

# HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Maria Trian Mahestia

15.E1.0115



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2022

**HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN WAKTU DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

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

Maria Trian Mahestia

15.E1.0115



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2022

**HALAMAN PENGESAHAN**

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

Pada Tanggal

25 Juli 2022

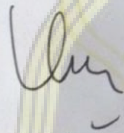
Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



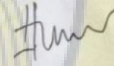
(Dr. Suparmi, M.Si)

Dewan Penguji  
FAK. PSIKOLOGI

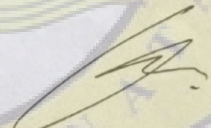
Pembimbing Skripsi



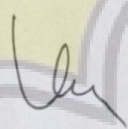
(Dra. R.A. Praharesti Eriany, M.Si)



(Dr. Dra. Lucia Hernawati, MS.)



(Kuriake Kharismawan, S.Psi., M.Si.)



(Dra. R.A. Praharesti Eriany, M.Si.)

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Maria Trian Mahestia

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 25 Juli 2022

Yang Menyatakan



Maria Trian Mahestia

15.E1.0115



HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Maria Trian Mahestia

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

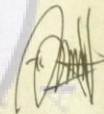
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atau karya ilmiah yang berjudul "Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata Semarang berhak menyimpan, mengalihkan media / formatkan, mengelola dalam bentuk pengalangan 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

Semarang, 25 Juli 2022

Yang menyatakan



Maria Trian Mahestia

15.E1.0115

## HALAMAN PERSEMBAHAN

### Kupersembahkan Karya ini kepada

Tuhan Yang Maha Esa, Bapak, ibu, kakak - kakak yang selalu mendukung  
setiap langkah perjalananku.

Teman dan Sahabat yang berjuang tiada hentinya, mengukir sejuta kenangan  
yang tidak pernah terlupakan.



## MOTTO

“God Is Good All The Time”

Russell Wilson



## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas penyertaan-Nya selalu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa” . Melalui kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.
2. Dr. Suparmi, M.Si selaku Ketua Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Dra. R.A. Praharesti Eriany, M.Si, selaku Dosen Pembimbing atas ketersediaanya dan kesabarannya dalam membimbing serta memberikan masukan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
4. Drs. Pius Heru Priyanto, M. Si, selaku Dosen wali yang selalu membimbing selama berkuliah di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.
5. Kepada Dekan Fakultas Psikologi yang sudah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian
6. Seluruh subjek penelitian mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2015 dan 2016 yang masih aktif
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang selama ini telah banyak memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
8. Seluruh staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perizinan.



9. Seluruh staff Perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu dalam mencari buku-buku referensi yang dibutuhkan penulis.
10. Bapak Anton, Ibu Sisca, Mbak Venty, Mas Oki, Quincy atas segala dukungan, doa serta kasih sayang yang selalu diberikan kepada penulis selama ini.
11. Sahabat tersayang Gita, Yoanita, Cindy, Yesi, Chika, Lea, Kafiga, Titin, Mbak Halen, Mbak Nina yang selalu memberikan semangat, menemani, membantu dan memberikan dukungan dalam penulisan skripsi.
12. Kekasih tersayang yang sudah memberikan dukungan dan menemani dalam penulisan skripsi.
13. Kelas 02 Angkatan 2015 yang selama ini sudah berdinamika dan berproses bersama.
14. Segenap pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan baik secara langsung atau tidak langsung.

Semarang, Juli 2022

Maria Trian Mahestia  
15.E1.0115

## DAFTAR ISI

JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iiError! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ixx
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xixi
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Tujuan.....	6
1.3 Manfaat Penelitian .....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa .....	7
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa .....	7
2.1.2 Ciri - ciri Prokrastinasi Akademik.....	9
2.1.3 Faktor – Faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	11
2.2 Manajemen Waktu .....	14
2.2.1 Pengertian Manajemen Waktu .....	14
2.2.2 Aspek Manajemen Waktu .....	15
2.3 Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa .....	17
2.4 Hipotesis.....	21
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	22
3.1. Metode Penelitian .....	22
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian .....	22
3.3. Definisi Operasional .....	23
3.4. Subjek Penelitian .....	24
3.4.1. Populasi .....	24

3.4.2. Teknik Sampling .....	24
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.5.1. Skala Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa .....	25
3.5.2. Manajemen Waktu .....	26
3.6. Validitas Item dan Reliabilitas Alat Ukur .....	27
3.6.1. Validitas.....	27
3.6.2. Reliabilitas.....	28
3.7 Metode Analisis data.....	28
<b>BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
4.1. Orientasi Kancan .....	29
4.2. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian .....	30
4.2.1 Penyusunan Alat Ukur .....	30
4.3. Pengumpulan Data Penelitian .....	32
4.4. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	32
4.4.1. Skala Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa .....	33
4.4.2. Skala Manajemen Waktu .....	33
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
5.1. Hasil Penelitian.....	35
5.1.1. Uji Asumsi.....	35
5.1.1.1 Uji Normalitas.....	35
5.1.1.2 Uji Linieritas .....	35
5.1.1.3 Hasil Analisis Data .....	35
5.2. Pembahasan.....	36
<b>BAB 6 PENUTUP .....</b>	<b>39</b>
6.1. Kesimpulan .....	39
6.2. Saran .....	39
6.2.1. Bagi Mahasiswa.....	39
6.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>41</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa .....	31
Tabel 3.2 Blue Print Skala Manajemen Waktu .....	27
Tabel 4.1 Sebaran Item Skala Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa .....	31
Tabel 4.2 Sebaran Item Skala Manajemen Waktu .....	32
Tabel 4.1 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa.....	313
Tabel 4.2 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Manajemen Waktu.....	34



