



**HUBUNGAN PROKRASINASI AKADEMIK DENGAN
ZEIGARNIK EFFECT PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan
Program Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

Oleh :

Muhammad Farhan Anhari

(46116010032)

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA**

2020

HUBUNGAN PROKRASINASI AKADEMIK DENGAN *ZEIGARNIK EFFECT* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *zeigarnik effect* pada fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pendekatan kuantitatif, dengan menguji hubungan antar variabel. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 120 mahasiswa/i semester 5 dari jumlah populasi, dalam pengambilan data menggunakan penyebaran kuesioner secara online (*google form*), dengan menggunakan teknik *sampling* Jenuh. Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan yang *negatif* antara prokrastinasi akademik dengan *zeigarnik effect*, yang artinya semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah *zeigarnik effect* ataupun begitu juga sebaliknya semakin tinggi *zeigarnik effect* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Karena memiliki nilai korelasi yang diperoleh sebesar $-0,718$ masuk kedalam kategori berkorelasi kuat, dengan nilai signifikansi $0,000$.

Kata Kunci : Prokrastinasi Akademik, *Zeigarnik Effect*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

***THE RELATIONSHIP OF ACADEMIC PROCRASTINATION WITH
ZEIGARNIK EFFECT IN STUDENTS FACULTY OF
PSYCHOLOGY, MERCU BUANA UNIVERSITY, JAKARTA***

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of academic procrastination with zeigarnik effect in faculty of psychology, Mercu Buana University, Jakarta. This study uses a quantitative approach research design, by examining the relationship between variables. Participants in this study amounted to 120 students in semester 5 of the total population, in collecting data using online questionnaires (google form), using saturated sampling technique. The result of this study is that there is a negative relationship between academic procrastination and the zeigarnik effect, which means that the higher the academic procrastination, the lower the zeigarnik effect or vice versa, the higher the zeigarnik effect, the lower the academic procrastination. Because it has a correlation value obtained of -0.718, it is categorized as strongly correlated, with a significance value of 0.000.

Keywords : *Academic Procrastination, Zeigarnik Effect*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi dengan judul **“HUBUNGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN ZEIGARNIK EFFECT PADA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA”** skripsi ini disusun guna untuk memenuhi persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta. Peneliti menyadari bahwa selama penulisan skripsi, peneliti mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai macam pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Orangtua penulis yaitu ayah dan mamah tersayang dan tercinta yang selalu memberikan dalam bentuk do'a dan materi untuk kelancaran kuliah ini dari semester 1 sampai saat ini, terimakasih juga untuk adik saya yang selalu memberikan motivasi dan semangat disetiap proses penyelesaian tugas akhir ini sampai selesai.
2. Bapak Muhammad Iqbal, Ph.D selaku dekan fakultas Psikologi
3. Ibu Laila Miliyandrie Indah M.Psi, Ph.D selaku wakil dekan fakultas Psikologi
4. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si selaku ketua program studi
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku sekretaris program studi fakultas Psikologi
6. Ibu Merly Erlina, M.E.Sy., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama proses pengerjaan skripsi.
7. Ibu Popi Avati, M.Psi., Psikolog sebagai dosen reviewer dalam skripsi ini
8. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog sebagai dosen reviewer expert judgement dalam skripsi ini
9. Ibu Melani Aprianti, M.Psi selaku dosen pembimbing akademik
10. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah di Universitas Mercu Buana.
11. Mahasiswa/i semester 5 fakultas psikologi universitas mercu buana jakarta yang telah membantu dan meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini

12. Teman-Teman di Universitas Mercu Buana terutama di Fakultas Psikologi yang selalu memberi dukungan dan kepada peneliti.
13. Para teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu selama kuliah, yang sudah banyak membantu penulis dalam melewati proses penyelesaian tugas akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa pada skripsi ini masih terdapat kelemahan dan kekurangan, karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan yang peneliti miliki. Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan skripsi ini. akhir kata semoga Allah SWT memberikan segala kebaikan kepada ibu/bapak serta teman-teman dan semua pihak yang telah membantu.



