

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN HARGA  
DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
MAHASISWA YANG MELAKUKAN PEMBELAJARAN  
DARING**

**SKRIPSI**

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



**Oleh:**

**Fernanda Dwi Marantika**

**NPM: 1511600200**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
SURABAYA  
2020**

## HALAMAN PERNYATAAN

### TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan dibawa ini:

Nama : Fernanda Dwi Marantika

NPM : 111600200

Program Studi : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara regulasi diri dan harga diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring” seluruh isinya benar-benar karya saya sendiri, tidak melakukan penjiplakan karya orang lain dan mengutip dengan cara yang benar dikutip secara tertulis dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 07 Juli 2020



Fernanda Dwi Marantika

**TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Nama : FERNANDA DWI MARANTIKA**

**NPM : 1511600200**

**Judul : HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN HARGA DIRI  
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA  
YANG MELAKUKAN PEMBELAJARAN DARING**

**Surabaya, 07 Juli 2020**

**Disetujui Oleh,**

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. Suroso, MS., Psikolog**

**Dosen Pembimbing II**



**Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi.,  
Psikolog**

**TANDA PENGESAHAN SKRIPSI**

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

**Pada Tanggal: 07 Juli 2020**

**Dewan Penguji,**

- 1. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., Psikolog**
- 2. Dr. Suroso, MS., Psikolog**
- 3. Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

**Mengesahkan,**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

**Dekan,**

**Dr. Suroso, MS., Psikolog**

**NPP: 20510870122**



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Tlp. 031 593 1800 (ex.311)

Email : [perpus@untag-sby.ac.id](mailto: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 : Fernanda Dwi Marantika  
NPM : 1511600200  
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 Regulasi Diri dan Harga Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Melakukan Pembelajaran Daring”

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 : 07 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Fernanda Dwi Marantika)

## MOTTO

“Jangan pernah takut bermimpi untuk membebaskan pikiran kamu membentuk keyakinan, harapan dan cinta”

(Ch Widayanti)

“Semua orang pernah berbuat salah tapi yang utama bagaimana perilakunya setelah itu”

(Park Moo jin- *Beautiful World*)

*“God is bigger that all of our problem”*

(Jerome Polin)

“Kerja keraslah sampai semua orang mengaku jadi saudara dekatmu”

(Boy Candra)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Saya persembahkan skripsi kepada  
Orang-orang yang selalu mendukung dan memberikan motivasi  
untuk menyelesaikan skripsi ini.  
Terutama keluarga dan teman-teman yang saya sayangi  
yang berbagi suka cita bersama.

## *CURRICULUM VITAE*

### **A. IDENTITAS**

Nama Lengkap : Fernanda Dwi Marantika  
NPM : 1511600200  
Program Studi : Psikologi  
Tempat, Tanggal Lahir : Bojonegoro, 11 Maret 1998  
Jenis kelamin : Perempuan  
Urutan Kelahiran : Anak Kedua dari dua  
bersaudara  
Agama : Islam  
Status Perkawinan : Belum Menikah  
Email : [dindamarantika@gmail.com](mailto:dindamarantika@gmail.com)



### **B. RIWAYAT PENDIDIKAN**

Pendidikan Formal:

- 2004 – 2010 : SDN NGAMBON 2
- 2010 – 2013 : SMPN 1 NGAMBON
- 2013 – 2016 : SMAN 4 BOJONEGORO
- 2016 – 2020 : UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

