

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN PROKRASINASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

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



Oleh:

FITHRICKA RAHMA

NPM. 1511505466

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

2019

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN PROKRASINASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

FITHRICKA RAHMA

NPM. 1511505466

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

2019

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : FITHRICKA RAHMA

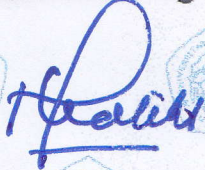
NPM : 1511505466

**JUDUL : HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN PROKRASITINASI AKADEMIK
MAHASISWA**

Surabaya, 24 Juli 2019

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



Drs. Herlan Praktiko, M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing II



Karolin Rista R., 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 sebagian Syarat-syarat
Guna memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : 29 Juli 2019

Dewan Penguji:

1. **Drs. Sahat Saragih, M.Si**

2. **Drs. Herlan Praktiko, M.Si., Psikolog**

3. **Karolina Rista R., S.Psi., M.Psi., Psikolog**

**Mengesahkan,
Fakultas Psikologi**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

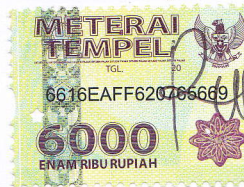
Dekan,

Dr. Suroso, MS., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu 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, 24 Juli 2019



FITHRICKA RAHMA

NPM: 1511505466



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 di bawah ini :

Nama : *Fithricka Rahma*
NBI : *1511505466*
Fakultas : *Psikologi*
Program Studi : *Psikologi*
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan Penelitian/Makalah

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

*Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan
Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*

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 : *24 Juli 2019*

Yang Menyatakan,



(.....)

Fithricka Rahma

MOTTO

“Sesuatu yang belum dikerjakan, sering tampak mustahil; kita baru yakin ketika telah berhasil menyelesaikannya” (Evelyn Underhill)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.” (QS. Al-Insyirah,6-8)”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis dedikasikan kepada kedua orang tua tercinta, Ayahanda dan Ibunda, ketulusanya dari hati atas doa yang tak pernah putus, semangat yang tak ternilai. Serta Untuk Orang-Orang Terdekatku Yang Tersayang.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat serta hidayah dan kasih Nya yang telah memberikan kesempatan, kemudahan, dan kelancaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan pada waktunya. Adapun judul skripsi ini adalah “Hubungan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa”. Skripsi ini peneliti susun sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pada fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak sekali mendapat bimbingan, bantuan, nasehat dan dukungan dari banyak pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi banyak atas terselesaikannya skripsi ini. Ucapan terima kasih ditujukan kepada:

1. Dr. Mulyanto Nugroho, MM.,CMA.,CPAI selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Bapak Dr. Suroso, M.S., Psikolog sekalu Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Ibu Diah Sofiah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
4. Bapak Drs. Djoko Budi Utomo, MS. (Alm) selaku dosen pembimbing 1 yang sudah memberikan motivasi dan doa dalam penyelesaian karya tulis ini.
5. Bapak Drs. Herlan Praktiko, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang telah sabar membimbing, memberikan nasehat, motivasi serta dukungan dan doa sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ini.
6. Ibu Karolin Rista R., S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, kepercayaan, motivasi serta doa sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan.
7. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
8. Bapak dan Ibu TU Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu dalam mengurus segala macam administrasi.
9. Bapak-bapak di perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah banyak membantu dan mempermudah penyelesaian karya tulis ini.

10. Kedua orang tua saya yang tidak henti-hentinya memberikan doa, motivasi dan kepercayaannya selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
11. Om dan Tante yang telah memberikan dukungan serta doanya selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
12. Teman-teman angkatan 2015 yang saling memberikan motivasi dan sama-sama berjuang menyelesaikan skripsi.

Teristimewa penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya dengan segala cinta dan hormat kepada Ayahanda dan Ibunda serta kakak saya yang telah mencurahkan segala cinta, kasih sayang dan perhatiannya dengan keikhlasannya tiada tara, disertai doa yang tak henti-hentinya kepada Allah SWT demi keberhasilan dan motivasi penulis. Mudah-mudahan skripsi yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi penyusun sendiri dan semua pihak yang membutuhkan. Atas segala bantuan dan partisipasi yang telah diberikan semoga menjadi amal saleh dan mendapat balasan yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Amin

Surabaya, 24 Juli 2019

Fithricka Rahma

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan Skripsi	ii
Halaman Pengesahan Skripsi	iii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Curriculum Vitae	vii
Kata Pengantar	viii
Abstrak	x
Abstract	xi
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xiv
Daftar lampiran	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	4
B. Tujuan dan Manfaat	5
1. Tujuan Penelitian	5
2. Manfaat Penelitian	5
C. Keaslian Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi Akademik	8
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	8
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik	9
3. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik	11
4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	12

B. Kontrol Diri.....	15
1. Pengertian Kontrol Diri.....	15
2. Aspek-aspek Kontrol Diri	16
3. Jenis-jenis Kontrol Diri.....	17
4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri	17
5. Fungsi Kontrol Diri.....	18
C. Mahasiswa.....	19
1. Pengertian Mahasiswa.....	19
2. Peran dan Fungsi Mahasiswa.....	19
D. Kerangka Berfikir	20
E. Hipotesis	21

