

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA
SMA LTI IGM PALEMBANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Mencapai

Derajat Sarjana S1 Psikologi



Diajukan Oleh :

Poni Fitri Rahayu

141810024

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG**

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA
SMA LTI IGM PALEMBANG**

SKRIPSI

Sebagai persyaratan guna mencapai derajat
Sarjana (S1) Psikologi

Diajukan oleh:

Poni Fitri Rahayu

141810024

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pada Tanggal, 23 Mei 2019

Pembimbing Utama

Rina Oktaviana, S.Psi., MM

NIP. 03.030.2177



Pembimbing Pendamping

Mulia Marita Lasutri Tama, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP.



HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA
SMA LTI IGM PALEMBANG

Yang disusun dan dipersiapkan oleh :

Poni Fitri Rahayu

141810024

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

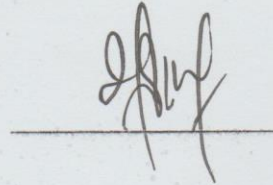
Pada tanggal, 23 Mei 2019

Susunan Dewan Penguji

Rina Oktaviana, S.Psi., MM

NIP. 03.030.2177

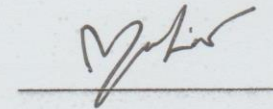
Ketua



Mulia Marita Lasutri Tama, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP.

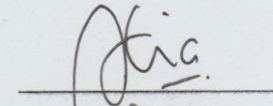
Anggota



Mutia Mawardah, S.Psi., MA

NIP. 13.020.9373

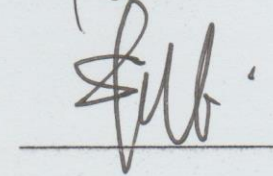
Anggota



Sawi Sujarwo, S.Psi., MA.

NIP. 05.010.2213

Anggota



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Guna memperoleh gelar sarjana

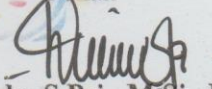
Tanggal, 23 Mei 2019

Fakultas Psikologi

Universitas Bina Darma Palembang

Dekan

Universitas Bina Darma
Fakultas Psikologi



Desy Arisandy, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP. 03.030.2207

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Poni Fitri Rahayu

NIM : 141810024

Dengan ini menyatakan:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas Bina Darma atau di perguruan tinggi lain;
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri dengan arahan Tim Pembimbing;
3. Didalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan masukan kedalam daftar rujukan;
4. Saya bersedia skripsi yang saya hasilkan ini di cek kasliannya menggunakan *plagiarism checker* serta diunggah ke internet, sehingga dapat diakses public secara daring;
5. Surat pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidak benaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 23 Mei 2019

Yang membuat pernyataan,


Poni Fitri Rahayu
NIM 141810024

HALAMAN PERSEMBAHAN



Bismillaahir Rahmaanir Rahiim

Ya Allah.. Ya Rabbi.. Engkaulah Yang Maha Esa

Terimakasih atas segala kemudahan dan anugerah yang telah Engkau berikan kepada
hamba

Alhamdulillah.. karya sederhana ini akhirnya dapat terselesaikan dengan baik

Papa **H. Darmawi Akat** dan Mama **Hj. Hairauwati** tercinta

Yang selalu setia mendoakanku tanpa henti, telah mendukungku dengan sepenuh hati,
memberikanku perhatian, pengorbanan, kepercayaan, ketulusan, semangat serta
kesabaran dalam mendidik serta membesarkanku sampai saat ini. Terimakasih buat
Papa dan Mama.

Saudara-saudaraku tersayang **Amantu Bihaqqi, M. Iqbal Fatona, dan Ike Permata
Aisyah** yang selalu memberikan nasihat baik, keceriaan, semangat, dukungan, dan
perhatian kepadaku sampai saat ini.

THANK YOU AND I LOVE YOU ALL ☺

HALAMAN MOTTO

“ Untuk menjadi seorang bintang, memang harus sabar untuk melalui dan melewati proses perjuangan yang sangat panjang serta berani mengambil resiko untuk keluar dari zona nyaman!!! “

(Poni Fitri Rahayu)

KATA PENGANTAR



Bismillaahir Rahmaanir Rahiim

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Segala puji dan syukur tak henti-hentinya peneliti panjatkan kehadiran Allah *Subbhanahu Wa Ta'ala* atas rahmat, anugrah, hidayah serta pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA LTI IGM Palembang” ini dengan baik.

