



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

TERAKREDITASI - A

**HUBUNGAN ANTARA *BEDTIME PROCRASTINATION* DENGAN *ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1)

Pada program studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Nabila Nur Hayyuni

46118010121

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

2022

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan Antara *Bedtime Procrastination* Dengan *Academic Procrastination* Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Jakarta
Nama : Nabila Nur Hayyuni
NIM : 46118010121
Program Studi : S1 Psikologi
Tanggal Sidang : 8 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 07210201



Please Scan QR Code Verify

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara *Bedtime Procrastination* Dengan *Academic Procrastination* Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Jakarta**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 8 April 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 8 April 2022



Pembimbing
Dr. Istiqomah, M.Si

PSI 07210201



Please Scan QR Code Verify

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa pernyataan dalam Karya Akhir ini:

Judul : Hubungan Antara Bedtime Procrastination Dengan Academic Procrastination Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Jakarta

Nama : Nabila Nur Hayyuni

NIM : 46118010121

Program : Psikologi

Tanggal : 19 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 pengelolannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 19 April 2022
UNIVERSITAS
MERCU BUANA
METRA
TEMPEL
C2EAJX737 108097
Nabila Nur Hayyuni

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi ALLAH SWT yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat, dan hidayah-Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya Tugas Akhir dengan judul “**HUBUNGAN *BEDTIME PROCRASTINATION* DENGAN *ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**”. Karya Tugas Akhir ini disusun guna untuk memenuhi Sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam Menyusun Tugas Akhir ini penulis merasa amat sangat bersyukur atas bantuan dan dorongan bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang sudah sangat bersedia untuk membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir penulis dengan baik.

Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti M.Psi, Psikolog. Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dani Irmawan S.Psi. M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Bapak Dani Irmawan S.Psi. M.Sc, selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang selalu memberikan dukungan penuh terhadap perkuliahan saya.
6. Terimakasih kepada Dr. Istiqomah, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang sudah membantu memberi arahan serta dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir saya.

7. Terimakasih kepada Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, M.Psi, Ph.D selaku Dosen Mata Kuliah Tugas Akhir yang sudah membantu memberikan materi penulisan dan pengolahan data pada tugas akhir sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir saya.
8. Terimakasih kepada bapak, ibu, dan adek yang selalu memberi dukungan dalam bentuk apapun hingga detik ini dan selalu menjadi tempat berkeluh kesah ketika merasa menyerah untuk menyelesaikan tugas akhir saya.
9. Terimakasih kepada Kaifa Putrie yang sudah menjadi teman berkeluh kesah serta membantu dalam penulisan Tugas Akhir saya dan selalu support serta menyemangati tiada henti.
10. Terimakasih kepada teman-teman saya yang saya sayangi Diah wahyu, Jauzah Haaniyah, Aan, yang sudah menjadi teman berkeluh kesah selama pengerjaan tugas akhir ini dan selalu menemani saya bermain basket ketika saya sedang pusing dengan tugas akhir ini.
11. Terimakasih untuk Winda, Anida, dan Ina yang sudah menemani saya semasa di bangku kuliah dan menjadi teman kelompok abadi dan support system abadi saya.
12. Kepada seluruh pihak yang terlibat yang sudah berbaik hati membantu dalam penyusunan, pengisian dan penyebaran *google form* yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 08 Maret 2022

Nabila Nur Hayyuni

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
I.1 Latar belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.4 Manfaat Penelitian	6
I.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
I.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II.....	8
KAJIAN PUSTAKA.....	8
2.1 Prokrastinasi Akademik.....	8
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	8
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	8
2.2 Bedtime Procrastination	10
2.2.1 Pengertian Bedtime Procrastination	10
2.2.2 Faktor Penyebab <i>Bedtime Procrastination</i>	10
2.2.3 Aspek Bedtime Procrastination	11
2.3 Penelitian Terdahulu.....	12
2.4 Dinamika Antar Variabel.....	15
2.5 Kerangka Berpikir	16
2.6 Hipotesa	16
BAB III	17
METODOLOGI PENELITIAN	17

3.1 Desain Penelitian.....	17
3.2 Definisi Operasional.....	17
3.2.1 Prokrastinasi Akademik.....	17
3.2.2 Bedtime Procrastination.....	18
3.3 Populasi	18
3.4 Sampel	18
3.5 Teknik Sampling.....	19
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	20
3.7 Instrumen Penelitian.....	21
3.7.1 Skala <i>Academic Procrastination</i>	21
3.7.2 Skala Bedtime Procrastination	24
3.8.1 Uji Kualitas Instrumen	26
3.8.2 Uji Asumsi Klasik	26
3.8.3 Uji Hipotesis.....	27
BAB IV	28
HASIL DAN PEMBAHASAN	28
4.1 Deskripsi Umum Responden Penelitian	28
4.1.1 Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	28
4.1.2 Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Usia	29
4.1.3 Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Fakultas	30
4.2 Analisis Data Deskriptif	30
4.2.1 <i>Bedtime Procrastination</i>	31
4.2.2 <i>Academic Procrastination</i>	33
4.3 Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	35
4.3.1 Hasil Uji Validitas	35
4.3.2 Hasil Uji Reliabilitas.....	37
4.4 Uji Asumsi Klasik	38
4.4.1 Uji Normalitas	38
4.4.2 Hasil Uji Homogenitas.....	38
4.5 Uji Hipotesis	40
4.5.1 Hasil Uji Korelasi	40
4.5.2 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi	41
4.5 Pembahasan	42
BAB V	46

KESIMPULAN DAN SARAN	46
5.1 Kesimpulan	46
5.2 Keterbatasan penelitian.....	46
5.3 Saran.....	46
5.3.1 Saran Metodologi	47
5.3.2 Saran Praktis.....	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	52



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	12
Tabel 2. 2	16
Tabel 3. 1	20
Tabel 3. 2	21
Tabel 3. 3	21
Tabel 3. 4	24
Tabel 3. 5	25
Tabel 4. 1	28
Tabel 4. 2	29
Tabel 4. 3	30
Tabel 4. 4	31
Tabel 4. 5	32
Tabel 4. 6	32
Tabel 4. 7	33
Tabel 4. 8	34
Tabel 4. 9	35
Tabel 4. 10	36
Tabel 4. 11	37
Tabel 4. 12	37
Tabel 4. 13	38
Tabel 4. 14	39
Tabel 4. 15	39
Tabel 4. 16	40
Tabel 4. 17	41