

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

EKA MEILANY ABDULRAHMAN
NPM : 1511700082

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2021

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

EKA MEILANY ABDULRAHMAN

NPM : 1511700082

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
SURABAYA**

2021

**HALAMAN PERNYATAAN
TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 10 Juli 2021



Eka Meilany Abdulrahman

1511700082



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Tlp. 031 593 1800 (ex.311)

Email : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Eka Meilany Abdulrahman
NPM : 1511700082
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive)** karya ilmiah saya yang berjudul

“Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir”

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 14 Juli 2020

Yang Menyatakan,

(Eka Meilany Abdulrahman)

TANDA TANGAN PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : EKA MEILANY ABDULRAHMAN
NPM : 1511700082
JUDUL : HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Surabaya, 10 Juli 2021

Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing I



Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing II



Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog

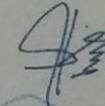
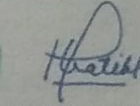
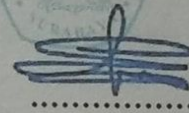
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagai Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 14 Juli 2021

Dewan Penguji :

1. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si., S.H.,
M.Kn., Psikolog
2. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog
3. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog



Mengesahkan,

Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Dr. Suroso, M.S., Psikolog

NPP. 20510.87.0122

MOTTO

**“If you don’t work hard, there won’t be a good result”
(J-HOPE BTS)**

**“Go on your own path even if you live for a day”
(JIMIN BTS)**

**“Maybe I made a mistake yesterday, but yesterday’s me is still me”
(RM BTS)**

**“Jadilah seseorang yang ketika kamu lahir, semua orang tertawa dan hanya kamu yang menangis. Lalu ketika kamu wafat, semua orang menangis dan kamu tersenyum”
(MAHATMA GANDHI)**

**“Orang yang tak pernah membuat kesalahan, maka tak akan pernah mencoba sesuatu yang baru”
(ALBERT EINSTEIN)**

**“Sabar adalah bahan ramuan paling menyehatkan dalam hidup kita”
(UMAR BIN KHATTAB)**

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan kepada Alm. Kakek, Mama dan Adik saya juga teman-teman saya tercinta yang telah menjadi penyemangat terhebat dalam memberikan dukungan kepada saya. Terima kasih atas doa, kasih sayang, dukungan, nasehat, uang serta pengorbanan yang sangat luar biasa untuk saya.

Terima kasih juga saya persembahkan kepada para guru dan dosen yang sudah memberikan saya ilmu yang sangat melimpah dari saya kecil sampai dengan saya duduk dibangku perkuliahan. Terima kasih atas bimbingannya. Aku tanpa kalian hanyalah kertas yang kosong.

LOVE

CURRICULUM VITAE

DATA PRIBADI

Nama Lengkap : Eka Meilany Abdulrahman
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat / Tanggal Lahir : Fakfak, 09 Mei 1999
Suku / Kebangsaan : Jawa / Indonesia
Status : Belum Menikah
Agama : Islam
Alamat Rumah : Garum, Blitar
Alamat Email : meilany25abdulrahman@gmail.com
No. Handphone : 082239013575
Jurusan : Psikologi



PENDIDIKAN FORMAL

2017-2021 : S1 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2014-2017 : SMA YPPK Santo Don Bosco Fakfak
2011-2014 : SMP Yapis 1 Fakfak
2006-2011 : SD Yapis Fakfak
2005-2006 : TK Al-Hidayah Bence

KEMAMPUAN DASAR DAN KOMPETENSI

1. Bahasa Indonesia (Aktif)
2. Bahasa Inggris (Pasif)
3. Ms. Word, Excel, Power Point
4. Administrasi Alat Tes Psikologi

Surabaya, 10 Juli 2021



Eka Meilany Abdulrahman

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah dengan segala puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas segala kelimpahan rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir” dengan baik.

