



PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* DAN *SELF-CONTROL* TERHADAP PROKASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA REGULER 1 SAAT PEMBELAJARAN DARING

SKRIPSI

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Disusun Oleh:
AINAYA NURUL ADILLA

46117010016

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**

2022



PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* DAN *SELF-CONTROL* TERHADAP PROKASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA REGULER 1 SAAT PEMBELAJARAN DARING

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

Disusun Oleh:

AINAYA NURUL ADILLA

46117010016

UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2022

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan dengan sebenar-benarnya

Nama : Ainaya Nurul Adilla

NIM : 46117010016

Program Studi : S1 Psikologi

Judul : Pengaruh *Self-Regulated Learning* Dan *Self- Control* Terhadap Prokstinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Reguler I Saat - Pembelajaran Daring

Menyatakan bahwa tugas akhir ini adalah murni hasil karya sendiri, apabila saya menjiplak dari hasil karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya juga bersedia dikenakan sanksi pembatalan tugas akhir apabila terbukti melakukan tindakan plagiat (penjiplakan). Semua informasi, data dan hasil pengolahan yang digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 - 03- 2022



Ainaya Nurul Adilla

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Pengaruh *Self Regulated Learning* Dan *Self Control*
Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa
Universitas Mercu Buana Reguler 1 Saat Pembelajaran
Daring

Nama : Ainaya Nurul Adilla

NIM : 46117010016

Program Studi : S1 Psikologi

Tanggal Sidang : 21 Februari 2022

Pembimbing



Prahastia Kurnia Putri, M. Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi Ketua Program Studi Psikologi

MERCU BUANA



Dr. Setiawati Intan Savitri, M. Si



Karisma Riskinanti, M. Psi., Psikolog

PSI 07210160



Please Scan QR Code Verify

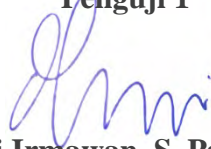
PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Pengaruh *Self Regulated Learning* Dan *Self Control* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Reguler 1 Saat Pembelajaran Daring**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 21 Februari 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 21 Februari 2022

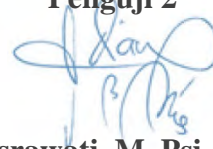
Sidang Skripsi

Penguji 1



Dhani Irmawan, S. Psi., M. Sc

Penguji 2



Dian Misrawati, M. Psi., Psikolog

Pembimbing



Prahastia Kurnia Putri, M. Psi., Psikolog

UNIVERSITAS
MERCUBUANA

PSI 07210160



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim, Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat berkat rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya skripsi yang berjudul “**Pengaruh *Self-Regulated Learning* dan *Self-Control* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Mercu Buana Reguler 1 Saat Pembelajaran Daring**” dengan berhasil dan lancar. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi atau biasa disingkat dengan S.Psi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta. Penulisan ini dapat selesai berkat bantuan, bimbingan, motivasi, dukungan dari semua pihak berupa informasi, emosional, spiritual, dan sekaligus materi. Oleh karena itu dengan dengan kesempatan ini penulis menyampaikan rasa banyak terima kasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, yang sudah memberikan kesehatan dan kekuatan serta rahmat yang diberikan selama ini.
2. Kepada yang sangat saya cintai dan selalu ada untuk saya, orang tua tercinta saya Bapak Wiyoto dan Mama Sri Kiryati yang selalu mendoakan selalu, memberi semangat, memberikan dukungan, memberikan motivasi untuk tidak putus asa. Untuk kakak dan Ipar saya tercinta Nesmi dan Ary terima kasih selalu mendoakan dan memberikan bimbingan pengalaman selama mengerjakan skripsi ini.
3. Bapak/Ibu Dekan, Ketua Prodi, dan Sekretaris Prodi beserta staff karyawan dari Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Kepala Prof. Dr. Ngadino Surip, MS selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
5. Kepada Dr. Setiawati Intan Savitri, M. Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Kepada Yenni, M. Psi., Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

