

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS BERMAIN GAME
ONLINE DAN STRES AKADEMIK DENGAN
PROKRASITINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI
SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh :

REIHAN FIRJATULLAH PUTRA HENDIAKA
1512100283

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS BERMAIN GAME
ONLINE DAN STRES AKADEMIK DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI
SURABAYA**

SKRIPSI

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



oleh:

Reihan Firjatullah Putra Hendiaka

1512100283

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS BERMAIN GAME
ONLINE DAN STRES AKADEMIK DENGAN
PROKRAS TINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI
SURABAYA**

SKRIPSI

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



oleh:

Reihan Firjatullah Putra Hendiaka

1512100283

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 15 Desember 2024



Reihan Firjatullah Putra Hendiaka

NBI: 1512100283



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**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 : Reihan Firjatullah Putra Hendiaka
NBI/ NPM : 1512100283
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 Antara Intensitas Bermain Game Online dan Stres
Akademik dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa di
Surabaya**

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 : Surabaya
Pada tanggal : 15 Desember 2024



(Reihan Firjatullah Putra Hendiaka)

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

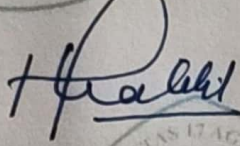
NAMA : Reihan Firjatullah Putra Hendiaka
NBI : 1512100283
JUDUL : Hubungan Antara Intensitas Bermain Game Online dan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Surabaya

Surabaya, 15 Desember 2024

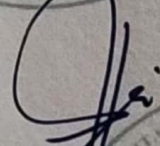
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



**Drs. Herlan Pratikto, M.Psi.,
Psikolog**



**Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog**

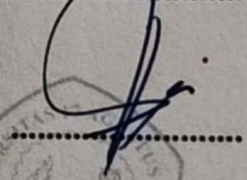
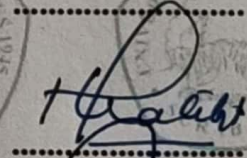
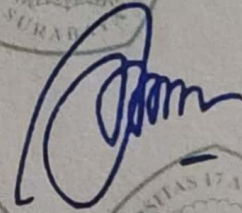
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**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 : 15 Desember 2024

Dewan Penguji :

- 1. Nindia Pratitis, M.Psi., Psikolog**
- 2. Drs. Herlan Pratikto, MSi., Psikolog**
- 3. Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog**



Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



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

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

"Tepat waktu bukan berarti terburu-buru. Kalau sudah jalannya, yang diinginkan akan datang. Kalau bukan jalannya, ada hal yang lebih baik sedang dipersiapkan"

- **Fiersa Besari**

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kepada Allah SWT, saya panjatkan rasa syukur atas kemudahan dan kelancaran yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saya persembahkan karya ini untuk diri saya sendiri, sebagai bentuk penghargaan atas kerja keras dan usaha yang telah dilakukan hingga saat ini.

Saya juga ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada orang tua dan kakak yang selalu memberikan dukungan dan doa. Kehadiran kalian adalah motivasi terbesar dalam menyelesaikan perjalanan akademik ini.

Ucapan terima kasih saya tujukan kepada dosen pembimbing, Bapak Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog dan Bapak Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog atas bimbingan, dan arahan yang telah diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Akhirnya, saya berterima kasih kepada saudara, teman-teman, dan semua pihak yang telah memberikan semangat dan dukungan selama perjalanan ini.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Reihan Firjatullah Putra Hendiaka
Tempat Lahir : Surabaya
Tanggal Lahir : 03 Agustus 2003
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Alamat : Kapas Madya 2-D/12
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : reihanfirjatullah053@gmail.com
No. Telepon : 089616152981



B. Riwayat Pendidikan

2021 – Sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2018 – 2021 : SMA Muhammadiyah 10 Surabaya
2015 – 2018 : SMP Muhammadiyah 1 Surabaya
2009 – 2015 : SDN Simokerto VI/139 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

