

**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK DAN INTENSITAS  
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA  
YANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

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



**Disusun Oleh :**

**EVA MUJIANA  
NPM. 1511800154**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
SURABAYA  
2022**

**Skripsi**

**HALAMAN JUDUL**

**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK DAN INTENSITAS  
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA  
YANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)

Pada Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

DISUSUN OLEH :

**EVA MUJIANA**

NPM: 1511800154

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Eva Mujiana

NPM : 1511800154

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik dan Intensitas Penggunaan Media Soaial pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi.

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam penelitian ini seluruhnya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan plagiasi ataupun pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar di suatu perguruan tinggi dan tidak terdapat kutipan dari karya orang lain keculai yang secara tertulis sudah disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila ditemukan bukti bahwa dalam pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima segala sanksi sesuai dengan ketemtuan yang berlaku.

Surabaya, 4 Juli 2022



Eva Mujiana



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)  
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

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

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Mujiana  
NBI/ NPM : 1511800154  
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 Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

Hubungan manajemen waktu dengan prokastinasi akademik dan Intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

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 tetap tercantum.

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada tanggal : 12 Juli 2022

Yang Menyatakan,

Eva Mujiana

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**NAMA** : EVA MUJIANA  
**NBI** : 1511800154  
**JUDUL** : HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA YANG MENERJAKAN SKRIPSI

Surabaya, 4 Juli 2022

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I



Dra. Tatik Meiyuantariningsih, M.Kes, Psikolog

Dosen Pembimbing II




Akta Ririn Aristawati, M.Psi., Psikolog

## HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

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: 14 Juli 2022  
Dewan Penguji:

1. Drs. Sahat Saragih., M.Si



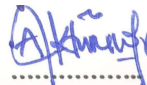
.....

2. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog



.....

3. Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog



.....

Mengesahkan

Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan,



The official stamp is circular with a tree in the center. The text around the tree reads 'UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA' at the top and 'FAKULTAS PSIKOLOGI' at the bottom. A handwritten signature in blue ink is written over the stamp.

Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog  
NPP. 20510.02.0552

## **MOTTO**

*“There is only one thing that make a dream impossible to achieve : The fear  
or failure”*

**-Paulo Coelho, The Alchemist -**

## **PERSEMBAHAN**

Bismillahirrohmanirrohim

Pertama-tama saya ucapkan terimakasih kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmatnya dengan memberikan saya kesehatan selalu sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik. Karya ini saya persembahkan kepada :

Kedua orangtua saya tercinta terkhusus Ibu saya yang telah berjuang demi menyekolahkan saya hingga tingkat perguruan tinggi dan mendapatkan gelar S1.

Kedua Dosen pembimbing saya yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing saya sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Semoga selalu diberikan kesehatan serta senantiasa dilindungi oleh Allah SWT.

Terimakasih kepada sahabat saya yang selalu berada disisi saya dan selalu memberikan support yang membuat bertahan hingga saat ini. Terimakasih juga kepada teman-teman saya yang sudah membantu saya ketika saya mengalami kesulitan dalam menyusun tugas akhir ini.

Terimakasih kepada diri saya sendiri karena sudah mampu bertahan hingga saat ini dan untuk berada di tahap saat ini bukanlah hal mudah semoga kedepannya saya dapat semakin berkembang dan berhasil mencapai mimpi-mimpi saya.

**“TERIMA KASIH UNTUK SEMUANYA”**



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. BIODATA MAHASISWA

Nama : Eva Mujiana  
NPM : 1511800154  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Tempat, tanggal lahir : Sampang, 06 Juni 1999  
Agama : Islam  
Urutan Kelahiran : 1  
Alamat Rumah : Jl. Keputih Tegal Tim. Baru Gg.1A No.12  
Email : evamujiana@gmail.com



### B. BIODATA ORANGTUA

Nama Ayah : Djubri  
Nama Ibu : Tiani  
Alamat Rumah : Jl. Keputih Tegal Tim. Baru Gg.1A No.12 ,  
Surabaya  
Pekerjaan Ayah : Wiraswasta  
Pekerjaan Ibu : Ibu rumah tangga

### C. RIWAYAT PENDIDIKAN

SD : SDI Saroja Surabaya  
SMP : SMP Dharma Wanita Surabaya  
SMA : SMA 17 Agustus 1945 Surabaya  
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Surabaya, 4 Juli 2022

