

**Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi
Akademik Pada Mahasiswa Di Universitas X**

SKRIPSI

**Oleh :
Dyah Tiarannisa
202010515190**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan
Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Di
Universitas X

Nama Mahasiswa : Dyah Tiarannisa

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515190

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

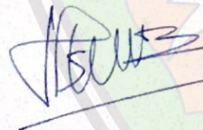
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Juli 2024

Jakarta, 23 Juli 2024

MENYETUJUI,

Pembimbing 1

Pembimbing 2



Sandra Adetya, M.Psi., Psikolog

Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0313128901

NIDN. 0326107706

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan
Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Di
Universitas X

Nama Mahasiswa : Dyah Tiarannisa

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515190

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Juli 2024

Jakarta, 23 Juli 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0326107706

Penguji I : Sandra Adetya, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0313128901


Penguji II : Rizma Afian Azhiim, S.IP., M.Si

NIDN. 0323129002

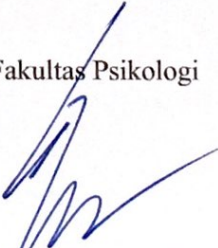
MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN. 0314078503


Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org., Psy., S.E., Psikolog

NIDK. 8957830022

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Di Universitas X 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 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.

Jakarta, 23 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Dyah Tiarannisa

(202010515190)

ABSTRAK

Dyah Tiarannisa. 202010515190. *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Di Universitas X*

Prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dilakukan oleh individu baik secara sengaja yang dapat merugikan diri sendiri dan menimbulkan penurunan prestasi akademik. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kemampuan mahasiswa dalam meregulasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Di Universitas X. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan Kuesioner melalui google form kepada 118 mahasiswa STBA JIA. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala prokrastinasi akademik dan skala regulasi diri yang telah diuji coba validitas dan reliabilitasnya dengan menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 25. Berdasarkan hasil uji korelasi, didapatkan nilai signifikansi 0,664 ($p > 0,05$) dan koefisien korelasi -0,040, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik. Meskipun arah hubungan negatif, korelasinya sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik.

Kata Kunci : *Mahasiswa, Prokrastinasi Akademik, Regulasi Diri*

ABSTRACT

Dyah Tiarannisa. 202010515190. *The Relationship Between Self-Regulation and Academic Procrastination at University X*

Academic procrastination is a behavior of delay in completing tasks carried out by individuals either intentionally which can harm themselves and cause a decrease in academic achievement. One factor that can affect academic procrastination is the ability of students to regulate themselves. This study aims to determine the relationship between self-regulation and academic procrastination at X University. This study uses a quantitative approach with a correlational research type. Data collection in this study was carried out by distributing questionnaires via google form to 118 STBA JIA students. The research instruments used were the academic procrastination scale and the self-regulation scale which had been tested for validity and reliability using the help of the IBM SPSS version 25 application. Based on the results of the correlation test, a significance value of 0.664 ($p > 0.05$) and a correlation coefficient of -0.040 were obtained, indicating that there was no significant relationship between self-regulation and academic procrastination. Although the direction of the relationship is negative, the correlation is very weak and statistically insignificant.

Keywords: *College Students, Academic Procrastination, Self-Regulation*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis sampaikan atas kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan hidayahnya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Di Universitas X” dengan baik dalam rangka menyelesaikan tugas akhir mata kuliah dan memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Selain itu, skripsi ini ditulis sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama masa perkuliahan di Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Meskipun dalam proses pelaksanaannya memiliki banyak kendala didalamnya, namun berkat hal tersebut peneliti bersyukur mendapatkan banyak pembelajaran yang baik selama proses penyusunan skripsi.

Dalam menyelesaikan skripsi ini tentunya peneliti menyadari bahwa kelancaran penyusunan materi ini tidak lepas dari nasehat, bantuan, dorongan dan bimbingan dari banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Adi Fahrudin, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi.
2. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku kepala Prodi Fakultas Psikologi.
3. Ibu Sandra Adetya, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang selalu bersedia untuk meluangkan waktunya memberikan dukungan, arahan, masukan serta motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
4. Ibu Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing 2 yang juga telah bersedia memberikan arahan, masukan serta kritikan dalam penelitian ini.

5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dan memberikan banyak ilmu.
6. Bapak H. Ali Khamainy, ST., MM selaku Ketua dari Pihak Kampus STBA JIA (Sekolah Tinggi Bahasa Asing JIA) dan Bapak Onin Najmudin, SS., M.Hum selaku Wakil Ketua III (Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama) yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian di kampus STBA JIA.
7. Mahasiswa/I kampus STBA JIA yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian.
8. Kedua orang tua peneliti yaitu Bapak Edy dan Ibu Tati yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, pengertian, semangat, serta adik dari peneliti yang selalu menghibur dan memberikan dukungan baik secara moril maupun materiil, berkat hal tersebut peneliti dapat menyelesaikan masa perkuliahan dan skripsi ini dengan baik serta tepat waktu.
9. Eni, Firstya, Syafira, Siti, Balqis selaku sahabat yang selalu memberikan bantuan, dukungan, dan juga motivasi kepada peneliti dalam mengerjakan skripsi
10. Diri sendiri yang telah berjuang dan bertahan untuk sampai pada saat ini. Semoga selalu bahagia dan terus belajar menjadi pribadi yang lebih baik dimasa depan.

Serta semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada peneliti yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu. Peneliti berharap semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan, kebahagiaan, serta perlindungan kepada mereka semua, Aamiin.

