

**STUDI DESKRIPTIF:
SELF CONTROL PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SKRIPSI

Oleh:
Dimas Adhitya Saputra
10.40.0190



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2015**

**STUDI DESKRIPTIF:
SELF CONTROL PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Dimas Adhitya Saputra
10.40.0190**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2015

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal
19 Juni 2015

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
Dekan,

(Dr.M. Sih Setija Utami, M.Kes.)

Dewan Penguji :

1. Drs. M. Suharsono, M.Si

2. Dra. Lucia Hernawati, MS

3. Drs. Y. Sudiantara, Bth., M.S

HALAMAN PERSEMBAHAN

**Kupersembahkan Karya ini,
Kepada ALLAH SWT,
Kedua orang tuaku yang selalu menyayangiku,
Segenap keluarga, sahabat, teman yang tidak bisa
terucap satu persatu,
Dan kepada semua orang yang telah membantu.**

MOTTO

“There is no life without struggle.”
— *Santosh Kalwar*

“Ganbatte Kudasai.”
— *Bushido Gambaru*

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. atas kebaikan, karunia, berkat, anugerah dan rahma-tNya yang telah melindungi dan membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “*Self-Control* Pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata”. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Drs. M. Suharsono, M.Si, selaku Dosen Pembimbing, terima kasih atas kesabaran dalam membimbing dan dorongan motivasi yang diberikan sehingga membuat penulis selalu merasa tenang dan pantang menyerah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. D. Linggarjati Novi, S.Psi., MA, selaku Dosen Wali, terima kasih atas dukungan dan bimbingannya sejak awal kuliah hingga menyelesaikan skripsi ini.
4. Pimpinan Universitas Katolik Soegijapranata, yang telah memberi izin penelitian.
5. Seluruh subjek atas kesediaan serta kerja samanya dalam membantu kelancaran proses penyusunan skripsi ini.

6. Seluruh Staf Pengajar Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang, yang selama ini telah memberikan kemudahan kepada penulis selama proses mengurus surat-surat yang diperlukan.
7. Seluruh Staf Perpustakaan yang telah membantu dalam mencari buku-buku sumber referensi dan jurnal yang dibutuhkan oleh penulis.
8. Ayah dan Mama, terima kasih buat supportnya dalam segala hal, doanya, masukkan, bimbingan selama penyelesaian skripsi ini. Kalian adalah yang terbaik dalam hidupku.
9. Kuriake Kharismawan S.Psi., Psi. & Dyah Lisna Rahmasari terima kasih untuk dorongan semangat disaat penulis merasa jenuh dengan proses pengerjaan skripsi ini, juga atas segala perhatian, *joke* humor serta sudah mau mendengarkan setiap keluhan penulis.
10. Gengto, DF and Friends, Hypnomorphosis, CTR terima kasih karena telah memberikan banyak pengalaman berharga. Kalian bagaikan keluarga kedua bagiku.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu kelancaran penulis dalam menyusun skripsi, terima kasih.

Akhir kata penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kebaikan penulis di masa yang akan datang.

Semarang, Juni 2015

Penulis

STUDI DESKRIPTIF:
***SELF CONTROL* PADA MAHASISWA**
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

Dimas Adhitya Saputra

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang Kontrol Diri atau *Self-Control* pada mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang angkatan 2012 semester enam (6). Metode Penelitian menggunakan metode Deskriptif, dengan alat ukur berupa skala Kontrol Diri atau *Self-Control* dari June P. Tangney dan data Demografi. Subjek penelitian sejumlah 275 mahasiswa yang berstatus aktif (tidak sedang cuti) dari delapan Program Studi Strata Satu (S1) yang merepresentasikan seluruh Fakultas di Universitas Katolik Soegijapranata dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode analisis data yang digunakan adalah analisa data Deskriptif berupa frekuensi berdasarkan kategorisasi dan nilai rata – rata (*mean*), yang ditampilkan dalam berbagai bentuk histogram dan grafik/chart. Hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan gambaran tentang Kontrol Diri atau *Self-Control* pada mahasiswa Unika Soegijapranata berdasarkan pilihan Program Studi dengan *mean* Kontrol Diri tertinggi pada Program Studi Manajemen dan terendah Program Studi Ilmu Hukum. Berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif *mean* Kontrol Diri tertinggi pada mahasiswa dengan IPK 3,5 - 4 dan terendah dengan IPK 0 - 2,9. Berdasarkan Jenis Kelamin *mean* Kontrol Diri tertinggi pada Laki – laki dan terendah pada Perempuan. Berdasarkan Usia *mean* Kontrol Diri tertinggi pada mahasiswa dengan Usia <20 Tahun dan terendah pada usia >22 Tahun. Berdasarkan Etnis/ Suku *mean* Kontrol Diri tertinggi pada Etnis/Suku Cina dan terendah pada Etnis/Suku Sunda. Berdasarkan Asal SLTA *mean* Kontrol Diri tertinggi berasal dari lainnya (sekolah berafiliasi agama) dan terendah pada asal sekolah SMA Negeri. Berdasarkan Titip Absen/Presensi *mean* Kontrol Diri tertinggi pada mahasiswa yang tidak melakukan dan terendah pada mahasiswa yang pernah melakukan.