Surabaya, 07 Juli 2020



Fernanda Dwi Marantika



## KATA PENGANTAR

Saya panjatkan puji syukur atas nikmat dan karunia yang telah Allah SWT berikan atas limpahan rahmat, hidayah dan karunianya, sehingga peneliti ini dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara regulasi diri dan harga diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring”. Adapun maksud dari pembuatan skripsi ini adalah untuk memenuhi persyaratan kelulusan demi memperoleh gelar Sarjanah Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Selama proses penyusunan skripsi, peneliti menyadari terdapat banyak hambatan dan kesulitan yang dirasakan, namun dengan bantuan pembimbing serta dukungan teman-teman dan keluarga serta berkah dan karunia dari Allah SWT kendala yang dirasakan dapat teratasi. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi membantu dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Bapak Dr. Suroso, MS., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan juga sebagai pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu untuk berkonsultasi pada saat penyusunan skripsi.
3. Ibu Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog selaku wakil dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Ibu Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku kaprodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Ibu Nindia Pratitis, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku wali dosen yang sangat sayangi.
6. Ibu Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua yang telah mengajari sistematika mengerjakan skripsi.
7. Ibu Dr. Dyan Evita Santi S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen penguji yang saya hormati.
8. Dosen-dosen dan pengajar di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang telah memberikan banyak ilmu serta membimbing selama saya berkuliah.
9. Semua staff dan tata usaha Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu dalam mengurus semua urusan administrasi saya selama menjadi mahasiswa.

10. Kepada papa saya Sridjan dan mama Suhartatik yang selalu senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan selama ini pada saat saya mengalami kesulitan.
11. Kepada temanku Audita, Selina, Nadia, Pramita, dan Sinta yang selalu membantu bertukar pikiran, saling mendukung dan berbagi keluh kesah bersama.
12. Kepada semua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan tahun 2016 yang saling berbagi suka dan duka selama menjalani perkuliahan bersama.
13. Kepada kakakku tersayang Giska dan kak Fahmi yang selalu mendukung dan memberi motivasi untuk mengerjakan skripsi.
14. Kepada keponaanku tersayang Shanum yang selalu membawa kebahagiaan pada saat kelelahan mengerjakan skripsi.
15. Kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Angkatan tahun 2017, 2018, dan 2019 yang telah bersedia menjadi responden dan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner yang telah disusun peneliti.

Semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi pembaca sekaligus penelitian selanjutnya, dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi dan membimbing di jalan yang benar.

Surabaya, 07 Juli 2020

Peneliti



Fernanda Dwi Marantika

# **Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Harga Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Melakukan Pembelajaran Daring**

**Fernanda Dwi Marantika**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jalan Semolowaru No.45, Menur Pumpungan, Kec. Sukolilo, Kota SBY, Jawa Timur 60118

E-mail: [dindamarantika@gmail.com](mailto:dindamarantika@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Prokratinasi akademik merupakan perilaku yang hampir dilakukan oleh semua mahasiswa yang memiliki intensitas berbeda-beda. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan harga diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dan terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan prokratinasi akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2017, 2018, dan 2019 yang berjumlah 648 serta sampel dalam penelitian ini berjumlah 191 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling kuota*. Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan menggunakan program *IBM SPSS ver.20 for Windows*. Hasil uji simultan menunjukkan penelitian ini memiliki hubungan signifikan antara regulasi diri dan harga diri dengan prokrastinasi akademik. hasil uji parsial menunjukkan terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dan juga terdapat hubungan antara harga diri dengan prokrastinasi akademik.

Kata kunci: Harga diri; Mahasiswa; Prokrastinasi akademik; Regulasi diri.

***Relationship Between Self-Regulation And Self-Esteem With Academic Procrastination Students That Make Learning Online***

**Fernanda Dwi Marantika**

*Faculty Psychology, University of 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl Semolowaru No.45,  
Menur Pumpungan, Sukolilo, Surabaya, East Java 60118*

E-mail: [dindamarantika@gmail.com](mailto:dindamarantika@gmail.com)

***ABSTRACT***

*Prokratinasi academic is a behavior that is almost done by all students who have a different intensity. This study was conducted aiming to determine the relationship between self-regulation and self-esteem with academic procrastination in students conducting online learning. The hypothesis of this study is that there is a relationship between self-regulation and academic procrastination and there is a negatif relationship between self-esteem and academic procrastination. The population in this study were students of the Faculty of Psychology, University of August 17, 1945 Surabaya, class of 2017, 2018 and 2019, amounting to 648 and the sample in this study amounted to 191 students. Sampling using atechnique quota sampling. Data analysis method in this study uses multiple regression analysis techniques using the program IBM SPSS ver.20 for Windows. Simultaneous test results show this research has a significant relationship between self-regulation and self-esteem with academic procrastination. Partial test results show the relationship between self-regulation and academic procrastination and there is also a relationship between self-esteem and academic procrastination.*