Jakarta, 08 Juli 2024

Dyah Tiarannisa

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 I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
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.....	11
2.1.3 Faktor Yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik	12
2.1.4 Alat Ukur Prokrastinasi Akademik.....	14
2.2 Regulasi Diri	14
2.2.1 Definisi Regulasi Diri	14

2.2.2 Dimensi-dimensi Regulasi Diri.....	15
2.2.3 Faktor Yang Memengaruhi Regulasi Diri.....	16
2.2.4 Alat Ukur Regulasi Diri.....	18
2.3 Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik.....	18
2.4 Hipotesis Penelitian	20
2.5 Kerangka Berpikir Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
3.1 Tipe Penelitian	21
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
3.2.1 Dependen Variabel Atau Variabel Terikat (Y)	21
3.2.2 Independen Variabel atau Variabel Bebas (X).....	22
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	22
3.3.1 Definisi Operasional Prokrastinasi Akademik.....	22
3.3.2 Definisi Operasional Regulasi Diri	22
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	23
3.4.1 Populasi Penelitian.....	23
3.4.2 Sampel dan Sampling	23
3.4.2.1 Sampel Penelitian.....	23
3.4.2.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.5.1 Instrumen Penelitian	26
3.5.1.1 Skala Prokrastinasi Akademik.....	27
3.5.1.2 Skala Regulasi Diri.....	30
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	32
3.5.2.1 Validitas	32
3.5.2.2 Reliabilitas	35
3.6 Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
4.1 Profil Responden Penelitian	37
4.2 Pelaksanaan Penelitian	38
4.2.1 Persiapan Penelitian	38

4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	38
4.3 Hasil Penelitian.....	39
4.3.1 Profil Demografis	39
4.3.2 Uji Asumsi Dasar	41
4.3.2.1 Uji Normalitas.....	41
4.3.2.2 Uji Linearitas.....	42
4.3.3 Kategorisasi Penelitian	43
4.3.3.1 Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik	43
4.3.3.2 Kategorisasi Variabel Regulasi Diri	46
4.3.4 Uji Hipotesis	48
4.3.4.1 Uji Korelasi.....	48
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	50
4.4.1 Validitas dan Reliabilitas	50
4.4.2 Profil Demografis	52
4.4.3 Uji Kategorisasi.....	52
4.4.4 Uji Korelasi	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
5.1 Kesimpulan	57
5.2 Saran.....	59
5.2.1 Saran Praktis	59
5.2.2 Saran Teoritis	59
DAFTAR PUSTAKA	61
Lampiran	66

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Total Mahasiswa/I STBA JIA	23
Tabel 3. 2 Pemberian Skor Model Likert.....	27
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik	29
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Regulasi Diri	31
Tabel 3. 5 Klasifikasi Validitas	32
Tabel 3. 6 Blue Print Skala <i>Prokrastinasi Akademik Setelah Try Out</i>	33
Tabel 3. 7 Blue Print Skala <i>Regulasi Diri Setelah Try Out</i>	34
Tabel 3. 8 Klasifikasi Skor Reliabilitas	35
Tabel 3.9 Uji Reliabilitas	36
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	37
Tabel 4. 2 Profil Demografis.....	40
Tabel 4. 3 Perbedaan Profil Demografis	40
Tabel 4. 4 Uji Normalitas.....	41
Tabel 4. 5 Uji Linearitas.....	42
Tabel 4. 6 Deskripsi Statistik Variabel Prokrastinasi Akademik	44
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik.....	45
Tabel 4. 8 Deskripsi Statistik Variabel Regulasi Diri	46
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Regulasi Diri.....	47
Tabel 4. 10 Uji Korelasi Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik	49
Tabel 4. 11 Tingkat Korelasi dan Hubungan.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir 20



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 – Kartu Bimbingan Skripsi	67
Lampiran 2 – Cek Plagiarisme	68
Lampiran 3 – Survey Awal	69
Lampiran 4 - Skala Prokrastinasi Akademik.....	71
Lampiran 5 - Skala Regulasi Diri.....	74
Lampiran 6 – Surat Izin Survey Awal.....	78
Lampiran 7 – Surat Izin Riset Penelitian	79
Lampiran 8 - Surat Balasan Izin Riset Penelitian.....	80
Lampiran 9 - Perizinan Skala Prokrastinasi Akademik	81
Lampiran 10 – Perizinan Skala Regulasi Diri.....	82
Lampiran 11 – Bukti Kuesioner <i>Google Form</i>	83
Lampiran 12 – Bukti Penyebaran <i>Link Google Form</i>	84
Lampiran 13 - Validitas & Reliabilitas Aitem Lengkap Skala Prokrastinasi Akademik	85
Lampiran 14 - Validitas & Reliabilitas Aitem Lengkap Skala Regulasi Diri.....	87
Lampiran 15 - Validitas & Reliabilitas Aitem Setelah Gugur Skala Prokrastinasi Akademik	89
Lampiran 16 - Validitas & Reliabilitas Aitem Setelah Gugur Skala Regulasi Diri.....	91
Lampiran 17 - Uji Demografis	93
Lampiran 18 - Uji Normalitas dan Linearitas	95
Lampiran 19 – Uji Kategorisasi	96
Lampiran 20 – Uji Korelasi	97
Lampiran 21 – Tabulasi Data Variabel Prokrastinasi Akademik.....	98
Lampiran 22 – Tabulasi Data Variabel Regulasi Diri.....	101