bekasi, 29 Juli 2022

R. Anggoro Bintang N

201810515009

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	11
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Prokrastinasi Akademik.....	12
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	12
2.1.2 Aspek Prokrastinasi Akademik	13
2.1.3 Faktor Prokrastinasi Akademik	14
2.1.4 Dampak dari Prokrastinasi Akademik	15
2.2 <i>Self-Regulation</i>	16
2.2.1 Definisi <i>Self-Regulation</i>	16
2.2.2 Aspek <i>Self-Regulation</i>	17
2.2.3 Faktor <i>Self-Regulation</i>	18

2.2.4 Alat Ukur Yang Digunakan	19
2.3 Hubungan antara <i>Self-Regulation</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.....	19
2.4 Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III.....	22
METODE PENELITIAN	22
3.1 Tipe Penelitian	22
3.2 Identifikasi Variabel	22
3.3 Definisi Oprasional Variabel	23
3.3.1 Prokrastinasi Akademik.....	23
3.3.2 <i>Self-Regulation</i>	23
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	23
3.4.1 Populasi Penelitian	23
3.4.2 Sampel dan Sampling	25
3.5 Teknik Pengambilan Data	26
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	26
3.5.2 Skala Prokrastinasi Akademik	26
3.5.3 Skala <i>Self-Regulation</i>	30
3.6 Validitas dan Reabilitas.....	33
3.6.1 Validitas	33
3.6.2 Reliabilitas	33
3.7 Analisis Data.....	33
BAB IV	35
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
4.1 Gambaran Konteks Atau Ruang Lingkup Penelitian	35
4.2 Pelaksanaan Penelitian	35
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	35
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	38
4.3 Hasil Penelitian	38
4.3.1 Uji Asumsi Dasar	38
4.3.2 Kategorisasi Subjek Penelitian.....	39
4.3.3 Uji Hipotesis	44

4.4 Pembahasan	45
BAB V.....	49
KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
5.1 Kesimpulan	49
5.2 Saran.....	49
5.2.1 Saran Teoritis	49
5.2.2 Saran Praktis	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	55



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas X di Kota Bekasi	24
Tabel 3. 2 Blue Print Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik.....	27
Tabel 3. 3 Blue Print Pengambilan Data Skala Prokrastinasi Akademik	28
Tabel 3. 4 Tabel Alternatif Jawaban	29
Tabel 3. 5 Blue Print Uji Coba Skala <i>Self-Regulation</i>	30
Tabel 3. 6 Blue Print Pengambilan Data <i>Self-Regulation</i>	31
Tabel 3. 7 Alternatif Jawaban.....	32
 Tabel 4. 1 Hasil Uji Asumsi	 38
Tabel 4. 2 Deskripsi Statistik Variabel Prokrastinasi Akademik	40
Tabel 4. 3 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	40
Tabel 4. 4 Deskripsi Statistik Variabel <i>Self-Regulasi</i>	42
Tabel 4. 5 Kategorisasi <i>Self-Regulation</i>	42
Tabel 4. 6 Kategorisasi Jenis Kelamin Pada Prokrastinasi Akademik dengan <i>Self-Regulation</i>	43
Tabel 4. 7 Uji Korelasi Spearman.....	44

DAFTAR GAMBAR

Tabel 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	21
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Wawancara	56
Lampiran 2 Aitem Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik	58
Lampiran 3 Aitem Uji Coba Self-Regulation.....	61
Lampiran 4 Aitem Pengambilan Data Skala Prokrastinasi Akademik	63
Lampiran 5 Aitem Pengambilan Data Skala Self-Regulation.....	67
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian	70
Lampiran 7 Surat Data Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi	71
Lampiran 8 Screenshoot Google Formulir Skala Uji Coba	72
Lampiran 9 Screenshoot Google Formulir Skala Pengambilan Data	74
Lampiran 10 Tabel Coding Try out Skala Prokrastinasi Akademik.....	76
Lampiran 11 Tabel Coding Try out Skala Self-Regulation	79
Lampiran 12 Tabel Coding Pengambilan Data Prokrastinasi Akademik	82
Lampiran 13 Tabel Coding Pengambilan Data <i>Self-Regulation</i>	93
Lampiran 14 Tabel Uji Normalitas	99
Lampiran 15 Tabel Uji Korelasi	100
Lampiran 16 Tabel Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	101
Lampiran 17 Bukti Penyebaran Skala Uji Coba.....	102
Lampiran 18 Bukti Penyebaran Skala Penelitian	105
Lampiran 19 Lembar Bimbingan.....	108