

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN  
PROKRASTINASI DALAM MENYUSUN  
TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2021

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN  
PROKRASTINASI DALAM MENYUSUN  
TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Herluin Yenne Dwi Agustine  
16.E1.0190



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2021

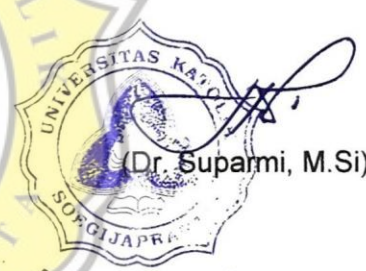
## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas akhir Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

19 April 2021

Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si)

**Pembimbing Skripsi**

(Dr. Y. Bagus Wisyanto, MS.)

**Dewan Penguji**

(Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si.)

(Drs. Haryo Goeritno, M.Si.)

(Dr. Y. Bagus Wisyanto, MS.)

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

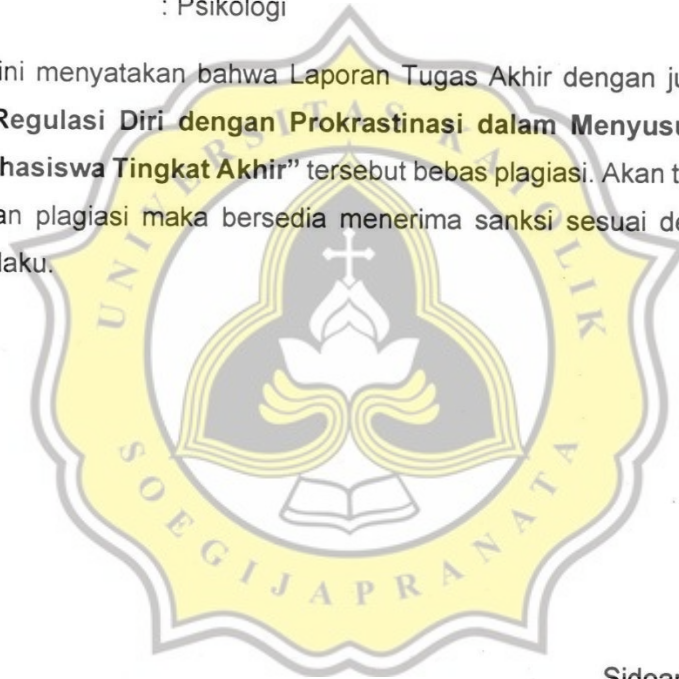
Nama : Herluin Yenne Dwi Agustine

NIM : 16.E1.0190

Progdi / Konsistensi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul **“Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir”** tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.



Sidoarjo, 19 April 2021

Yang menyatakan,



Herluin Yenne Dwi Agustine

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Herluin Yenne Dwi Agustine

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul **“Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sidoarjo, 19 April 2021

Yang menyatakan



Herluin Yenne Dwi Agustine



## PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.



Semarang, 10 Februari 2021

Yang menyatakan



Herluin Yenne Dwi Agustine

16.E1.0190

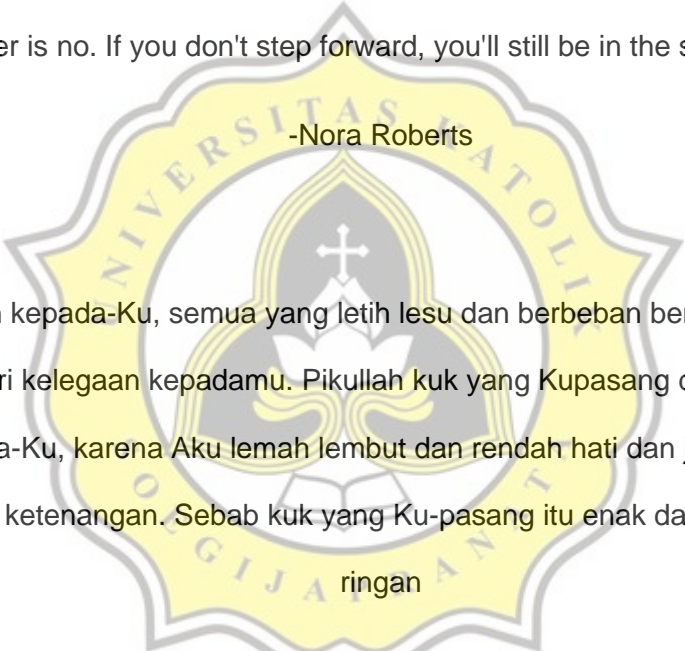
## MOTTO

If we're going to wait until we're ready, we're going to spend the rest of our lives  
just waiting.

-Lemony Snicket

If you don't pursue what you want, then you won't get it. If you don't ask then the  
answer is no. If you don't step forward, you'll still be in the same place.

-Nora Roberts



Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan  
memberi kelegaan kepadamu. Pikullah kuk yang Kupasang dan belajarlah  
kepada-Ku, karena Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan  
mendapat ketenangan. Sebab kuk yang Ku-pasang itu enak dan beban-Ku pun  
ringan

(Matius 11:28-30)

Percayalah kepada Tuhan dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar  
kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan  
meluruskan jalanmu.