Jakarta, 17 Oktober 2020

Peneliti

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
LEMBAR PERNYATAAN	x
LEMBAR PENGESAHAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Praktis	6
1.4.2 Manfaat Teoritis	6
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 <i>Zeigarnik Effect</i>	7
2.1.1 Implikasi Untuk Kehidupan Sehari-hari	7
2.1.2 Manfaat Zeigarnik Effect	8
2.1.3 Aspek-aspek Zeigarnik Effect	9
2.2 Prokrastinasi Akademik	10
2.2.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik	10
2.2.2 Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	10
2.2.3 Spesifikasi Prokrastinasi Akademik	11
2.2.4 Karakteristik Prokrastinasi Akademik	11
2.2.5 Area Prokrastinasi Akademik	13
2.2.6 Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	13
2.2.7 Dampak Prokrastinasi Akademik	14
2.3 Penelitian Terdahulu	15
2.4 Kerangka Berpikir	18
2.5 Hipotesis	18

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	19
3.2 Variabel Penelitian	19
3.3 Definisi Konseptual dan Operasional	19
3.3.1 Definisi Konseptual	19
3.3.2 Definisi Operasional	20
3.4 Subjek Penelitian	21
3.4.1 Populasi	21
3.4.2 Sampel	21
3.4.3 Teknik <i>Sampling</i>	21
3.5 Metode dan Alat Pengumpulan Data	21
3.6 Instrumen Penelitian	22
3.7 Metode Analisis Data	23
3.7.1 Analisis Deskriptif	23
3.7.1.1 Uji Validitas	24
3.7.1.2 Uji Reliabilitas	24
3.7.2 Uji Asumsi Klasik	24
3.7.2.1 Uji Normalitas	24
3.7.3 Uji Korelasi	25
3.7.3.1 Analisis Korelasi	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Pelaksanaan Penelitian	26
4.2 Gambaran Umum	26
4.2.1 Responden Berdasarkan Usia	26
4.2.2 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	26
4.3 Uji Instrumen	27
4.3.1 Uji Validitas	27
4.3.2 Uji Reliabilitas	28
4.4 Analisis Data	29
4.4.1 Data Deskriptif Hipotetik dan Empirik	29
4.4.2 Kategorisasi	29
4.4.2.1 Prokrastinasi Akademik	29
4.4.2.2 Zeigarnik Effect	31
4.5 Uji Asumsi Klasik	32

4.5.1 Uji Normalitas	32
4.5.2 Uji Korelasi	33
4.6 Pembahasan	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	36
5.2 Keterbatasan Penelitian	36
5.3 Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	44



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	17
Tabel 2.2 Kerangka Berpikir	21
Tabel 3.1 Skala Likert	26
Tabel 3.2 <i>BluePrint</i> Prokrastinasi Akademik	27
Tabel 3.3 <i>BluePrint Zeigarnik Effect</i>	27
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia	31
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	32
Tabel 4.3 Tabel <i>Blueprint</i> Prokrastinasi Akademik	33
Tabel 4.4 Tabel <i>Blueprint Zeigarnik Effect</i>	33
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i>	34
Tabel 4.6 Data Deskriptif Hipotetik dan Empirik	34
Tabel 4.7 Norma Kategorisasi Prokrastinasi Akademik	35
Tabel 4.8 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Usia	35
Tabel 4.9 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	36
Tabel 4.10 Norma Kategorisasi <i>Zeigarnik Effect</i>	37
Tabel 4.11 Kategorisasi <i>Zeigarnik Effect</i> Berdasarkan Usia	37
Tabel 4.12 Kategorisasi <i>Zeigarnik Effect</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	38
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas	38
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi	39
Tabel 4.15 Pedoman Derajat Hubungan Korelasi	40

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar benarnya bahwa semua pertanyaan dalam karya akhir ini ;

Judul : Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan *Zeigarnik Effect* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
Nama : Muhammad Farhan Anhari
NIM : 46116010032
Program : Program Studi Psikologi
Tanggal : November 2020

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 sarjana di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahan yang digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, November 2020

UNIVERSITAS
MERCU BUANA


Muhammad Farhan Anhari

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR

Tugas Akhir yang berjudul "Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan *Zeligarnik Effect* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta" telah diajukan pada sidang tugas akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana pada tanggal 9 November 2020. Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 9 November 2020

Sidang Tugas Akhir

Penguji I



Ahmed Naufal Umam, B.A., M.Si

Penguji II



Hifizah Nur, S.Psi., M.Ed

Pembimbing



Merly Erlina, M.E.Sy., M.Si., Psikolog

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : **Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Zeigarnik Effect**
pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
Jakarta

Nama : Muhammad Farhan Anhari

NIM : 46116010032

Program Studi : Psikologi

Tanggal : 9 November 2020

Pembimbing



Merly Erlina, M.E.Sy., M.Si., Psikolog

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Kena Program Studi Psikologi



UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Muhammad Iqbal, Ph.D

Dr. Setiawati Intan Savitri, SP., M.Si



UNIVERSITAS
MERCU BUANA