Penelitian ini bukanlah apa - apa tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Ibu **Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M.** selaku rektor Universitas Bina Darma Palembang.
2. Ibu **Desy Arisandy, S.Psi., M.Si., Psi** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma
3. Ibu **Mutia Mawardah, S.Psi., M.A** selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma
4. Ibu **Rina Oktaviana, S.Psi., M.M** selaku dosen pembimbing utama peneliti, terima kasih atas segala arahan dan masukan yang telah diberikan kepada peneliti
5. Ibu **Mulia Marita Lasutri Tama, S.Psi., M.Psi., Psikolog** selaku dosen pembimbing pendamping peneliti, terima kasih atas segala masukan dan arahan yang telah diberikan kepada peneliti.

6. Dosen - dosen Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang atas segala ilmu yang telah diberikan kepada peneliti.
7. **H. Hadi Wijaya, S.Pd.** selaku kepala sekolah SMA LTI IGM Palembang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
8. **Mumtaz, S.Pd.** selaku evaluator yang membimbing peneliti dalam melakukan penelitian di SMA LTI IGM Palembang.
9. Siswa / siswi SMA LTI IGM Palembang terima kasih untuk dukungan dan bantuannya.
10. My support system, **M. Yazid Rahman** dan Kakak terbaikku, **Nur Wahyu Aji Santoso, S.Kom** yang selalu memberikan motivasi maupun nasihat baik agar saya selalu semangat dalam menyelesaikan skripsi saya.
11. Sepupu yang aku cintai, **Radhita Permata Sari, S.E** dan Keponakan yang aku sayangi, **Reni Marlina** serta Sahabat terbaikku, **Hanika Rahmia**.
12. Sahabat satu geng "**Wanita Tangguh**" yang selalu membantu administrasi dan memotivasi saya untuk menyelesaikan skripsi saya.
13. Sahabat - sahabat almamaterku tersayang

Akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan semoga Allah SWT melimpahkan taufik dan hidayah-Nya bagi kita semua. Amin.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Palembang, 23 Mei 2019

Peneliti,



Poni Fitri Rahayu

NIM 141810024

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
ABSTRAK	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	22
C. Manfaat Penelitian.....	22
1. Manfaat Teoritis.....	22
2. Manfaat Praktis.....	22
D. Keaslian Penelitian.....	23

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	27
A. Prokrastinasi Akademik.....	27
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	27
2. Faktor – faktor Prokrastinasi Akademik.....	30
3. Aspek - aspek Prokrastinasi Akademik.....	34
4. Ciri – ciri Prokrastinasi Akademik.....	37
5. Tugas – tugas Akademik.....	40
6. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	42
B. <i>Self Regulation</i>	43
1. Pengertian <i>Self Regulation</i>	43
2. Faktor – faktor <i>Self Regulation</i>	45
3. Aspek - aspek <i>Self Regulation</i>	48
4. Ciri – ciri atau karakteristik <i>Self Regulation</i>	51
5. Kategorisasi <i>Self Regulation</i>	54
C. Siswa SMA LTI IGM Palembang.....	55
1. Pengertian Siswa.....	55
2. Tanggung Jawab & Tugas Seorang Siswa.....	56
D. Dinamika Psikologis.....	59
E. Hipotesis Penelitian.....	67
BAB III METODE PENELITIAN	68
A. Identifikasi Variabel - variabel Penelitian	68
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	68

1. Prokrastinasi Akademik	68
2. <i>Self Regulation</i>	69
C. Subjek Penelitian.....	69
D. Metode Pengumpulan Data.....	70
E. Teknik Analisis Data.....	75
1. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	75
a. Validitas.....	75
b. Reliabilitas.....	76
2. Uji Asumsi / Prasyarat	77
a. Uji Normalitas	77
b. Uji Linieritas	77
3. Uji Hipotesis.....	78
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	79
A. Prosedur dan Pelaksanaan Penelitian.....	79
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	79
a. Sejarah	79
b. Visi Dan Misi	80
2. Persiapan	81
a. Persiapan Administrasi.....	81
b. Persiapan Alat Ukur	82

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	83
1. Uji Coba Alat Ukur.....	83
2. Pelaksanaan Penelitian.....	83
C. Hasil Penelitian.....	84
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	84
a. Analisis Uji Coba Alat Ukur.....	84
b. Analisis Data Penelitian.....	89
2. Uji Asumsi / Prasyarat.....	92
a. Uji Normalitas.....	92
b. Uji Linieritas.....	93
3. Uji Hipotesis.....	94
D. Pembahasan.....	95
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	104
A. Kesimpulan.....	104
B. Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA.....	106