Kata kunci : Kontrol Diri atau *Self-Control*, Mahasiswa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAKSI	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR DIAGRAM	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. <i>Self-Control</i>	7
1. Pengertian <i>Self-Control</i>	7
2. Empat Wilayah Besar <i>Self-Control</i>	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Control</i>	9
4. Pengukuran <i>Self-Control</i>	12
B. Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata	12
C. <i>Self-Control</i> Mahasiswa Unika Soegijapranata	13

BAB III METODE PENELITIAN	16
A. Metode Penelitian	16
B. Identifikasi Variabel Penelitian	17
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	17
1. <i>Self-Control</i>	17
2. Identitas Diri	18
D. Subjek Penelitian	19
1. Populasi	19
2. Teknik Pengeambilan Sampel	19
E. Metode Pengumpulan Data	20
1. Kuesioner	20
2. Skala <i>Self-Control</i>	21
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	22
1. Uji Validitas Alat Ukur	22
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur	23
G. Metode Analisis Data	24
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN	26
A. Orientasi Kancan Penelitian	26
B. Persiapan Penelitian	28
1. Persiapan perijinan	28
2. Penyusunan alat ukur	28
3. Pengumpulan data	30
4. Uji coba alat ukur	31
5. Uji validitas dan realibilitas	32
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
1. <i>Self-Control</i> Berdasarkan Nilai Rata – Rata (<i>Mean</i>)	34
a. <i>Mean Self-Control</i> berdasarkan Pilihan Program	

Studi	34
b. <i>Mean Self-Control</i> berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	35
c. <i>Mean Self-Control</i> berdasarkan Jenis Kelamin	36
d. <i>Mean Self-Control</i> berdasarkan Usia	37
e. <i>Mean Self-Control</i> berdasarkan Etnis/suku	38
f. <i>Mean Self-Control</i> berdasarkan asal SLTA	39
g. <i>Mean Self-control</i> berdasarkan titip absen/presensi	40
2. <i>Self-control</i> Berdasarkan Kategorisasi	41
a. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan Pilihan Program Studi	41
b. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	43
c. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan Jenis Kelamin	44
d. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan Usia	45
e. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan Etnis/Suku..	46
f. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan asal SLTA..	47
g. Kategorisasi <i>Self-Control</i> berdasarkan titip absen/presensi	48
B. Pembahasan	49
1. <i>Self-Control</i> berdasarkan Pilihan Program Studi	49
2. <i>Self-Control</i> berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	50
3. <i>Self-Control</i> berdasarkan Jenis Kelamin	50
4. <i>Self-Control</i> berdasarkan Usia	51
5. <i>Self-Control</i> berdasarkan etnis/suku	51
6. <i>Self-Control</i> berdasarkan asal SLTA	52

7. <i>Self-Control</i> berdasarkan titik absen/presensi	52
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	54
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
1. Saran Bagi Peneliti Lain	55
2. Saran Bagi Mahasiswa	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

TABEL 1 Blue Print Skala <i>Self-control</i>	22
TABEL 2 Sebaran Item Skala <i>Self-control</i>	29
TABEL 3 Jumlah Subyek Penelitian	31
TABEL 4 Rincian Item Valid Dan Gugur Skala <i>Self-control</i>	33

DAFTAR DIAGRAM

DIAGRAM 1 <i>Self-control</i> Berdasarkan Program Studi	34
DIAGRAM 2 <i>Self-control</i> Berdasarkan IPK	35
DIAGRAM 3 <i>Self-control</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	36
DIAGRAM 4 <i>Self-control</i> Berdasarkan Usia	37
DIAGRAM 5 <i>Self-control</i> Berdasarkan Etnis/Suku	38
DIAGRAM 6 <i>Self-control</i> Berdasarkan Asal SLTA	39
DIAGRAM 7 <i>Self-control</i> Berdasarkan Titip absen/presensi	40
DIAGRAM 8 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan Program Studi..	41
DIAGRAM 9 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan IPK	43
DIAGRAM 10 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	44
DIAGRAM 11 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan Usia	45
DIAGRAM 12 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan Etnis/Suku	46
DIAGRAM 13 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan Asal SLTA ...	47
DIAGRAM 14 Kategorisasi <i>Self-control</i> Berdasarkan Titip absen/presensi	48

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A KUESIONER DAN SKALA PENELITIAN	60
A – 1 Kuesioner Identitas Subyek	61
A – 2 Skala <i>Self-control</i>	63
LAMPIRAN B DATA PENELITIAN	67
B – 1 Data Skala <i>Self-control</i>	70
B – 2 Data Diri Subyek	88
LAMPIRAN C UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS SKALA <i>SELF-CONTROL</i>	108
LAMPIRAN D SURAT PENGANTAR DARI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIKA SOEGIJAPRANATA	114
LAMPIRAN E SURAT TANGGAPAN IJIN PENELITIAN DARI REKTOR UNIKA SOEGIJAPRANATA	115
LAMPIRAN F SURAT BUKTI PENELITIAN	116