Eva Mujiana

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan manajemen waktu dengan prokastinasi akademik dan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi” dengan baik. Adapun skripsi ini penulis maksudkan untuk mwmwnuhi tugas dan melengkapi syarat kelulusan dalam meraih gelar Sarjana Psikologi (S1) di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini tidak lepas dari kesalahan dan jauh dari kata sempurna dan tidak lepas pula dari bimbingan dan bantuan serta arahan dari berbagai pihak. Oleh karenanya pada kesempatan ini dengan segala hormat dan ketulusan hati, penulis menyampaikan terimakasih yang tiada terkira atas segala bantuan baik secara moril maupun materil kepada :

1. Prof . Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA. Selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr.Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi, M.Si.,Psikolog, Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofia, S.Psi, M.Si., Psikolog, Selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes, Psikolog, Selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, kritik serta saran dengan penuh kesabaran hingga terselesaikannya tugas akhir ini.
5. Akta Ririn Aristawati., M.si., Psikolog, Selaku Dosen Pembimbing II yang sudah meluangkan waktu dengan memberikan bimbingan, koreksi, mengarahkan penulis hingga proses penelitian selesai.
6. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., Psikolog, Selaku Dosen wali terimakasih selama 8 semester ini telah membimbing penulis.
7. Seluruh Dosen Fakultas PSikologi UNTAG Surbaya, yang telah memberikan banyak ilmu dan mendidik penulis hingga saat ini.
8. Keluarga saya tercinta, segala dukungan yang diberika keapada peneliti hingga saat ini sehingga peniliti bisa mewujudkan keinginan keluarga untuk bergelar S1.
9. Seluruh partisipan penelitian dan pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian ini. Semoga penelitian ni dapat memberikan manfaat bagi semua.
10. Sahabat saya Jullinar Dwi Pangesti yang sudah mendampingi peneliti dan memberikan banyak dukungan serta bersedia meminjamkan laptonya untuk kelancaran penelitian ini dan Satrio yang sudah membantu mendownloadkan

spss serta teman-teman seperjuangan skripsi yang telah membantu peneliti hingga akhir.

Akhir kata, peneliti ucapkan permohonan maaf apabila dalam karya tulis masih terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan, karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT semata. Peneliti mengharapkan saran serta kritikan yang nantinya akan membangun dan meningkatkan mutu keilmiah karya tulis peneliti yang sangat sederhana ini. Sekian Terimakasih.

Surabaya, 4 Juli 2022  
Penyusun

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Eva Mujiana', with a long horizontal stroke extending to the right.

Eva Mujiana

# HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Eva Mujiana

[evamujiana@gmail.com](mailto:evamujiana@gmail.com)

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik dan Intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berjumlah 118 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan Teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan data dilakukan dengan menggunakan angket yang disebar secara online melalui *google form*. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi pearson variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik memperoleh nilai koefisien korelasi  $-0,793$  dan  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ) artinya memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Sementara uji korelasi range spearman variabel manajemen waktu dengan intensitas penggunaan media sosial memperoleh nilai koefisien korelasi  $-0,198$  dan  $p= 0,032$  ( $p<0,05$ ) artinya memiliki hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan intensitas penggunaan media sosial. Sumbangan efektif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik sebesar  $62,8\%$ , sedangkan sumbangan efektif manajemen waktu dengan intensitas penggunaan media sosial sebesar  $5,1\%$ .

**Kata Kunci** : *Manajemen waktu, Prokrastinasi Akademik, Intensitas Penggunaan Media Sosial*

# THE RELATIONSHIP OF TIME MANAGEMENT WITH ACADEMIC PROCRASTINATION AND SOCIAL MEDIA USE INTENSITY IN STUDENTS WHO WORKING ON THE THESIS

Eva Mujiana

[evamujiana@gmail.com](mailto:evamujiana@gmail.com)

Faculty of Psychology University 17 august 1945 Surabaya

## ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between time management and academic procrastination and the intensity of the use of social media in students who are working on their thesis. This type of research is correlational with a quantitative approach. The subjects in this study were students of the psychology faculty of the University of 17 August 1945, Surabaya, totaling 118 students. The sampling technique was carried out by purposive sampling technique. The data collection technique was carried out using a questionnaire distributed online via google form. Based on the results of the analysis using the Pearson correlation test, the time management variable with academic procrastination obtained a correlation coefficient value of -0.793 and  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) meaning that it has a very significant negative relationship between time management and academic procrastination. While the Spearman range correlation test for time management variables with the intensity of social media use obtained a correlation coefficient value of -0.198 and  $p = 0.032$  ( $p < 0.05$ ) meaning that it has a significant negative relationship between time management and the intensity of social media use. The effective contribution of time management to academic procrastination is 62.8%, while the effective contribution of time management to the intensity of social media use is 5.1%.