Tidak ada

D. Riwayat Organisasi

2022 – 2023 : UKM E-Sports

E. Kemampuan

Microsoft Office
Canva

KATA PENGANTAR

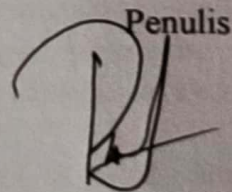
Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT atas rahmat dan anugerah kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Intensitas Bermain Game Online dan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Surabaya”. Penulisan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat kelulusan pendidikan program Strata-1 Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Proses penulisan skripsi tidak lepas dari hambatan dan kesulitan. Namun berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan skripsi hingga selesai. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini. M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan dan memberi arahan dalam pengerjaan skripsi.
6. Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan bimbingan dan memberi arahan dalam pengerjaan skripsi.

7. Dr. Devi Puspitasari, S. Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) yang telah mendampingi dan membimbing penulis selama menempuh pendidikan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
8. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmu serta mendidik selama menjalani pendidikan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
9. Kedua orang tua dan kakak saya yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan doa selama menempuh pendidikan hingga selesainya skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis hingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi hingga selesai.

Surabaya, 15 Desember 2024

Penulis


Reihan Firjatullah Putra Hendiaka

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE DAN STRES AKADEMIK DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI SURABAYA

Reihan Firjatullah Putra Hendiaka
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
reihanfirjatullah053@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas bermain game online dan stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan 3 variabel. Teknik pengambilan partisipan pada penelitian ini menggunakan metode sampling *insidental* dengan sampel sebanyak 388 mahasiswa di Surabaya. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Tuckman Procrastination Scale* (TPS) yang diadaptasi dari Tuckman (1991) dan skala intensitas bermain game online lalu skala stres akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas bermain game online dan stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Surabaya dengan nilai skor $f = 80,190$ pada signifikansi $p = 0,001$ ($p \leq 0,05$) yang maknanya semakin tinggi intensitas bermain game online dan stres akademik maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Surabaya. Mahasiswa disarankan untuk membatasi waktu bermain game online dan mencari kegiatan alternatif yang lebih produktif. Langkah ini diharapkan dapat membantu mengurangi stres akademik dan, pada akhirnya, mengurangi prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: Intensitas Bermain Game Online, Stres Akademik, Prokrastinasi Akademik

THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE GAMING INTENSITY AND ACADEMIC STRESS WITH ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN SURABAYA

Reihan Firjatullah Putra Hendiaka
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
reihanfirjatullah053@gmail.com

ABSTRACT

The objective of this study is to ascertain the correlation between the intensity of playing online games and academic stress with academic procrastination in university students in Surabaya. This research is a type of quantitative research using correlational quantitative methods with three variables. The technique of taking participants in this study used the incidental sampling method with a sample of 388 students in Surabaya. The instruments employed in this study included the Tuckman Procrastination Scale (TPS), adapted from Tuckman (1991), and a scale measuring the intensity of playing online games and academic stress. The findings of this study demonstrate a substantial positive correlation between the intensity of playing online games and academic stress with academic procrastination in students in Surabaya, with a score value of $f = 80.190$ at a significance level of $p = 0.001$ ($p \leq 0.05$). This indicates that as the intensity of playing online games and academic stress increases, academic procrastination in students in Surabaya also increases. It is recommended that students impose limitations on the time allocated to playing online games and seek out more constructive and productive activities. This strategy is expected to assist in the mitigation of academic stress, thereby contributing to a reduction in academic procrastination.

