

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

ARIEF RAHMANTORI

12320341

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul:

Hubungan Kontrol Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Pada Tanggal:

20 MAR 2016

Mengesahkan,

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial

Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Prodi

Mira Alza Rachmawati, S.Psi., M.Psi

Dewan Penguji

1. Hariz Enggar Wijaya, S.Psi., M.Psi.
2. Irwan Nuryana Kurniawan, S.Psi., M.Si
3. Hazhira Qudsy, S.Psi., MA.

Tanda Tangan

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Arief Rahmantori

No. Mahasiswa : 12320341

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : *Hubungan Kontrol Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 20 Maret 2018

Yang m: 
Arief Rahmantori

HALAMAN PERSEMBAHAN

Syukur, Alhamdulillah, segala puji syukur pada Zat yang maha agung Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahnya sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan.

Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam, keluarga dan para sahabat dan para pengikutnya

Terima kasih untuk kasih sayang, perhatian, do’a dan dukungan dari orang-orang terdekat di hati, penulis mempersembahkan karya sederhana ini untuk:

Teruntuk Ayah dan Ibu Tercinta
H. Ruslan Abdul Gani dan HJ. Ismarleni S.H

Terimakasih atas segala cinta, kasih sayang, perhatian, do’a, dukungan, kesabaran serta bantuan yang ayah dan ibu berikan selama ini yang tidak mungkin dapat terbalaskan dengan apapun.

Teruntuk Adik-adik yang saya banggakan
Muhammad Irfan Febrianto dan Muhammad Fahmi Ramadan

Terimakasih segala do’a, dukungan, kasih sayang, perhatian, bantuan, inspirasi, dan nasihat yang selama ini tak henti-hentinya kalian berikan.

Teruntuk Keluarga Besar H. Ruslan Abdul Gani dan HJ. Ismarleni
S.H

Terimakasih atas segala do'a, dukungan, kasih sayang, perhatian, bantuan, inspirasi, dan nasihat yang selama ini tak henti-hentinya diberikan kepada penulis.

HALAMAN MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (5) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (6)

Fainna ma'al'usri yusran. Inna ma'al'usri yusran.

“Karena sesungguhnya, sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.s Al-Insyirah: 5-6)

□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□

Idza shodaqol azmu wadhohas sabil

“Jika ada kemauan yang sungguh-sungguh, pasti terbukalah jalannya”

(المحفوظات)

□□□ □□ □□

Man jadda wajada

“Barang siapa bersungguh-sungguh, maka dia akan mendapatkan kesuksesan”

(المحفوظات)

Mimpi berawal dari seorang guru yang mempercayaimu, yang menarik, mendorong, dan membawamu ke dataran tinggi, kadang ia akan menusukmu dengan tombak tajam bernama “Kebenaran”

(Dan Rather)

PRAKATA



Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Puji syukur kehadiran Allah SWT atas petunjuk dan pertolongan-Nya, sehingga penulis memiliki kemampuan, kekuatan dan kemudahan untuk menyelesaikan skripsi ini. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini semata-mata adalah Rahmat Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan banyak pihak. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr.rer.nat Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Bapak Hariz Enggar Wijaya, S.Psi., M.Psi. sebagai dosen pembimbing skripsi, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini, serta senantiasa memberikan perhatian dan kemudahan sehingga penulis selalu optimis dalam mengerjakan skripsi ini.
4. Ibu Emi Zulaifah ,Dr .Phil. Dra.,M.S sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk memberikan arahan, bimbingan, motivasi dan masukan yang bermanfaat bagi penulis dan mohon maaf atas perlaku yang kurang berkenan.