**Keywords :** *time management, academic procrastination, intensity of use of social media.*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
DAFTAR RIWAYAH HIDUP .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK .....	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
B. Tujuan dan Manfaat.....	6
1.1 Tujuan Penelitian.....	6
1.2 Manfaat Penelitian.....	6
C. Keaslian Penelitian .....	7
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10

A.	Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	10
2.1	Pengertian Intensitas .....	10
2.2	Pengertian Media Sosial.....	10
2.3	Pengertian Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	11
2.4	Aspek-aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	12
2.5	Faktor-faktor yang mempengaruhi Intensitas Penggunaan Media sosial.....	14
B.	Prokrastinasi Akademik.....	16
2.1	Pengertian Prokrastinasi .....	16
2.2	Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	17
2.3	Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	18
2.4	Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik ..	21
C.	Manajemen Waktu.....	23
1.1	Pengertian Manajemen Waktu .....	23
2.2	Aspek-aspek Manajemen Waktu.....	24
2.3	Faktor-faktor yang mempengaruhi Manajemen Waktu .....	25
D.	Kerangka Berfikir .....	26
E.	Hipotesis .....	28
BAB III.....		29
METODE PENELITIAN .....		29
A.	Populasi dan Sampel.....	29
3.1	Populasi .....	29
3.2	Partisipan.....	29
B.	Desain Penelitian .....	29
C.	Instrumen Penggumpulan Data .....	30
3.1	Skala Prokrastinasi Akademik.....	31
3.2	Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	35
3.3	Skala Manajemen Waktu .....	39

D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	42
3.1 Uji Prasyarat.....	42
3.2 Analisis Data .....	43
BAB IV .....	45
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan .....	47
BAB V.....	50
KESIMPULAN DAN SARAN .....	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran .....	50
Daftar Pustaka .....	52
LAMPIRAN.....	57



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Hubungan variabel bebas dan variabel terikat .....	27
Gambar 2. Bagan Hubungan variabel Manajemen waktu (X), dengan variabel Prokrastinasi Akademik (Y1) dan variabel Intensitas penggunaan media sosial (Y2) dalam penelitian .....	30

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skoring Aitem .....	31
Tabel 2 Sebaran Aitem Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum di Uji Coba .....	31
Tabel 3 Sebaran Aitem Skala Prokrastinasi Akademik Setelah di Uji Coba .....	32
Tabel 4 Hasil validitas aitem skala prokrastinasi akademik sebelum di uji coba .....	34
Tabel 5 Hasil uji reliabilitas skala prokrastinasi akademik sebelum di uji coba .....	35
Tabel 6 Sebaran aitem intensitas penggunaan media sosial sebelum diuji coba .....	36
Tabel 7 Sebaran Aitem Intesnitias Penggunaan Media Sosial Setelah di Uji Coba .....	36
Tabel 8 Hasil validitas aitem skala intensitas penggunaan media sosial sebelum di uji coba .....	38
Tabel 9 Hasil uji reliabilitas skala intensitas penggunaan media sosial .....	38
Tabel 10 Sebaran aitem skala manajemen waktu sebelum di uji coba .....	39
Tabel 11 Sebaran Aitem Skala Manajemen Waktu Setelah di Uji Coba .....	40
Tabel 12 Hasil validitas skala manajemen waktu sebelum di uji coba .....	41
Tabel 13 Hasil uji reliabilitas skala manajemen waktu .....	42
Tabel 14 Uji linearitas variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik .....	43
Tabel 15 Uji Linearitas variabel manajemen waktu dengan Intensitas penggunaan media sosial .....	43
Tabel 16 Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment .....	46
Tabel 17 Hasil Perhitungan korelasi range spearman .....	46
Tabel 18 Hasil R Square .....	47
Tabel 19 Perhitungan mean hipotetik dan mean empirik .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian.....	57
Lampiran 2 Skala Prokrastinasi Akademik.....	57
Lampiran 3 Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	61
Lampiran 4 Skala Manajemen Waktu.....	64
Lampiran 5 Tabulasi Data Prokrastinasi Akademik.....	67
Lampiran 6 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	75
Lampiran 7 Tabulasi Data Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	79
Lampiran 8 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	87
Lampiran 9 Tabulasi Data Manajemen Waktu.....	90
Lampiran 10 Uji Validitas dan Reliabilitas skala Manajemen Waktu .....	98
Lampiran 11 Uji Normalitas .....	102
Lampiran 12 Uji Linearitas .....	103
Lampiran 13 Uji Korelasi Pearson.....	104
Lampiran 14 Uji Korelasi Spearman.....	104
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian.....	106