(Amsal 3:5-6)

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang selalu menemani peneliti selama proses penyelesaian skripsi, karena atas segala limpahan rahmat dan kasih sayang-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir”** dengan baik. Penyusunan skripsi ini menjadi salah satu prasyarat untuk mendapatkan gelar sarjana dalam Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Peneliti menyadari bahwa selama proses penyusunan skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa adanya bimbingan, bantuan pertolongan, dukungan dan doa dari berbagai pihak. Maka dari itu dengan segala kerendahan hati, peneliti ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada seluruh pihak atas segala bimbingan, bantuan, dukungan serta doa yang telah diberikan sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan baik. Ucapan terimakasih ini peneliti persembahkan kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
2. Dr. Suparmi, M.Si selaku Ketua Program Studi Sarjana Psikologi yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian
3. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran membimbing penulis sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik
4. Drs. George Hardjanta, M.Si dan Dra. RA. Praharesti Eryani, M.Si. selaku Dosen Wali kelas 03 angkatan 2016 yang selalu memberikan kritik dan saran

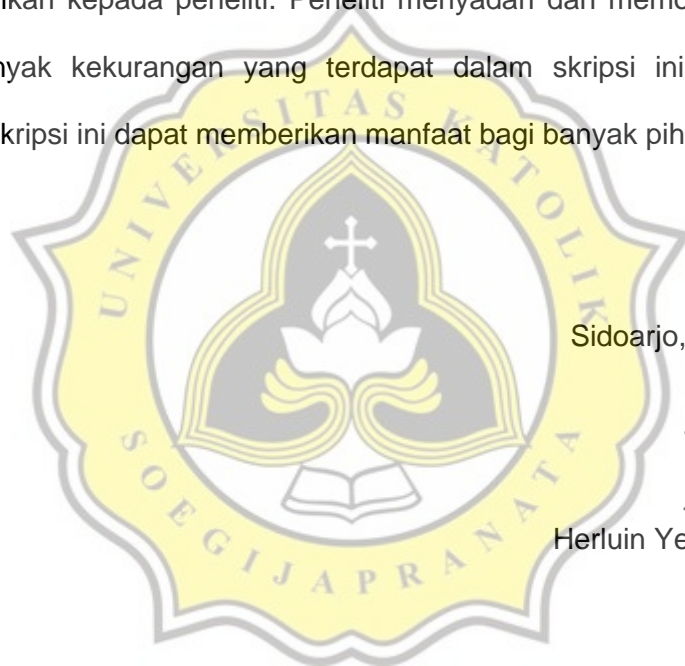


yang membangun bagi mahasiswa selama masa perkuliahan

5. Seluruh Dosen Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas segala ilmu pengetahuan dan pengalaman yang telah diberikan kepada peneliti
6. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dan memberikan kemudahan selama proses administrasi dan surat perijinan untuk keperluan skripsi
7. Seluruh responden yang telah menyempatkan waktu untuk mengisi skala penelitian sehingga peneliti bisa mendapatkan data penelitian dan menyusun skripsi dengan baik
8. Peneliti sampaikan terimakasih kepada papa, mama dan kakak atas segala cinta kasih, kesabaran, doa, dukungan dan hiburan yang telah diberikan
9. Sahabat peneliti Geng Bidadari (Betha, Hanna, Lena, Nida) dan Ivana yang sudah memberikan dukungan, bantuan, doa, hiburan selama proses penyusunan skripsi dan dinamika selama masa perkuliahan
10. Putri, Hesti, Yolanda, Vira, Yahuke dan Nidhea yang telah banyak membantu dan mendukung dalam penelitian ini
11. Monica, Eva, Nia, Willy, Monika, Rossy yang sudah banyak memberikan hiburan, motivasi, nasehat dan menjadi tempat bercerita peneliti
12. Teman-teman kelas 03 2016, ATGW dan GEMBEL atas dukungan dan doa yang diberikan serta dinamika dan kenangan yang sudah dilalui bersama
13. Seluruh aktor GMMTV yang telah banyak menemani dan memberikan hiburan melalui drama series disaat peneliti sedang bingung, penat dan sedih selama proses penyelesaian skripsi

14. Pamungkas, Kunto Aji, Justin Timberlake, John Mayer, Tori Kelly, Nanon Korapat, Billkin, PP dan The Grandson yang telah memberikan banyak hiburan dan dukungan dari lirik-lirik lagu yang diciptakan sehingga membuat peneliti merasa termotivasi untuk menyusun skripsi.

Akhir kata, terimakasih untuk seluruh pihak yang telah berperan dalam penyusunan skripsi ini, semoga Tuhan Yesus dapat membalas kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti. Peneliti menyadari dan memohon maaf karena masih banyak kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini. Namun peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi banyak pihak.