BAB III METODE PENELITIAN

A. Populasi dan Subyek Penelitian	22
1. Populasi.....	22
2. Partisipan.....	22
B. Disain Penelitian	23
C. Instrumen Pengumpul Data.....	24
1. Skala 1 (Prokrastinasi Akademik).....	25
2. Skala 2 (Kontrol Diri)	29
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	33
1. Uji Prasyarat.....	33
2. Analisis Data.....	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	37
B. Pembahasan.....	38

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	42
B. Saran	42
1. Bagi Mahasiswa	42
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	42

DAFTAR PUSTAKA	43
----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi Semester Genap 2018/2019	22
Tabel 2 Skor Aitem.....	25
Tabel 3 <i>Blue print</i> Prokrastinasi Akademik.....	26
Tabel 4 Skor Aitem Skala Prokrastinasi Akademik.....	27
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Prokrastinasi Akademik	29
Tabel 6 Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	29
Tabel 7 <i>Blue print</i> Kontrol Diri	30
Tabel 8 Skor Aitem Skala Kontrol Diri	31
Tabel 9 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Kontrol Diri.....	32
Tabel 10 Reliabilitas Skala Kontrol Diri	33
Tabel 11 Hasil Uji Normalitas Sebaran	34
Tabel 12 Hasil Uji Linieritas.....	35
Tabel 13 Korelasi Spearman.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kontrol Diri Sebelum Uji Coba.....	46
Lampiran 2 Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba	49
Lampiran 3 Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba	52
Lampiran 4 Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba	56
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri Uji Coba	60
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik Uji Coba.....	64
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri	68
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik	70
Lampiran 9 Tabulasi Data Skala Kontrol Diri Uji Coba.....	76
Lampiran 10 Tabulasi Data Skala Prokrastinasi Akademik Uji Coba	80
Lampiran 11 Tabulasi Data Skala Kontrol Diri	84
Lampiran 12 Tabulasi Data Skala Prokrastinasi Akademik	90
Lampiran 13 Hasil Uji Normalitas.....	93
Lampiran 14 Hasil Uji Linieritas	94
Lampiran 15 Hasil Uji Korelasi Spearman's Rho.....	95
Lampiran 16 Informed Consent	96
Lampiran 17 Hasil Turnitin	97

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

Fithricka Rahma
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 2945 Surabaya
Jalan Semolowaru No. 45 Surabaya
Email: rahmafithricka@yahoo.com

ABSTRAK

Perilaku menunda-nunda suatu pekerjaan atau tugas dengan sengaja dan dilakukan secara terus menerus disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi dapat dilakukan siapapun, dalam pendidikan perilaku menunda-nunda pekerjaan atau tugas disebut dengan prokrastinasi akademik. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat prokrastinasi akademik adalah kontrol diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi angkatan 2012, 2013, 2014 di Untag Surabaya. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional, yaitu untuk mengetahui hubungan dari suatu variabel terhadap variabel lainnya. Subyek yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi angkatan 2012, 2013, 2014 di Untag Surabaya yang berjumlah 89 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *insidental sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kontrol diri dan skala prokrastinasi akademik. Analisis data yang digunakan adalah teknik uji korelasi Spearman dengan bantuan SPSS versi 24.0 *for windows*. Hasil analisis data menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = -0.569$ pada taraf signifikansi ($p = 0.000$; $p < 0.001$) artinya ada korelasi negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki mahasiswa semakin rendah kecenderungan tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa. Jadi, hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci : Kontrol Diri, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONTROL WITH THE TENDENCY OF ACADEMIC PROKRASTINASI ON COLLEGE STUDENTS

Fithricka Rahma
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 2945 Surabaya
Jalan Semolowaru No. 45 Surabaya
Email: rahmafithricka@yahoo.com

ABSTRACT

The behavior of procrastinating a work or duty intentionally and done continuously referred to as prokrastinasi. Prokrastinasi can be done anyone in education, job or task delay behaviour referred to by academic prokrastinasi. One of the factors that can affect the level of academic prokrastinasi is self control. This research aims to know the connection between self control with prokrastinasi on academic Psychology student force 2012, 2013, 2014 in the Untag Surabaya. This research using quantitative research jenili korelasional, i.e. to know the relationship of one variable against other variables. The subjects taken in this research is the psychology student force 2012, 2013, 2014 in the Untag Surabaya which amounted to 89 students. Retrieval technique of sampe in the research is the incidental sampling techniques. Method of data collection in this study using self control scale and the scale of academic prokrastinasi. The analysis of the data used is correlation Spearman test techniques with the help of SPSS for windows version 24.0. The results of the analysis of the data using the Spearman correlation test showed a correlation coefficient $r_{xy} = -0.569$ on significance levels $(p) = 0.000$; $(p < 0.001)$ means that there is a significant negative correlation between self control with the tendency of academic prokrastinasi on college students. The higher self control students owned the lower academic degree of inclination prokrastinasi committed students. So, the hypothesis proposed is accepted.

Keywords: Self Control, Prokrastinasi Of Academic, Student