7. Kepada Karisma Riskinanti, M. Psi., Psi selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
8. Kepada Dhani Irmanawan, S. Psi, M. Sc selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
9. Kepada Prahastia Kurnia Putri, S.Psi., M.Psi., Psikolog Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu memberikan penulis bimbingan, memberikan saran, arahan mengerjakan dengan baik dan benar, meluangkan waktu untuk bimbingan di tengah kesibukannya untuk penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih dari penulis ucapkan memberikan ilmu yang bermanfaat dan berharga ini.
10. Ibu Dr. Istiqomah, M.Si Selaku Dosen Pengampu Mata Kuliah Tugas Akhir yang telah memberikan bimbingan selama penulis berada di kelas bimbingan serta memberikan arahan mengerjakan dan saran mengerjakan skripsi dengan baik dan benar.
11. Kepada Sahabat dan Teman saya tercinta, Jasmine Nazer, Muthia, Tiara, Laras, Alvina, Maria, Nabila, Nafa serta teman semasa kecil Dita, Dini, Iis, Wiwi. Teman semasa kuliah Yolanda, Bilqis, Zahra, Della, Nurul Annisa, Cindy Syakila, Febrina Rastra, Wawan, Panji, Mike, Aufarizan, Rizky, Bagas, Roni dan lain-lainnya yang saya tidak sebutkan, Penulis mengucapkan terima kasih untuk dukungan, serta memberikan bantuan jika penulis membutuhkan arahan saat mengerjakan dan menghibur ditengah kesibukan dalam mengerjakan skripsi untuk tetap semangat mengerjakan. Serta untuk Sofyan, saya terima kasih untuk selama penulis mengerjakan memberikan bantuan dan memberikan saran, menghibur ditengah mengerjakan skripsi merasakan jenuh dan tidak lupa memberikan semangat.
12. Kepada seluruh mahasiswa reguler 1 Universitas Mercu Buana penulis mengucapkan terima kasih atas memberikan bantuan untuk jawaban kuesioner dalam waktu pengambilan data yang melancarkan berjalannya pengerjaan skripsi.

13. Terima Kasih untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang dan tetap semangat untuk skripsi selama ini yang telah berhasil mengerjakan walaupun mengetahui kemampuan yang terbatas tetapi tidak putus asa dan selalu berusaha menjadi yang terbaik untuk diri sendiri



DAFTAR ISI

<i>COVER</i>	i
HALAMAN JUDUL	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
PENGESAHAN SKRIPSI	v
KATA PENGANTAR	vi
<i>ABSTRACT</i>	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xix
DAFTAR GAMBAR	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.4 Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI	12
2.1 Prokrastinasi Akademik	12
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik	12
2.1.2 Ciri- Ciri Prokrastinasi Akademik	13
2.1.3 Aspek Prokrastinasi Akademik	13

2.1.4 Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik.....	14
2.1.5 Jenis-Jenis Prokrastinasi Akademik.....	14
2.2 <i>Self-Control</i>	15
2.2.1 Pengertian <i>Self-Control</i>	15
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Self-Control</i>	16
2.2.3 Faktor-Faktor <i>Self-Control</i>	17
2.3 <i>Self-Regulated Learning</i>	18
2.3.1 Pengertian <i>Self-Regulated Learning</i>	18
2.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self-Regulated Learning</i>	19
2.3.3 Aspek- Aspek <i>Self-Regulated Learning</i>	20
2.3.4 Strategi <i>Self-Regulated Learning</i>	21
2.4 Penelitian Terdahulu	22
2.5 Kerangka Berpikir	28
2.6 Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Desain Penelitian	32
3.2 Variabel Penelitian.....	32
3.3 Definisi Operasional.....	33
3.3.1 <i>Self-Control</i>	33
3.3.2 <i>Self-Regulated Learning</i>	33
3.3.3 Prokrastinasi Akademik	33
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
3.4.1 Populasi.....	34
3.4.2 Sampel Penelitian	34

3.5 Teknik Pengumpulan Data	34
3.5.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
3.5.2 Instrumen Penelitian	35
3.5.2.1 Alat Ukur <i>Self-Regulated Learning</i>.....	35
3.5.2.2 Alat Ukur <i>Brief Self-Control Scale</i>.....	39
3.5.2.3 Alat Ukur Prokrastinasi Akademik.....	42
3.5.3 Analisis Data Deskriptif	44
3.5.4 Uji Kualitas Instrumen	44
3.5.4.1 Uji Validitas.....	44
3.5.5 Analisis Item.....	45
3.5.5.1 Validitas Item	45
3.5.5.2 Uji Reliabilitas	47
3.5.6 Uji Asumsi Klasik	49
3.5.6.1 Uji Normalitas	49
3.5.6.2 Uji Linearitas.....	49
3.5.6.3 Uji Multikolinearitas.....	49
3.5.6.4 Uji Korelasi	50
3.5.6.5 Uji Heteroskedasdisitas	50
3.5.7 Uji Hipotesis	51
3.5.7.1 Uji Analisis Linier Sederhana	51
3.5.7.2 Uji Analisis Linear Berganda.....	51
3.5.7.1.1 Uji t (parsial).....	51
3.5.7.1.2 Uji F	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53

4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian	53
4.1.1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	53
4.1.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pembelajaran Daring.....	54
4.1.3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia	54
4.1.4 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Fakultas.....	55
4.1.5 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jurusan.....	56
4.1.6 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Angkatan.....	58
4.1.7 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	58
4.2 Analisis Data Deskriptif.....	59
4.2.1 <i>Self-Control</i>.....	62
4.2.2 <i>Self-Regulated Learning</i>	62
4.2.3 Prokrastinasi Akademik	63
4.3 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	64
4.3.1 Uji Normalitas.....	64
4.3.2 Uji Linearitas	65
4.3.3 Uji Korelasi.....	66
4.3.5 Uji Multikolinearitas	67
4.3.5 Uji Heteroskedastisitas.....	68
4.4 Hasil Uji Hipotesis.....	69
4.4.1 Uji Analisis Regresi Sederhana <i>Self-Control</i> Dan Prokrastinasi Akademik	69
4.4.2. Uji analisis Regresi Sederhana <i>Self-Regulated Learning</i> & Prokrastinasi Akademik.....	70
4.4.3 Uji Analisis Regresi Berganda.....	72