*Keywords: Academic procrastination; Self-esteem; Self-regulation; Students.*

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MENJIPLAK .....	ii
TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
TANDA PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
CURRICULUM VITAE .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
BAB I	
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan .....	9
D. Manfaat .....	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis .....	10
3. Keaslian Penelitian.....	10

## BAB II

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS .....	12
A. Prokrastinasi Akademik .....	12
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	12
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik .....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi .....	16
4. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik .....	17
B. Regulasi Diri .....	18
1. Pengertian Regulasi Diri .....	18
2. Aspek-aspek Regulasi Diri.....	19
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri .....	21
4. Hal yang dapat ditimbulkan oleh Regulasi Diri .....	22
C. Harga Diri .....	22
1. Pengertian Harga Diri .....	22
2. Aspek-aspek Harga Diri.....	23
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Harga Diri .....	25
4. Hal yang dapat ditimbulkan oleh Harga Diri.....	25
D. Kerangka Berpikir .....	26
E. Hipotesis .....	28

## BAB III

METODE PENELITIAN .....	29
A. Populasi dan Partisipan .....	29
1. Populasi .....	29
2. Partisipan .....	29
B. Desain Penelitian .....	30
C. Instrumen Pengumpulan Data .....	31
1. Skala 1 (Prokrastinasi Akademik).....	31
2. Skala 2 (Regulasi Diri).....	35
3. Skala 3 (Harga Diri).....	38
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data .....	42
1. Uji Prasyarat .....	42
2. Analisis Data.....	43

## BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	44
---------------------------------------	----

A. Hasil Penelitian .....	44
1. Analisis Regresi Ganda.....	44
2. Analisis Deskriptif .....	46
B. Pembahasan.....	47
 BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN .....	51
A. Kesimpulan .....	51
B. Saran .....	51
Daftar Pustaka .....	53

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Blueprint Prokrastinasi Akademik.....	33
Tabel 2 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	34
Tabel 3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	35
Tabel 4 Blueprint Regulasi Diri .....	36
Tabel 5 Validitas skala Regulasi Diri .....	37
Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri .....	38
Tabel 7 Blueprint Harga Diri.....	40
Tabel 8 Validitas Skala Harga Diri.....	41
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Harga Diri.....	42
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas.....	42
Tabel 11 Hasil Uji Linieritas .....	43
Tabel 12 Hasil Analisis Regresi Simultan .....	44
Tabel 13 Hasil t Regresi .....	45
Tabel 14 Hasil persamaan regresi.....	45
Tabel 15 Mean empirik dan mean hipotetik untuk seluruh sampel.....	46
Tabel 16 Mean empirik dan hipotetik untuk setiap angkatan .....	47



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Rumus Isaac dan Michael .....	30
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan .....	56
Lampiran 2 Kuesuiner Prokrastinasi Akademik .....	58
Lampiran 3 Kuesioner Regulasi Diri .....	60
Lampiran 4 Kuesioner Harga Diri .....	62
Lampiran 5 Tabulasi Skala Prokrastinasi Akademik .....	63
Lampiran 6 Tabulasi Skala Regulasi Diri .....	72
Lampiran 7 Tabulasi Harga Diri .....	77
Lampiran 8 Frekuensi Subyek .....	82
Lampiran 9 Output Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik .....	83
Lampiran 10 Output Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Regulasi Diri .....	94
Lampiran 11 Output Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Harga Diri .....	101
Lampiran 12 Tabel Skor Total Variabel .....	107
Lampiran 13 Output Uji Normalitas .....	113
Lampiran 14 Output Uji Linieritas .....	119
Lampiran 15 Output Uji Regresi Berganda .....	129
Lampiran 16 Mean Hipotetik .....	136
Lampiran 17 Mean Empirik Keseluruhan Subyek .....	137
Lampiran 18 Mean Empirik untuk Setiap Angkatan .....	138
Lampiran 19 Hasil Turnitin .....	139