5. Segenap Dosen Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, yang berkenan membagikan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang dimilikinya kepada penulis.
6. Seluruh Tenaga Kependidikan Bagian Pengajaran, Unit Laboratorium, serta Semua tenaga kependidikan Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, atas segala bantuan dan kemudahan yang diberikan kepada penulis selama menuntut ilmu di Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya.
7. Kedua orang tua tercinta Bapak H. Ruslan Abdul Gani dan Ibu Hj. Ismarleni S.H yang telah sabar menunggu serta selalu memberikan do'a, dukungan, cinta dan kasih sayang yang tiada hentinya, pembelajaran hidup yang bermanfaat serta keceriaan dalam hidup penulis dan selalu mengingatkan penulis kepada Sang Maha Kuasa Allah SWT. Terimakasih banyak Ayah dan Ibu.
8. Saudara kandung penulis, Muhammad Irfan Febrianto dan Muhammad Fahmi Ramadan. Terimakasih atas do'a, dukungan, semangat, nasihat, cinta, dan kasih sayang yang diberikan selama ini.
9. Keluarga Besar H. Ruslan Adul Gani dan Ibu Hj. Ismarleni S.H. Terimakasih atas dukungan, semangat, perhatian, motivasi, dan do'a yang diberikan kepada penulis selama ini.
10. Galih Ramadona, Dwi Bayu, Hafis Novian, Muhammad Icsan, Bayu Ndaru, Dio Lopa, Franky Kirana, Riduan Budi, Wahyu Diko, Quen Evita, Maya, Ardiansya, Nashir Terimakasih atas kebersamaannya selama kita di Jogja dari semester awal sampai semester akhir dari yang malu-malu sampai malu-maluin. Terimakasih untuk selalu ada di sisi penulis, semoga kita semua menjadi orang hebat dimasa depan dan tetap menjadi sahabat sampai kapanpun.
11. Komunitas "Bengkuku Pekau" Gito Suseno, Muhsin Satia Darma, Alvin Nanda, Isra Noza Syaputra, Syari Ramadansya, Aditya Dwi Novenda, Yourdi Finaldo, Hafis, Erlando, Ahmad Karuniawan dan Marpa Yanda yang selalu memberikan do'a, dukungan, kebahagiaan, keceriaan kepada penulis.

12. Sahabatku tercinta Syarul Badri, Fadhlur Rahman, Nabilla Nuri, Tridasa Purti, Alvin Ihkda, Alia Rahman, Arief Widian, Beni, Yoga, Muh Nashir, Akbar yang menemani penulis dalam berjuang mengambil data, skoring hingga mencari referensi.
13. Tim A7N Andre Mirza, Dhigtsan, Atma Yustika, Muh Nahsir, dan Akbar terimakasih telah menjadi teman sepermainan selama di jogja dan terimakasih atas keseruan yang telah kita lalui bersama-sama di Jogja, *see you on the top*.
14. Mbak Natasya Valentin. Terimakasih selalu menjadi tempat berkeluh-kesah, tempat berbagi banyak cerita, terimakasih telah menjadi sahabat terbaik penulis yang selalu mengingatkan penulis untuk menjadi lebih baik dan mendekatkan penulis kepada Sang Maha Penyayang Allah SWT.
15. Keluarga Besar Ikatan Pelajar Mahasiswa Kota Bengkulu di Yogyakarta (IPMKBY) Terimakasih atas keceriaan, dukungan dan semangat yang diberikan kepada penulis selama di jogja.
16. Keluarga KKN Unit 11 yaitu, Dwi Kurniawan Tanjung , Afriansya, Riski Nabsiah, Fhavia Octavia, Roy Hanatul, Iryla Tyas dan Wiky Delinda, atas do'a, dukungan, dan semangat yang selalu kalian berikan.
17. Sahabat Sedulur Kicau Mania Jogja Muh Qududs Ardiansya, Bogel Waluyo, Mas Beli, Setyo Dimas, Mas Agung.
18. Mirza Aprilian Siregar, Putri Aprianti sebagai sahabat, sodara, dan teman penulis dari kecil hingga sekarang dan selalu memberikan semangat dan memotivasi penulis.
19. Teman-Teman Prodi Psikologi UII Angkatan 2012, Atas segala doa, dukungan, keceriaan, dan semangat yang diberikan kepada penulis.
20. Pihak Fakultas FIAI Universitas Islam Indonesia Yogyakarta yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam proses pengambilan data.
21. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih

Semoga Allah memberikan limpahan Rahmat, Karunia dan balasan yang lebih baik atas kebaikan semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu terwujudnya skripsi ini, Aamiin.

Amin Ya Rabbal' alamin.

Wassalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakaatuh.

