



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATION* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA YANG
BERMAIN *GAME ONLINE***

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

JOCELYN

705140121

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANGARA
2018



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATION* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA YANG
BERMAIN *GAME ONLINE***

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian
Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi

DISUSUN OLEH:
JOCELYN
705140121

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANGARA
2018

KATA PENGANTAR

Pertama peneliti mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia yang telah diberikan, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *self-regulation* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermain game online”. Adapun maksud dan tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagian syarat mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Tarumanagara.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan baik secara langsung maupun tidak langsung dalam pembuatan skripsi ini. Pertama kepada kedua orang tua peneliti yang selalu memberikan dukungan baik melalui doa, moral, maupun finansial selama berkuliah hingga pengerjaan skripsi ini dapat selesai dan terima kasih juga kepada koko dan cece peneliti yang memberikan semangat dan dukungan untuk mengerjakan skripsi ini.

Selanjutnya kepada Ibu Sri Tiatri, Ph.D, Psi. selaku pembimbing pertama yang dengan tulus membimbing dan meluangkan waktu untuk memberikan masukan dan saran kepada peneliti selama proses pengerjaan skripsi ini. Peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih kepada Ibu Meylisa Permatasari, S. Psi., M. Sc. selaku pembimbing kedua yang dengan senang hati membantu dan mendukung peneliti. Beliau juga selalu memberikan dukungan, motivasi dan menghibur peneliti selama proses bimbingan.

Kemudian, peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih kepada Ibu Dr. Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan informasi dan nasihat kepada peneliti selama perkuliahan di Fakultas Psikologi.

Tidak lupa peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Bapak Dadang, Bapak Juhardi, Ibu Della, Bapak Heru dan Bapak Muji, beserta staf lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti selama menyelesaikan studi hingga semester akhir ini.

Lalu juga kepada seluruh teman-teman seperjuangan yaitu teman-teman angkatan 2014 Fakultas Psikologi yang telah saling membantu dan mendukung selama bekuliah di Psikologi Untar ini. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada teman-teman satu bimbingan skripsi yang bersedia memberikan informasi dari bimbingan dan juga semangat selama pengerjaan skripsi ini.

Kepada teman-teman yang selalu mengingatkan, memberikan bantuan, semangat, dan dukungan yaitu, Elvina Salim, Salvian, Marsella, Ray Caesarly, Michael, Petnas Efafres, dan Wenny. Terima kasih karena kalian mau meluangkan waktu untuk mengerjakan skripsi bersama sehingga dapat meningkatkan semangat dalam mengerjakan skripsi. Kepada teman-teman dekat selama bekuliah empat tahun ini, yaitu Anggi Maria, Elvina Salim, Laurensia, Serrena Chayadhy, dan Lisa Bella yang selalu memberikan dukungan moral dan bantuan selama perkuliahan hingga akhir semester.

Tidak lupa peneliti ucapkan terimakasih kepada seluruh anggota keluarga besar Senat Psikologi Universitas Tarumangara, yaitu anggota BEM, DPM dan AM yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Keluarga besar Senat Psikologi yang selama perkuliahan ini telah memberikan bantuan, semangat, dan dukungan dalam segala hal sehingga peneliti mampu menyelesaikan perkuliahan dan skripsi ini.

Peneliti juga ingin berterima kasih kepada teman-teman yang sudah membantu menyebarkan kuesioner penelitian dan juga sudah mau mengisi kuesioner. Terakhir, kepada banyak pihak lainnya yang membantu peneliti dalam pengerjaan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih atas segala dukungan dan doa yang telah diberikan kepada peneliti. Semoga segala pihak selalu diberikan berkah, nikmat, dan kesehatan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Demikian kata pengantar ini peneliti sampaikan. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, mahasiswa, dan instansi-intansi pendidikan. Seluruh tulisan dalam skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Jakarta, 13 Juni 2018

Jocelyn

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
1.5 Sistematika Penulisan	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
2.1 <i>Self-regulation</i>	7
2.1.1 Definisi <i>Self-regulation</i>	7
2.1.2 Komponen <i>Self-regulation</i>	8
2.1.3 Tahapan <i>Self-regulation</i>	9
2.1.4 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Self-regulation</i>	11
2.2 Prokrastinasi Akademik.....	12
2.2.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	12
2.2.2 Dimensi Prokrastinasi.....	13
2.2.3 Karakteristik Prokrastinator	14
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi.....	14