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba	72
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Self Regulation Sebelum Uji Coba.....	74
Tabel 3. Distribusi Aitem Valid <i>Try Out</i> Skala Prokrastinasi Akademik.....	85
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Baru Skala Prokrastinasi Akademik Penelitian.....	86
Tabel 5. Distribusi Aitem Valid <i>Try Out</i> Skala <i>Self Regulation</i>	87
Tabel 6. <i>Blue Print</i> Baru Skala <i>Self Regulation</i> Penelitian.....	88
Tabel 7. Deskripsi Data Penelitian Mengenai Jenis Kelamin.....	89
Tabel 8. Deskripsi Data Penelitian Mengenai Usia.....	89
Tabel 9. Deskripsi Data Penelitian.....	90
Tabel 10. Kategorisasi Variabel <i>Self Regulation</i>	91
Tabel 11. Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik	92
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	93
Tabel 13. Hasil Uji Linieritas.....	94
Tabel 14. Hasil Uji Regresi Sederhana	94

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Izin Penelitian UBD	111
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan	112
Lampiran 3. Surat Balasan Penelitian dari SMA LTI IGM Palembang... ..	113
Lampiran 4. Data Siswa SMA LTI IGM Palembang.....	114
Lampiran 5. Data Siswa Prokrastinasi Akademik.....	120
Lampiran 6. <i>Plagiarism Checker</i>	125
Lampiran 7. Hasil <i>Try Out</i> Prokrastinasi Akademik.....	126
Lampiran 8. Hasil <i>Try Out Self Regulation</i>	140
Lampiran 9. Tabel Frekuensi	149
Lampiran 10. Uji Normalitas	153
Lampiran 11. Uji Linieritas.....	154
Lampiran 12. Uji Hipotesis.....	155
Lampiran 13. <i>Log Book</i>	156
Lampiran 14. Foto Dokumentasi.....	160
Lampiran 15. Kuesioner / Angket Awal.....	161
Lampiran 16. Hasil Kuesioner / Angket Awal.....	163
Lampiran 17. Skala <i>Try Out</i>	164
Lampiran 18. Skala Penelitian.....	171

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Outline</i> Kerangka Berpikir.....	66
---	----

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA
SMA LTI IGM PALEMBANG**

PONI FITRI RAHAYU

141810024

Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self regulation dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA LTI IGM Palembang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara self regulation dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA LTI IGM Palembang.

Jumlah populasi dalam penelitian ini 180 siswa, sebanyak 61 siswa di jadikan sampel dalam penelitian ini melalui teknik purposive sampling. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala self regulation dan prokrastinasi akademik. Teknik analisis yang digunakan ialah teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan program SPSS versi 20.0.

Hasil analisis data penelitian dengan komputer menggunakan program SPSS 20.0 for windows, menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar = 0,527, koefisien determinasi (r^2) sebesar = 0,278 serta nilai $p = 0,000$, $p < 0,01$ pada uji regresi sederhana. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara self regulation dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA LTI IGM Palembang. Sumbangan efektif variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 27,8%.

Kata kunci : *Self Regulation*, Prokrastinasi Akademik

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF REGULATION AND
ACADEMIC PROCRASTINATION IN STUDENTS OF
SMA LTI PALEMBANG**

PONI FITRI RAHAYU

141810024

Faculty of Psychology Universitas Bina Darma Palembang

ABSTRACT

This research aimed to determine the relationship between self regulation and academic procrastination in students of SMA LTI IGM Palembang. The proposed hypothesis in this research was there is relationship between self regulation and academic procrastination in students of SMA LTI IGM Palembang.

The population number in this study was 180 collegers, there were 61 as the sample in this study who was taken by purposive sampling technique. Measuring instrument in this study was self regulation and academic procrastination scale. The data was analyzed by using SPSS 20.0 program spesifically by simple regression analysis technique.

The results of analyzing data by using SPSS 20.0 for windows, showed that correlation coefficient (r) = 0,527, the determination coefficient is (r^2) = 0,278 and the value of $p = 0,000$, $p < 0,01$ in simple regression test. This indicates that hypothesis was accepted. The results showed that there is significant relationship between self regulation and academic procrastination in students of SMA LTI IGM Palembang. Effective contribution of independent variable to ward dependent variable was 27,8%.

Keyword : Self Regulation, Academic Procrastination