

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
YANG BEKERJA**

SKRIPSI

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



Oleh :

**ISTIQOMAH
NPM : 1511700070**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2021

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
YANG BEKERJA**

SKRIPSI

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



Oleh :

ISTIQOMAH

NPM: 1511700070

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
SURABAYA
2021**

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : ISTIQOMAH

NIM : 1511700070

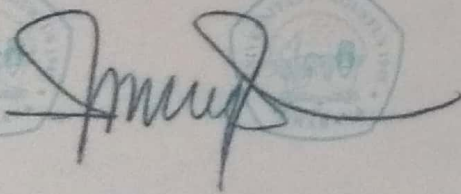
JUDUL : HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
YANG BEKERJA

Surabaya, 10 Juli 2021

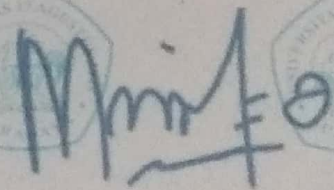
Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2



Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si., Psikolog



Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi

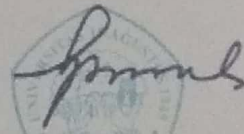
TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

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

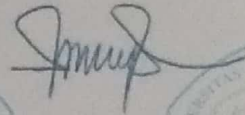
Pada Tanggal : 12 Juli 2021

Dewan Penguji :

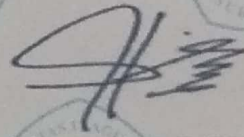
1. Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, MS., Psikolog



2. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., 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

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Istiqomah

NBI : 1511700070

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja” ini seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan plagiat atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran dan atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Surabaya, 10 Juli 2021

Yang membuat pernyataan,



Istiqomah

1511700070



**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	: Istiqomah
NPM	: 1511700070
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 Noneksklusif (Nonexclusive)* karya ilmiah saya yang berjudul

**“HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA”**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (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 : 10 Juli 2021

Yang Menyatakan,



Istiqomah

HALAMAN MOTTO

“Wahai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(Q.S. Al-Baqarah:153)

"Jagalah pikiranmu, karena akan menjadi perkataanmu
Jagalah perkataanmu, karena akan menjadi perbuatanmu
Jagalah perbuatanmu, karena akan menjadi kebiasaanmu
Jagalah kebiasaanmu, karena akan membentuk karaktermu
Jagalah karaktermu, karena akan membentuk nasibmu
Jadi nasibmu berawal dari pikiranmu”

Dalai Lama XIV

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Alhamdulillahirobil'alamin atas nikmat Allah SWT , karya ini saya persembahkan untuk kedua orangtua tercinta yang telah mencurahkan rasa kasih sayang dan senantiasa mendukung, Alm. bibi saya yang selalu saya rindukan, adik dan kakak tersayang yang menjadi sumber semangat dan saya persembahkan juga untuk diri saya sendiri terima kasih telah bertahan dan berjuang sejauh ini. Melewati beberapa fase roller coaster, naik turun, jatuh bangun. Semoga semuanya mendewasakan cara berpikir dan bertindak.

CURRICULUM VITAE

A. BIODATA MAHASISWA

Nama : Istiqomah
NBI : 1511700070
Program Studi : Psikologi
Tempat/ Tanggal Lahir : Surabaya, 09 Januari 1996
Agama : Islam
Jumlah Saudara/ Anak ke : 4 (Empat) / 2 (Dua)
Alamat Rumah : JL. Jemur Wonosari Gg Masjid No. 44 Surabaya
Email : iistiqomah996@gmail.com



B. BIODATA ORANG TUA

Nama Ayah : Nursyam
Nama Ibu : Riwati
Alamat Rumah : JL. Jemur Wonosari Gg Masjid No. 44 Surabaya
Pekekerjaan Ayah : Wiraswasta
Pekekerjaan Ibu : -

C. RIWAYAT PENDIDIKAN

SDN Jemursari II/525 Surabaya	(2002-2008)
SMP Bina Bangsa Surabaya	(2008-2011)
SMK Negeri 1 Surabaya	(2011-2014)
S1 Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	(2017-2021)

Surabaya, 10 Juli 2021



Istiqomah
1511700070

KATA PENGANTAR



Allhamdulillah, puji syukur penyusun panjatkan kepada Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penyusun mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja”. Dalam penyusunannya skripsi ini tidak lepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmad dan hidayahnya hingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA, selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Suroso, MS., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih telah meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk memberikan arahan, bimbingan, dan saran sehingga, penelitian ini dapat terselesaikan.
5. Mamang Efendi, S.Pd., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing II, terima kasih atas pengarahan, bimbingan, dan motivasi yang selalu diberikan kepada peneliti dari awal hingga selesai.
6. Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, MS., Psikolog, selaku Dosen Ketua Penguji , terimakasih atas arahan dan kesabaran yang telah diberikan kepada peneliti selama sidang berlangsung.
7. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Wali sekaligus Dosen Anggota Penguji , terima kasih telah memberikan pengarahan, bimbingan dan dukungan kepada peneliti selama menempuh masa studi.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi atas ilmu serta pengalaman bermanfaat yang telah diberikan selama peneliti menuntut ilmu di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
9. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu menyelesaikan administrasi akademik sebagai mahasiswa dan juga keperluan skripsi.
10. Ayah dan Ibu tercinta, serta adik dan kakak yang tak pernah lelah memberikan do'a, dukungan, nasihat dan kesabaran. Terima kasih atas hamparan kasih sayang yang begitu luas.
11. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi dan saling