Sidoarjo, 10 Februari 2021

Herluin Yenne Dwi Agustine

## DAFTAR ISI

	Halaman
Judul -----	i
Halaman Pengesahan -----	ii
Halaman Pernyataan Orisinalitas -----	iii
Halaman Pernyataan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis - Pernyataan -----	iv v
Motto -----	vi
Ucapan Terimakasih -----	vii
Daftar Isi -----	x
Daftar Tabel -----	xii
Daftar Lampiran -----	xiii
Abstrak -----	xiv
Abstract -----	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN -----</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang -----	1
1.2. Tujuan Penelitian -----	12
1.3. Manfaat Penelitian -----	12
1.3.1. Manfaat Teoritis -----	12
1.3.2. Manfaat Praktis -----	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA -----</b>	<b>13</b>
2.1. Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	13
2.1.1. Pengertian Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	13
2.1.2. Aspek-aspek Prokrastinasi Mahasiswa yang Menyusun Tugas Akhir -----	16
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Mahasiswa yang Menyusun Tugas Akhir -----	20
2.2. Regulasi Diri -----	24
2.2.1. Pengertian Regulasi Diri -----	24
2.2.2. Aspek-aspek Regulasi Diri -----	26
2.3. Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	30
2.4. Hipotesis -----	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN -----</b>	<b>37</b>
3.1. Metode Penelitian -----	37
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian -----	38

3.3. Definisi Operasional -----	38
3.3.1. Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	38
3.3.2. Regulasi Diri -----	39
3.4. Subjek Penelitian -----	39
3.4.1. Populasi Penelitian -----	39
3.4.2. Teknik Pengambilan Sampel -----	40
3.5. Metode Pengumpulan Data -----	40
3.5.1. Alat pengumpulan Data -----	40
3.5.2. Blueprint dan Cara Penilaian -----	41
3.6. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur -----	43
3.6.1. Validitas Alat Ukur -----	43
3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur -----	43
3.7. Metode Analisis Data -----	43
 BAB IV PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN -----	 45
4.1. Orientasi Kancan Penelitian -----	45
4.2. Persiapan Pengumpulan Data -----	47
4.2.1. Penyusunan Alat Ukur -----	47
4.2.2. Perizinan Penelitian -----	49
4.3. Uji Coba Alat Ukur -----	49
4.3.1. Uji Validitas dan Reliabilitas -----	51
4.4. Pengumpulan Data Penelitian -----	54
 BAB V HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN -----	 56
5.1. Uji Asumsi -----	56
5.1.1. Uji Normalitas -----	56
5.1.2. Uji Linieritas -----	57
5.2. Analisis Data -----	57
5.2.1. Product Moment -----	57
5.3. Pembahasan -----	58
5.4. Keterbatasan Penelitian -----	63
 BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN -----	 65
6.1. Kesimpulan -----	65
6.2. Saran -----	65
6.2.1. Saran untuk Mahasiswa yang Menyusun Tugas Akhir --	65
6.2.2. Saran untuk Peneliti Selanjutnya -----	65
 DAFTAR PUSTAKA -----	 67
LAMPIRAN -----	71



## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.1. Blueprint Skala Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	42
Tabel 3.2. Blueprint Skala Regulasi Diri -----	42
Tabel 4.1. Sebaran Item Skala Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	48
Tabel 4.2. Sebaran Item Skala Regulasi Diri -----	49
Tabel 4.3. Total Responden pada Skala Uji Coba -----	50
Tabel 4.4. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir ----	52
Tabel 4.5. Sebaran Nomor Item Baru Skala Prokrastinasi dalam Menyusun Tugas Akhir pada Mahasiswa Tingkat Akhir -----	53
Tabel 4.6. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Regulasi Diri -----	54
Tabel 4.7. Sebaran Nomor Item Baru Skala Regulasi Diri -----	54
Tabel 4.8. Total Responden pada Skala Baru -----	55

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Skala Penelitian .....	72
B. Data <i>Try Out</i> .....	79
C. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	88
D. Data Penelitian .....	94
E. Uji Asumsi .....	103
F. Hipotesis .....	108
G. Bukti Penelitian .....	110



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa tingkat akhir”. Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling*. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang sedang menyusun tugas akhir selama lebih dari tiga semester dengan jumlah 104 responden. Teknik analisis data yang digunakan yaitu teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil dari penelitian ini menunjukkan korelasi ( $r_{xy} = -0,056$ ;  $p = 0,287$  ( $p > 0,05$ )). Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa tingkat akhir.

**Kata kunci:** regulasi diri, prokrastinasi, menyusun tugas akhir pada mahasiswa tingkat akhir.



## ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-regulation and procrastination in preparing final projects for final year students. The hypothesis proposed in this study is "There is a negative relationship between self-regulation and procrastination in preparing final projects for final year students". The sampling technique used is incidental sampling. Subjects in this study were students of Soegijapranata Catholic University Semarang who were compiling their final projects for more than three semesters with a total of 104 respondents. The analysis data technique used is the Pearson product moment correlation technique. The results of this study indicate a correlation ( $r_{xy} = -0.056$ ;  $p = 0.287$  ( $p > 0.05$ )). It can be concluded that there is no significant relationship between self-regulation and procrastination in preparing final assignments for final year students.

**Keywords:** self-regulation, procrastination, preparing final projects for final year students.