## DAFTAR LAMPIRAN

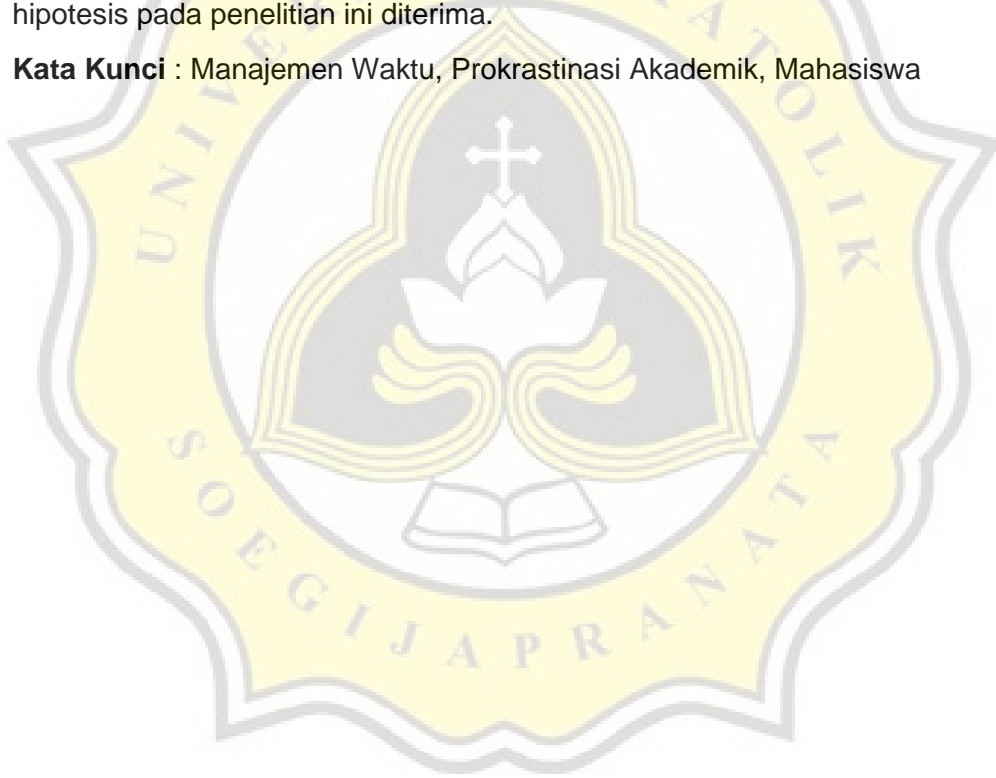
LAMPIRAN .....	45
Lampiran A-1 Skala Prokrastinasi Pendidikan .....	47
Lampiran A-2 Skala Manajemen Waktu .....	52
Lampiran B-1 Data Variabel Prokrastinasi Pendidikan .....	57
Lampiran B-2 Data Variabel Manajemen Waktu .....	62
Lampiran C-1 Data Valid Variabel Prokrastinasi Pendidikan .....	69
Lampiran C-2 Data Valid Variabel Manajemen Waktu .....	73
Lampiran D-1 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Pendidikan .....	78
Lampiran D-2 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Manajemen Waktu .....	83
Lampiran E-1 Hasil Uji Normalitas .....	89
Lampiran E-2 Hasil Uji Linearitas .....	93
Lampiran F-1 Hasil Analisis Data .....	96
Lampiran F-2 Kategorisasi Skor Item .....	98
Lampiran G Surat Ijin Penelitian .....	100



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Unika Soegijapranata. Hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2015 dan 2016 yang berstatus aktif sebagai mahasiswa. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 70 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik dan skala manajemen waktu. Teknik Analisis menggunakan teknik korelasi *non parametrik Spearman*. Hasil hipotesis menunjukkan  $\rho = -0,796$  dengan nilai  $p$  sebesar ( $p < 0,01$ ) maka dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Maka hipotesis pada penelitian ini diterima.

**Kata Kunci** : Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa





## ABSTRACT

This study aims to determine relationship between Time Management and Academic Procrastination. Hypothesis in this study is that there is a negative relationship between Time Management and Academic Procrastination in Soegijapranata Catholic University student. The number of samples in this study were 70 students. Measuring instruments used in this study were Time Management and Academic Procrastination scale. Data analysis technique used is Spearman Nonparametric Correlation. Result showed  $\rho = -0.796$ , ( $p < 0.01$ ) there is a negative relationship between Time Management with Academic Procrastination in Soegijapranata Catholic University Students its mean the hypothesis in the study is accepted.

**Keywords :** Time Management, Academic Procrastination, student