2.3 Mahasiswa.....	15
2.4 <i>Game Online</i>	15
2.4.1 Definisi <i>Game Online</i>	15
2.4.1 Jenis-jenis <i>Game Online</i>	16
2.5 Kerangka Berpikir.....	17
2.6 Hipotesis penelitian	19

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Partisipan Penelitian	20
3.2 Jenis Penelitian	21
3.3 <i>Setting</i> dan Peralatan Penelitian	21
3.3.1 <i>Setting</i> Penelitian	21
3.3.2 Peralatan Penelitian	21
3.4 Pengukuran Penelitian.....	22
3.4.1 Pengukuran Variabel <i>Self-regulation</i>	22
3.4.2 Pengukuran Variabel Prokrastinasi Akademik.....	25
3.5 Prosedur Penelitian.....	27
3.5.1 Persiapan Penelitian	27
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	28
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data.....	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	30
4.1.1 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	30
4.1.2 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Fakultas.....	31
4.1.3 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Semester	31

4.1.4 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Lama Bermain Setiap Harinya	32
4.1.5 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Game Online yang Dimainkan.....	33
4.1.6 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Tempat Bermain Game Online.....	33
4.1.7 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Teman Bermain <i>Game online</i>	34
4.2 Gambaran Data <i>Self-regulation</i>	35
4.3 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik	34
4.3.1 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Ekonomi.....	36
4.3.2 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Hukum	37
4.3.3 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Ilmu Komunikasi..	39
4.3.4 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Kedokteran	40
4.3.5 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Psikologi.....	41
4.3.6 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Seni Rupa dan Desain	43
4.3.7 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Teknik Informatika	44
4.3.8 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Teknik	45
4.3.9 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Fakultas Lainnya	47
4.3.10 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Semester 1-2.....	48
4.3.11 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Semester 3-4	49
4.3.12 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Semester 5-6.....	50
4.3.13 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Semester 7-8.....	52

4.3.14 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik Semester 8 ke Atas	53
4.4 Uji Normalitas	54
4.5 Uji Hipotesis	55
4.5.1 Uji Korelasi <i>Self-regulation</i> dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Bermain <i>Game Online</i>	55
4.6 Analisis Tambahan	55
4.6.1 Uji Korelasi <i>Self-regulation</i> dengan Alasan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Bermain <i>Game Online</i>	55
4.6.2 Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56
4.6.3 Uji Beda Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Lama Bermain.....	56
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	
5.1 Simpulan	58
5.2 Diskusi	58
5.3 Saran	61
5.3.1 Saran Teoritis	62
5.3.2 Saran Praktis.....	62
ABSTRACT	xiv
DAFTAR PUSTAKA	P_1
LAMPIRAN	L_1

DAFTAR TABEL

Tabel 1	25
Tabel 2	27
Tabel 3	30
Tabel 4	31
Tabel 5	32
Tabel 6	32
Tabel 7	33
Tabel 8	34
Tabel 9	35
Tabel 10	35
Tabel 11	36
Tabel 12	37
Tabel 13	37
Tabel 14	38
Tabel 15	39
Tabel 16	39
Tabel 17	40
Tabel 18	41
Tabel 19	41
Tabel 20	42
Tabel 21	42
Tabel 22	43
Tabel 23	44
Tabel 24	45

Tabel 25	45
Tabel 26	46
Tabel 27	46
Tabel 28	47
Tabel 29	48
Tabel 30	48
Tabel 31	49
Tabel 32	50
Tabel 33	50
Tabel 34	51
Tabel 35	51
Tabel 36	52
Tabel 37	53
Tabel 38	53
Tabel 39	54
Tabel 40	56
Tabel 41	56
Tabel 42	47
Tabel 43	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Inform Consent</i> Komunikasi Personal	L-1
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian	L-2
Lampiran 3a Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Receiving</i>	L-13
Lampiran 3b Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Evaluating</i>	L-14
Lampiran 3c Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Triggering</i>	L-19
Lampiran 3d Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Searching</i>	L-23
Lampiran 3e Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Formulating</i>	L-25
Lampiran 3f Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Implementing</i>	L-29
Lampiran 3g Uji Reliabilitas <i>Self-regulation</i> tahap <i>Assessing</i>	L-31
Lampiran 4a Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	L-35
Lampiran 4b Uji Reliabilitas alasan prokrastinasi akademik dimensi <i>fear of failure</i>	L-37
Lampiran 4c Reliabilitas alasan prokrastinasi akademik dimensi <i>aversiveness of task</i>	L-38
Lampiran 5a Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	L-39
Lampiran 5b Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Fakultas	L-39
Lampiran 5c Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Semester	L-39
Lampiran 5d Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Lama Bermain Setiap Harinya	L-39
Lampiran 5e Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan <i>Game Online</i> yang Dimainkan	L-40
Lampiran 5f Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Tempat Bermain <i>Game Online</i>	L-40