Keywords: *Online Gaming Intensity, Academic Stress, Academic Procrastination*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK.....	xi
<i>ABSTRACT</i>.....	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	7
B. Tujuan dan Manfaat	7
3. Tujuan Penelitian.....	7
4. Manfaat Penelitian.....	7
C. Keaslian Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Prokrastinasi Akademik.....	11
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	11

2.	Aspek Prokrastinasi Akademik	12
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	14
B.	Intensitas Bermain Game Online	16
1.	Pengertian Intensitas Bermain Game Online	16
2.	Aspek Intensitas Bermain Game Online	16
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Intensitas Bermain Game Online	18
C.	Stres Akademik	19
1.	Pengertian Stres Akademik	19
2.	Aspek Stres Akademik	20
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik	22
D.	Kerangka Berpikir.....	24
E.	Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN.....		27
A.	Populasi dan Partisipan	27
1.	Populasi	27
2.	Partisipan.....	27
B.	Desain Pelatihan	28
C.	Instrumen Pengumpulan Data.....	28
1.	Skala I (Prokrastinasi Akademik).....	29
2.	Skala II (Intensitas Bermain Game Online)	31
3.	Skala III (Stres Akademik).....	35
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data	39
4.	Uji Prasyarat.....	39
5.	Analisis Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		43
A.	Hasil Penelitian	43
1.	Data Demografi Partisipan.....	43

2.	Uji Deskriptif.....	50
3.	Hasil Uji Hipotesis	52
B.	Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		57
KESIMPULAN DAN SARAN.....		57
A.	Kesimpulan	57
B.	Saran	57
DAFTAR PUSTAKA		59
LAMPIRAN		65

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Rekapitulasi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 4. 2 Rekapitulasi Berdasarkan Usia	43
Tabel 4. 3 Rekapitulasi Berdasarkan Asal Kampus.....	45
Tabel 4. 4 Rekapitulasi Berdasarkan Program Studi	46
Tabel 4. 5 Rekapitulasi Berdasarkan Semester.....	50
Tabel 4. 6 Hasil Uji Deskriptif Intensitas Bermain Game Online.....	51
Tabel 4. 7 Hasil Uji Deskriptif Stres Akademik	51
Tabel 4. 8 Hasil Uji Deskriptif Prokrastinasi Akademik	52
Tabel 4. 9 Hasil Uji Simultan	52
Tabel 4. 10 Hasil Sumbangan Efektif.....	53
Tabel 4. 11 Hasil Uji Parsial X1-Y	53
Tabel 4. 12 Hasil Uji Parsial X2-Y.....	54
Tabel 4. 13 Persamaan Regresi.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	25
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kuisisioner <i>Google form</i>	65
Lampiran 2 : Skala Intensitas Bermain Game Online Sebelum Validitas	66
Lampiran 3 : Kuisisioner Skala Intensitas Bermain Game Online Sesudah Validasi	68
Lampiran 4 : Kuisisioner Skala Stres Akademik	70
Lampiran 5 : Kuisisioner Skala Prokrastinasi Akademik	72
Lampiran 6 : Tabulasi Uji Coba Intensitas Bermain Game Online	73
Lampiran 7 : Uji Validitas Skala Intensitas Bermain Game Online	74
Lampiran 8 : Uji Realibilitas Skala Intensitas Bermain Game Online	75
Lampiran 9 : Uji Coba Tabulasi Skala Stres Akademik	76
Lampiran 10 : Uji Validitas Skala Stres Akademik	77
Lampiran 11 : Uji Reabilitas Skala Stres Akademik	77
Lampiran 12 : Tabulasi Skala Prokrastinasi Akademik	78
Lampiran 13 : Tabulasi Intensitas Bermain Game Online	79
Lampiran 14 : Tabulasi Stres Akademik	80
Lampiran 15 : Uji Normalitas	81
Lampiran 16 : Uji Linearitas	81
Lampiran 17 : Uji Multikolinearitas	82
Lampiran 18 : Uji Heteroskedastisitas	82
Lampiran 19 : Uji Simultan (X1 dan X2 dengan Y)	82
Lampiran 20 : Uji <i>R Square</i> (X1 dan X2 dengan Y)	83
Lampiran 21 : Uji Parsial	83
Lampiran 22 : Hasil Turnitin	84