Karya ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung pada penelitian ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Suroso, MS., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
5. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Pertama yang luar biasa selalu memberikan semangat dan motivasi juga masukannya hingga karya ini mampu terselesaikan
6. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali serta Dosen Pembimbing Kedua yang juga sangat luar biasa tiada henti untuk memberikan semangat dan juga motivasi serta membimbing saya mengenai mata kuliah sejak awal semester juga ilmu yang luar biasa dalam menyelesaikan karya ini.
7. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku Kepala UPKP pada tahun 2018/2019 dan Nindia Pratitis, M.Psi Psikolog selaku Kepala UPKP pada tahun 2019/2020 yang telah memberikan kepercayaan kepada saya untuk berproses dalam team di Biro UPKP. Bimbingan dari Ibu sangat berharga untuk saya yang dapat membuat saya bisa belajar menjadi pribadi yang lebih tangguh, bertanggung jawab dan disiplin juga ilmu yang sungguh luar biasa.
8. Kustini, S.Pd selaku Admin Keuangan UPKP yang telah banyak memberikan nasihat, motivasi dan semangat kepada saya juga team UPKP
9. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen mata kuliah umum yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan pengalaman yang baru untuk saya.

10. Segenap Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu kami dalam setiap urusan mata kuliah dan sidang skripsi
11. Dwi Anjar Sari yang telah memberikan semangat yang luar biasa sebagai seorang ibu , nasehat dan doa serta kasih sayang yang melimpah yang membuat saya mampu bertahan hingga sekarang
12. Nyoto Adhi Satria yang selalu menjadi adik sekaligus teman saya berbicara dan penghibur saat di rumah. Kamu terbaik.
13. Senior UPKP yang terdahulu (Mbak Hikmah, Mas Fais, Mas Idham, Mas Jeje, Mas Bayu, Mbak Mifta) yang telah memberikan banyak sekali motivasi, pembelajaran yang sangat berharga saat bekerja dalam team.
14. Senior UPKP angkatan 2015 (Mbak Risca, Mas Anhar, Mbak Febby) terimakasih sudah mengajarkan saya beserta team UPKP banyak pengalaman yang tidak akan pernah terlupakan selama menjadi team UPKP.
15. Senior UPKP angkatan 2016 (Mas Krisna, Mbak Ulfa, Mbak Haning, Mas Rizki) terimakasih atas banyaknya pengalaman dan pembelajaran yang sangat luar biasa di team UPKP dan juga ilmu yang diberikan serta kesabarannya dalam membimbing saya dan team UPKP. Kalian terbaik.
16. Team UPKP angkatan 2017 (Mbak Naih, Rama, Mitha, Ansori, Elsa, Elza) terimakasih telah menjadi anggota team yang luar biasa dalam team ini.
17. Team UPKP angkatan 2018 (Wulan, Febi, Arinda, Adinda, Mbak Halimah dan juga Puput) terima kasih telah menerima dan menerapkan pembelajaran dari kami team UPKP angkatan 2017, Selalu semangat dalam team ya.
18. Sahabat Senior (Mbak Fanny, Mbak Haning dan Mbak Ulfa) terima kasih telah sangat sabar dalam membimbing saya dalam ilmu dan pembelajaran yang berharga untuk menyelesaikan karya ini.
19. Sahabat seperjuangan kuliah (Rama, Della, Atta dan Diah) terima kasih sudah menjadi sosok penyemangat yang luar biasa dan mau bersama-sama berjuang demi menyelesaikan karya ini.
20. Kelompok bimbingan yang telah berjuang bersama selama skripsi online dimasa pandemi Covid-19 ini. Kalian luar biasa dan tetap semangat.
21. Responden yang telah dengan ikhlas dan mau meluangkan waktunya untuk saya dalam pengisian kuisioner penelitian. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan kalian semua.
22. Kepada Member BTS (Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung dan Jeon Jungkook) terimakasih telah menemani saya melalui layar kata, terima kasih atas lagu-lagu yang telah memberikan saya banyak inspirasi dalam hidup, kalian membuat saya kuat dalam menjalani kehidupan ini. Borahae !

23. Dan yang terakhir kepada segala kalangan yang telah berpartisipasi dalam memberikan semangat dan dukungan yang tidak bisa saya sebutkan. Kalian sumber semangat dan luar biasa mengajarkan makna hidup .

Dalam penelitian ini dijelaskan bagaimana penelitian ini dilaksanakan dimulai dari proses hingga hasil akhir yang telah didapatkan. Semoga isi dari karya ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan terkait dengan variabel yang diteliti. Peneliti menyadari bahwa di dalam penelitian ini masih banyak sekali kekurangan maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan karya ini. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Surabaya, 10 Juli 2021



Eka Meilany Abdulrahman

1511700082

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Eka Meilany Abdulrahman

Email : meilany25abdulrahman@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan suatu perilaku menunda-nunda dalam bidang akademik dengan sengaja baik dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang diberikan sehingga dalam pengerjaannya menjadi terhambat dan tugas tidak selesai secara tepat waktu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2017 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang sedang menempuh skripsi yang berjumlah 87 orang. Data penelitian ini diperoleh dengan kuisisioner kepada subjek yang memenuhi syarat partisipan. Penelitian ini menggunakan skala pengukuran yaitu skala *likert* dengan interval empat . Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji hipotesis penelitian teknik analisis dengan menggunakan uji Product Moment dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 25.00 for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir, dengan nilai koefisien sebesar $\rho = -0,809$ dengan nilai signifikan sebesar $p = 0,000 (<0,01)$.