Lampiran 5g Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Teman Bermain <i>Game</i>	
<i>Online</i>	L-40
Lampiran 6a Data Deskriptif <i>Self-regulation</i>	L-41
Lampiran 6b Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik.....	L-41
Lampiran 7a Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Ekonomi	L-42
Lampiran 7b Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Ekonomi....	L-42
Lampiran 7c Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Hukum.....	L-42
Lampiran 7d Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Hukum	L-42
Lampiran 7e Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Ilmu	
Komunikasi	L-42
Lampiran 7f Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Ilmu	
Komunikasi	L-43
Lampiran 7g Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Kedokteran... L-43	
Lampiran 7h Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Kedokteran L-43	
Lampiran 7i Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Psikologi.....	L-43
Lampiran 7j Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Psikologi.....	L-43
Lampiran 7k Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Seni Rupa	
dan Desain.....	L-44
Lampiran 7l Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Seni Rupa	
dan Desain.....	L-44
Lampiran 7m Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Teknik	
Informatika	L-44
Lampiran 7n Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Teknik	
Informatika	L-44
Lampiran 7o Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Teknik.....	L-44

Lampiran 7p Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Teknik	L-45
Lampiran 7q Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Fakultas Lainnya.....	L-45
Lampiran 7r Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Fakultas Lainnya	L-45
Lampiran 7s Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Semester 1-2	L-45
Lampiran 7t Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Semester 1-2.....	L-45
Lampiran 7u Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Semester 3-4	L-46
Lampiran 7f Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Semester 3-4.....	L-46
Lampiran 7w Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Semester 5-6	L-46
Lampiran 7x Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Semester 5-6.....	L-46
Lampiran 7y Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Semester 7-8	L-46
Lampiran 7z Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Semester 7-8.....	L-47
Lampiran 7ab Data Deskriptif Area Prokrastinasi Akademik Semester 8 ke atas ...	L-47
Lampiran 7ac Data Deskriptif Alasan Prokrastinasi Akademik Semester 8 ke atas	L-47
Lampiran 8 Uji Normalitas.....	L-48
Lampiran 9a Uji Korelasi <i>Self-regulation</i> dengan Prokrastinasi Akademik	L-49
Lampiran 10a Uji korelasi <i>Self-regulation</i> dengan Alasan Melakukan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Bermain <i>Game Online</i>	L-50
Lampiran 10b Uji Beda <i>Self-regulation</i> dan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	L-50
Lampiran 10c Uji Beda <i>Self-regulation</i> dan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Lama Bermain.....	L-51

ABSTRAK

Jocelyn (705140121)

Hubungan antara Self-Regulation dengan Prokrastinasi Akademik mahasiswa yang bermain game online; Sri Tiatri, Ph.D, Psi. and Meylisa Permatasari, S. Psi., M. Sc.; Program studi S1 Psikologi Universitas Tarumanagara. (i-xiv, 63 halaman, P1-P6, L1-L51).

Berdasarkan data pada tahun 2017, lebih dari 43,7 juta penduduk Indonesia merupakan pemain *game online*. Penelitian sebelumnya menemukan pemain *game online* memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang sengaja dilakukan dalam bidang akademik. Penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa prokrastinasi akademik yang tinggi ini memiliki hubungan dengan *self-regulation* yang rendah. Tetapi, terdapat penelitian yang menemukan bahwa pemain *game online* memiliki *self-regulation* yang tinggi. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara *self-regulation* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermain *game online*. Penelitian dilaksanakan dengan metode kuantitatif, pengambilan data dilaksanakan melalui kuesioner. Partisipan adalah 396 mahasiswa yang bermain *game online*. Kuesioner yang digunakan adalah *The Self-regulation Questionnaire* (SRQ) dan *Procrastination Assessment Scale-Students* (PASS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulation* memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik.

Kata kunci: *self-regulation, prokrastinasi akademik, game online.*