Yogyakarta, 20 Maret 2018

Penulis

(Arief Rastriantoro)

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian.....	5
C. Manfaat Penelitian.....	5
D. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Prokrastinasi Akademik.....	9
1. Definisi Prokrastinasi Akademik	9
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	10
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	15

B.	Kontrol Diri	17
1.	Definisi Kontrol Diri	17
2.	Aspek-aspek Kontrol Diri.....	18
C.	Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa	19
D.	Hipotesis	21
BAB III	METODE PENELITIAN	22
A.	Variabel-Variabel Penelitian	22
B.	Definisi Operasional.....	22
1.	Prokrastinasi Akademik	22
2.	Kontrol Diri.....	22
C.	Subjek Penelitian.....	23
D.	Metode Pengumpulan Data.....	23
1.	Skala Prokrastinasi Akademik	23
2.	Skala Kontrol Diri	25
E.	Validitas dan Reabilitas.....	26
F.	Metode Analisis Data.....	29
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
A.	Orientasi Kacah dan Persiapan.....	30
1.	Orientasi Kacah	30
2.	Persiapan Penelitian.....	30
a.	Persiapan Administrasi	30
b.	Persiapan Alat Ukur	31

1). Prokrastinasi Akademik.....	31
2). Kontrol Diri.....	31
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	32
1. Subjek Penelitian	32
2. Pengumpulan Data.....	32
3. Pelaksanaan Skoring	33
C. Hasil Penelitian.....	33
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	33
2. Deskripsi Data Penelitian	34
3. Uji Asumsi.....	36
a. Uji Normalitas	37
b. Uji Linearitas	37
c. Uji Hipotesis	38
D. Hasil Uji Hipotesis	38
E. Uji Analisis Tambahan.....	38
F. Pembahasan	39
BAB V PENUTUP.....	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43
1. Bagi Subjek Penelitian	43
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Prokrastinasi pada mahasiswa UII.....	1
Tabel 2 Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik	24
Tabel 3 Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri	26
Tabel 4 Informasi Data Prodi Responden Penelitian	30
Tabel 5 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia.....	33
Tabel 6 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 7 Deskripsi Subjek Berdasarkan Tahun Masuk (Angkatan).....	34
Tabel 8 Deskripsi Data Penelitian.....	35
Tabel 9 Rumus Kategorisasi Norma Persentil	35
Tabel 10 Kategorisasi Variabel Prokrastinasi	36
Tabel 11 Kategorisasi Variabel Kontrol Diri	36
Tabel 12 Hasil Uji Normalitas	37
Tabel 13 Hasil Uji Linearitas	37
Tabel 14 Hasil Uji Hipotesis	38
Tabel 15 Hasil Uji Beda Jenis Kelamin.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Skala Pengambilan Data.....	48
Lampiran 2 Reliabilitas Prokrastinasi	57
Lampiran 3 Reliabilitas Kontrol Diri	59
Lampiran 4 Hasil Pengolahan Data.....	60
Lampiran 5 Tabulasi Prokrastinasi Akademik.....	63
Lampiran 6 Tabulasi Kontrol Diri.....	67
Lampiran 7 Skor Kategorisasi Prokrastinasi Akademik	71
Lampiran 8 Skor Kategorisasi Kontrol Diri.....	74
Lampiran 9 Analisis Tambahan	77
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	79
Lampiran 11 Surat Selesai Penelitian	81

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

Arief Rahmantori

Hariz Enggar Wijaya

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 subjek. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu (a) skala prokrastinasi akademik yang diadaptasi oleh peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Wicaksono dan Fahmie (2014) yakni PASS (*Procrastination Assesment Scale for Student*) yang berjumlah 12 item yang memiliki hasil koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,739 dan (b) skala kontrol diri yang diadaptasi dari penelitian Judistira dan Wijaya (2017) yang mengacu pada aspek-aspek yang diungkapkan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) yang berjudul “*The Self Control Scale*” yang berjumlah 13 item yang memiliki hasil koefisien reliabilitas alpha sebesar 0.803. Hasil analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Spearman* menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan nilai $r = -.321$ dengan $p = 0.001$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan, yaitu semakin rendah tingkat perilaku kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang dimiliki. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis penelitian **diterima**.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Kontrol Diri, Mahasiswa