



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
TERAKREDITASI - A

**PENGARUH *SELF-REGULATION* & *SELF-EFFICACY* TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PADA MASA PANDEMI
COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana

(S1) Pada Program Studi Psikologi

Disusun Oleh:

QOTHRUNNADA ABRILIAH

46118010104

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2022

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Pengaruh *Self-Regulation & Self-Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pada Masa Pandemi *Covid-19***” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 25 April 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 25 April 2022

Penguji 1



Dr. Indra Kusumah, M.Si

Sidang Skripsi



Pembimbing



Dr. Istiqomah, M.Si

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Penguji 2



Ahmad Naufalul Umam, M.Si

PSI 07210213



Please Scan QR Code Verify

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Pengaruh *Self-Regulation & Self-Efficacy* Terhadap
Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pada Masa Pandemi
Covid-19

Nama : Qothrunnada Abriliah

NIM : 46118010104

Program Studi : S1 Psikologi

Tanggal Sidang : 25 April 2022

Pembimbing



Dr. Istiqomah, M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

PSI 07210213



Please Scan QR Code Verify

LEMBAR PERYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam kaya akhir ini :

Judul : Pengaruh *Self-Regulation* dan *Self-Efficacy* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dimasa Pandemi *Covid-19*
Nama : Qothrunnada Abriliah
NIM : 46118010104
Program : Program Studi Psikologi
Tanggal : 25 April 2022

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya Ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 25 April 2022



Qothrunnada Abriliah

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas ridhonya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir “Pengaruh *self-regulation* dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dimasa Pandemi Covid-19” sebagai salah satu syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Dalam kesempatan pengerjaan penulisan tugas akhir ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir, antara lain:

1. Papi, Mami, Syifa dan Umay yang selalu mendoakan dan mendukung baik secara finansial, mental, ataupun kesehatan fisik penulis selama menyusun Tugas Akhir ini.
2. Dr. Setiawati Intan Savitri, SP, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Yenny, M.Psi. Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Karisma Riskinanti, M, Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Dani Irmawan, S.Psi. M.Sc., selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Dr. Istiqomah, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang sudah meluangkan waktunya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan masukan kepada penulis selama menyusun Tugas Akhir ini hingga selesai
7. Dr. Agustini S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dari awal masuk kuliah sampai saat ini
8. Dr. Arie Suciyan Srijanto, S.Si., M.Si selaku Dosen pada Mata Kuliah Metode Penelitian Kuantitatif & Eksperimen yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat dan berguna dalam menyusun penelitian ini

9. Seluruh dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan didikan dan ilmu yang berharga selama penulis menempuh pendidikan di Universitas Mercu Buana.
10. Seluruh staff administrasi Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
11. Indra Syach Putra partner berkeluh kesah, teman hidup, mentor dan motivator terbaik selama penulis menyusun tugas akhir ini hingga akhir. Semoga apa yang kita cita-citakan selama ini dapat berjalan dengan baik sesuai rencana.
12. Martini Malik teteh terbaik. Terima kasih atas waktu, dukungan, dan saran-saran terbaiknya selama penulis menyusun Tugas Akhir ini hingga selesai.
13. Dalil Faisal Kurniawan dan Muhammad Azhar Ramadhan sahabat terbaik penulis yang sudah saya anggap sebagai keluarga sendiri atas doa dan dukungannya sampai saat ini. Semoga kita bisa sukses bersama.
14. Muhammad Ridho Hasan, Salsa Billa Rizkya Farhansi, Aula Maulidatul Mufidah, Ayu Febriani, Natasya Ananda, dan Siska Fadilah Br. Tarigan sahabat positif psikologi yang sampai saat ini mendukung, memotivasi, mendoakan, dan mendengarkan keluh kesah penulis selama mengerjakan Tugas Akhir ini hingga selesai.
15. Ni Putri Aryati, Luthfia Larasanti, Nabila Azzahra, Andhika Hutabarat, Adam Febriansyah, Sandy Himawan, Dicky Bachtiar, Firdaus Praditya, dan Choirul Anan yang telah menemani setiap malam minggu-ku, memberikan dukungan dan motivasinya, serta senantiasa selalu mendoakan penulis sampai saat ini. Semoga kita tidak putus silaturahmi ya *bestie*.
16. Selvia, Nur Alfinah, Putri Damayanti sahabat kampus mengajar yang telah memberikan dukungannya dan rela menginap demi menemani penulis saat mengerjakan Tugas Akhir ini hingga selesai. Semoga apa yang kita harapkan bisa terwujud.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis memohon maaf sebesar-besarnya atas kesalahan serta

kekurangan yang ada pada tugas akhir ini. Penulis juga mengharapkan saran dan kritik yang membangun sebagai bahan perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis juga berharap semoga kelak tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis, serta para pembaca dan dapat dijadikan pertimbangan bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