Kata kunci: Kontrol diri, Prokrastinasi Akademik

RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND ACADEMIC PROCRASTINATION AT COLLEGE FINAL STUDENT

Eka Meilany Abdulrahman

Email: meilany25abdulrahman@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRACT

Academic procrastination is a behavior of procrastinating in the academic field intentionally both in starting and completing a given task so that the process becomes hampered and the task is not completed on time. This study aims to determine: the negative relationship between self-control and academic procrastination in students final level. The participants in this study were students of the psychology faculty class 2017 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya who were taking a thesis totaling 87 people. The data of this study were obtained by questionnaires to subjects who met the participant requirements. This study uses a measurement scale, namely the Likert scale with four intervals. This study uses a quantitative approach to test the research hypothesis of analytical techniques using the Product Moment test using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 25.00 for windows program. The results of this study indicate a very significant negative relationship between self-control and academic procrastination in final year students, with a coefficient value of $= -0.809$ with a significant value of $p = 0.000 (<0.01)$.

Keywords : *Self control, Academic procrastination*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
CURRICULUM VITAE	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	7
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
1. Tujuan Penelitian	7
2. Manfaat Penelitian	7
C. Keaslian Penelitian	8
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Prokrastinasi Akademik	11
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	11
2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik	12
3. Jenis-Jenis Prokrastinasi Akademik	14
4. Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	14
B. Kontrol Diri	17
1. Pengertian Kontrol Diri	17
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	18
3. Manfaat Kontrol Diri	20
C. Kerangka Berpikir	21
D. Hipotesis	22
BAB III: METODE PENELITIAN	23
A. Populasi dan Partisipan	23

1. Populasi	23
2. Partisipan	23
B. Desain Penelitian	24
C. Instrumen Pengumpulan Data	25
1. Skala Prokrastinasi Akademik	25
2. Skala Kontrol Diri	29
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	33
1. Uji Prasyarat	33
2. Analisis Data	34
BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Penelitian	35
1. Uji Hipotesis	35
2. Data Demografi Partisipan Penelitian	35
3. Analisis Deskriptif	36
B. Pembahasan	37
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Simpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik	26
Tabel 3.2 Hasil Uji Deskriminasi Item Prokrastinasi Akademik	27
Tabel 3.3 Uji Relibilitas Skala Prokrastinasi Akademik	28
Tabel 3.4 Blueprint Skala Kontrol Diri	30
Tabel 3.5 Hasil Uji Deskriminasi Item Kontrol Diri	31
Tabel 3.6 Uji Relibilitas Skala Kontrol Diri	32
Tabel 3.7 Uji Normalitas Sebaran	33
Tabel 3.8 Uji Linieritas	33
Tabel 4.1 Hasil Korelasi antara Variabel Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik	35
Tabel 4.2 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 4.3 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Status Kerja	36
Tabel 4.4 Hasil Interpretasi Skor Skala Prokrastinasi Akademik	36
Tabel 4.5 Hasil Interpretasi Skor Skala Kontrol Diri	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Item Skala Prokrastinasi Akademik	47
Lampiran 2 Tabulasi Jawaban Subjek Skala Prokrastinasi Akademik ...	52
Lampiran 3 Uji Validitas dan Relibilitas Skala Prokrastinasi Akademik	54
Lampiran 4 Item Skala Kontrol Diri	57
Lampiran 5 Tabulasi Jawaban Subjek Skala Kontrol Diri	63
Lampiran 6 Uji Validitas dan Relibilitas Skala Kontrol Diri	65
Lampiran 7 Uji Asumsi Klasik	68
Lampiran 8 Analisis Data Menggunakan Product Moment	70
Lampiran 9 Hasil Demografi dari Google Form	71
Lampiran 10 Perhitungan Kategori Skor Subjek	72
Lampiran 11 Surat Penelitian	79