4.5 Analisis Tambahan	74
4.5.1 Analisis Matriks Korelasi	74
4.6 Pembahasan	81
BAB V.....	87
5.1 Kesimpulan	87
5.2 Keterbatasan Penelitian	87
5.3 Saran	87
5.3.1 Saran Teoritis.....	88
5.3.2 Saran Praktis	88
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN.....	99



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	22
Tabel 3.1 Keterangan Skor Pernyataan.....	35
Tabel 3.2 <i>Blue Print Self-Regulated Learning Scale</i>	36
Tabel 3.3 <i>Blue Print Brief Self-Control Scale</i>	40
Tabel 3.4 <i>Blue Print Tuckman Procrastination Scale</i>	43
Tabel 3.5 <i>Expert Judgement Self-Control</i>	45
Tabel 3.6 <i>Self-Regulated Learning</i>	45
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Brief Self-Control</i>	48
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self-Regulated Learning</i>	48
Tabel 4.1 Data Jenis Kelamin	53
Tabel 4.2 Status Pembelajaran Daring	54
Tabel 4.3 Data Usia	54
Tabel 4.4 Data Fakultas.....	55
Tabel 4.5 Data Jurusan.....	56
Tabel 4.6 Data Angkatan.....	58
Tabel 4.7 Data Status Pekerjaan.....	58
Tabel 4.8 Hasil Analisis Data Deskriptif Norma Empirik <i>Self-Control, Self-Regulated Learning</i> , dan Prokastinasi Akademik	60
Tabel 4.9 Hasil Analisis Data Deskriptif Norma Hipotetik <i>Self-Control, Self-Regulated Learning</i> , dan Prokastinasi Akademik	60
Tabel 4.10 Norma Kategorisasi Skala	61
Tabel 4.11 Hasil Kategorisasi Data Hipotetik Pada Variabel <i>Self-Control</i>	62

Tabel 4.12 Hasil Kategorisasi Data Hipotetik Pada Variabel <i>Self-Regulated Learning</i>	62
Tabel 4.13 Hasil Kategorisasi Data Hipotetik Pada Variabel Prokrastinasi Akademik.....	63
Tabel 4.14 Hasil Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	64
Tabel 4.15 Hasil Uji Linieritas (<i>Self-Control</i>).....	66
Tabel 4.16 Hasil Uji Linieritas (<i>Self-Regulated Learning</i>).....	66
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi	66
Tabel 4.18 Hasil Uji Multikolinearitas.....	67
Tabel 4.19 Hasil Koefisien Regresi Sederhana <i>Self-Control</i> Dan Prokrastinasi Akademik.....	69
Tabel 4.20 Uji Nilai Signifikansi ANOVA.....	69
Tabel 4.21 Hasil Koefisien Determinasi	70
Tabel 4.22 Hasil Koefisien Regresi Sederhana <i>Self-Regulated Learning</i> Dan Prokrastinasi Akademik.....	70
Tabel 4.23 Uji Nilai Signifikansi ANOVA.....	71
Tabel 4.24 Hasil Koefisien Determinasi <i>Self-Regulated Learning</i> Dan Prokrastinasi Akademik.....	71
Tabel 4.25 Hasil Koefisien Regresi Berganda (Uji t)	72
Tabel 4.26 Hasil Uji Nilai signifikansi ANOVA (Uji F).....	73
Tabel 4.27 Hasil Koefisien Determinasi (R Square)	73
Tabel 4.28 Hasil Uji Analisis Matriks Korelasi Antar Aspek <i>Self-Control</i> Dengan Prokrastinasi Akademik.....	74
Tabel 4.29 Hasil Uji Analisis Matriks Korelasi Antar Aspek <i>Self-Regulated Learning</i> Dengan Prokrastinasi Akademik	76

Tabel 4.30 Hasil Uji Analisis Matriks Korelasi Antar Aspek Prokrastinasi Akademik Dengan *Self-Control*79

Tabel 4.31 Hasil Uji Analisis Matriks Korelasi Antar Aspek Prokrastinasi Akademik Dengan *Self-Regulated Learning*80



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	99
LAMPIRAN II.....	149
LAMPIRAN III	208
LAMPIRAN IV	220
LAMPIRAN V	224
LAMPIRAN VI	229
LAMPIRAN VII.....	233
LAMPIRAN VIII	236
LAMPIRAN IX	239



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	30
Gambar 4.1 Hasil Uji Heterokedastisitas	68