Jakarta, April 2022

Qothrunnada Abriliah



DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	I
<i>ABSTRACT</i>	II
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	III
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	IV
LEMBAR PERNYATAAN.....	V
KATA PENGANTAR.....	VI
DAFTAR ISI.....	IX
DAFTAR TABEL.....	XII
DAFTAR GAMBAR.....	XIV
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian.....	6
I.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1 Prokrastinasi Akademik.....	8
II.1.1 Pengertian prokrastinasi akademik.....	8
II.1.2 Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik.....	9
II.1.3 Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	10
II.2 <i>Self-Regulation</i>	10
II.2.1 Pengertian <i>Self-regulation</i>	10
II.2.2 Faktor-faktor <i>self-regulation</i>	10
II.2.3 Aspek - Aspek <i>Self-regulation</i>	11
II.2.4 Implikasi <i>self-regulation</i>	11
II.3 <i>Self-Efficacy</i>	12
II.3.1 Pengertian <i>Self-efficacy</i>	12
II.3.2 Dimensi <i>Self-efficacy</i>	12
II.3.3 Implikasi <i>Self-efficacy</i>	13
II.3.4 Faktor-faktor <i>Self-efficacy</i>	13
II.4 Penelitian Terdahulu.....	14

II.5	Dinamika Hubungan Prokrastinasi dengan <i>Self-Efficacy</i> dan <i>Self-Regulation</i> ...	21
II.6	Kerangka Berfikir	23
II.7	Hipotesa Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN		25
III.1	Design Penelitian	25
III.2	Definisi Operasional	25
III.3	Populasi dan Sampel	27
III.3.1	Populasi	27
III.3.2	Sampel	27
III.4	Teknik Sampling	28
III.5	Teknik Pengumpulan Data	28
III.6	Instrumen Penelitian	29
III.6.1	Skala Prokrastinasi Akademik	29
III.6.2	Skala <i>Self-Regulation</i>	30
III.6.3	Skala <i>Self-efficacy</i>	31
III.7	Teknik Validitas dan Reliabilitas Data	31
III.7.1	Uji Kualitas Instrumen	31
III.8	Uji Asumsi Klasik	36
III.8.1	Uji Normalitas	36
III.8.2	Uji Linieritas	36
III.8.3	Uji Heterokedastisitas	37
III.8.4	Uji Multikolinieritas	37
III.9	Uji Hipotesis	37
III.9.1	Uji Regresi Berganda	37
III.10	Tahap Analisis Data	37
10.1	Pengelolaan Data	37
10.2	Pembahasan	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		39
IV.1	Gambaran Umum Subjek	39
IV.1.1	Data Jenis Kelamin	39
IV.1.2	Data Semester	39

IV.1.3 Data Fakultas	40
IV.2 Analisis Deskriptif	41
IV.3 Uji Asumsi Klasik	43
IV.3.1 Uji Normalitas	43
IV.3.2 Uji Linieritas	43
IV.3.3 Uji Heterokedastisitas	44
IV.3.4 Uji Multikolinieritas	44
IV.4 Uji Hipotesis	45
IV.4.1 Uji Korelasi antar Variabel	45
IV.4.2 Uji Korelasi antar Dimensi	45
IV.4.3 Uji Regresi Linear Berganda	46
IV.5 Pembahasan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
V.1 Kesimpulan	53
V.1 Keterbatasan Penelitian	53
V.2 Saran	53
V.3.1 Saran Teoritis	53
V.3.2 Saran Praktis	54
Daftar Pustaka	55
LAMPIRAN	58



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	14
Tabel 3.1 Sampel Isaac & Michael.....	27
Tabel 3.2 Blueprint Prokrastinasi Akademik.....	29
Tabel 3.3 Blueprint Self-regulation.....	30
Tabel 3.4 Blueprint Self-efficacy.....	31
Tabel 3.5 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	32
Tabel 3.6 Validitas Skala Self-regulation.....	33
Tabel 3.7 Validitas Skala Self-efficacy.....	34
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas.....	35
Tabel 4.1 Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4.2 Semester.....	39
Tabel 4.3 Fakultas.....	40
Tabel 4.4 Data Deskriptif.....	41
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi.....	41
Tabel 4.6 Kategorisasi Self-regulation.....	41
Tabel 4.7 Kategorisasi Self-efficacy.....	42
Tabel 4.8 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	42
Tabel 4.9 Uji Linearitas.....	43
Tabel 4.10 Uji Multikolinearitas.....	44
Tabel 4.11 Uji Korelasi antar Variabel.....	45
Tabel 4.12 Uji Korelasi antar Dimensi Self-regulation terhadap Aspek Prokrastinasi Akademik.....	45

Tabel 4.13 Uji Korelasi antar Dimensi Self-efficacy terhadap Aspek Prokrastinasi Akademik.....	46
Tabel 4.14 Uji Koefisien Regresi Self-regulation terhadap Prokrastinasi Akademik.....	46
Tabel 4.15 Uji Koefisien Regresi Self-efficacy terhadap Prokrastinasi Akademik.....	47
Tabel 4.16 Uji F Variabel Self-regulation dan Self-efficacy terhadap Prokrastinasi Akademik.....	47
Tabel 4.17 Koefisien Determinasi Variabel Self-regulation dan Self-efficacy terhadap Prokrastinasi Akademik.....	48



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Uji Normalitas.....	43
Gambar 4.2 Uji Heterokedastisitas.....	44