- mendukung, serta yang telah turut membantu terselesaikannya penelitian ini.
12. Seluruh partisipan dan teman-teman yang membantu menyebarkan kuesioner penelitian ini. Terima kasih telah menyempatkan waktu kalian.
 13. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas do'a, bantuan dan dukungannya. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat atas kebaikan kalian.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi memperbaiki skripsi ini atau untuk penelitian selanjutnya. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Surabaya, 10 Juli 2021

Penulis



Istiqomah

1511700070

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

Istiqomah

iistiqomah996@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik. Subjek penelitian adalah mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Fakultas Psikologi angkatan 2017-2020 sejumlah 145 mahasiswa yang diambil dengan menggunakan teknik insidental sampling. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala regulasi diri dan skala prokrastinasi akademik yang disusun sendiri oleh peneliti dengan menggunakan model skala Likert. Analisis data menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan nilai $r_{xy} = -0,351$ pada $p=0,000$ ($p < 0,01$), variabel regulasi diri berkorelasi secara signifikan dengan variabel prokrastinasi akademik maka hipotesa penelitian yang menyebutkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara variabel regulasi diri dengan prokrastinasi akademik, diterima. Artinya, regulasi diri tinggi, maka prokrastinasi akan rendah, sebaliknya apabila regulasi diri rendah maka prokrastinasi akan tinggi.

Kata Kunci : Prokrastinasi akademik, Regulasi diri

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION WITH ACADEMIC PROCRASTINATION IN WORKING STUDENTS

Istiqomah

iistiqomah996@gmail.com

**Faculty of Psychology University of August 17, 1945 Surabaya
2021**

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-regulation and academic procrastination. The research subjects were students of the University of 17 August 1945, Faculty of Psychology, class of 2017-2020, a total of 145 students were taken using incidental sampling technique. The data collection method in this study used a self-regulation scale and an academic procrastination scale which was compiled by the researcher using a Likert scale model. The data analyst used the product moment correlation test. The results showed that the value of $r_{xy} = -0.351$ at $p = 0.000$ ($p < 0.01$), the self-regulation variable is significantly correlated with the academic procrastination variable, the research hypothesis which states that there is a significant negative correlation between the self-regulation variable and academic procrastination is accepted. That is, if self-regulation is high, procrastination will be low, otherwise if self-regulation is low, procrastination will be high.

Keywords: Academic procrastination, self-regulation.

DAFTAR ISI

Halaman Judul Skripsi	i
Halaman Persetujuan Skripsi.....	ii
Halaman Pengesahan Skripsi	iii
Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan	iv
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	v
Halaman Motto	vi
Halaman Persembahan	vii
Curriculum Vitae	viii
Kata Pengantar.....	ix
Abstrak.....	xi
Daftar Isi.....	xiii
Daftar Tabel.....	xv
Daftar Gambar	xvi
Daftar Lampiran	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	7
B. Tujuan Dan Manfaat	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. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik	13
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	14
B. Regulasi Diri	16
1. Pengertian Regulasi Diri	16
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri.....	17
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....	18
4. Manfaat Regulasi Diri.....	20
C. Kerangka Berpikir	20
D. Hipotesis	23

BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Populasi Dan Partisipan	25
1. Populasi.....	25
2. Partisipan.....	25
B. Desain Penelitian.....	26
C. Instrumen Pengumpulan Data	26
1. Skala Prokrastinasi Akademik.....	27
2. Skala Regulasi Diri	32
D. Uji Prasyarat Dan Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran	43
Daftar Pustaka	45
Lampiran	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa S-1 Psikologi Angkatan Tahun 2017-2020.....	25
Tabel 2. Skor Penilaian Butir Skala	27
Tabel 3. Blue Print Penyebaran Aitem Skala Prokrastinasi Akademik.....	28
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Isi Skala Prokrastinasi Akademik	29
Tabel 5. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik	30
Tabel 6. Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Diskriminasi	31
Tabel 7. Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik	32
Tabel 8. Blue Print Penyebaran Aitem Skala Regulasi Diri	33
Tabel 9. Hasil Uji Validitas Isi Skala Regulasi Diri	34
Tabel 10. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Regulasi Diri.....	35
Tabel 11. Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Uji Diskriminasi	36
Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri.....	37
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	37
Tabel 14. Hasil Uji Linieritas	38
Tabel 15. Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir	22
Gambar 2. Skema Hubungan Variabel Bebas dan Terikat	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Kuisisioner Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Validasi.....	49
Lampiran 2	: Kuisisioner Skala Prokrastinasi Akademik Sesudah Validasi	53
Lampiran 3	: Kuisisioner Skala Regulasi Diri Sebelum Validasi	57
Lampiran 4	: Kuisisioner Skala Regulasi Diri Sesudah Validasi.....	61
Lampiran 5	: Data Mahasiswa Kelas Sore	64
Lampiran 6	: Tabulasi Data Prokrastinasi Akademik Sebelum Validasi	73
Lampiran 7	: Tabulasi Data Prokrastinasi Akademik Sesudah Validasi	80
Lampiran 8	: Tabulasi Data Regulasi Diri Sebelum Validasi	86
Lampiran 9	: Tabulasi Data Regulasi Diri Sesudah Validasi	92
Lampiran 10	: Uji Validitas Isi Skala Prokrastinasi Akademik	98
Lampiran 11	: Uji Validitas Isi Skala Regulasi Diri.....	102
Lampiran 12	: Uji Validitas Konstruk Dan Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik	106
Lampiran 13	: Uji Validitas Konstruk Dan Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri.....	116
Lampiran 14	: Uji Normalitas	125
Lampiran 15	: Uji Linieritas	128
Lampiran 16	: Uji Analisis <i>Product Moment</i>	135
Lampiran 17	: Jawaban Responden dari <i>Google Form</i>	138