

**KORELASI REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
ANGKATAN 2020**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**Oleh:**

**ROSINA**

**2024038**

**Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam  
Program Studi Psikologi Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**

**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK**

**BANGKA BELITUNG**

**2024**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Kep. Bangka Belitung 33173  
E-mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id) Website : [iainsasbabel.ac.id](http://iainsasbabel.ac.id)

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME**

Nomor : B.672/FD/B12/PP.00.9/10/2024

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

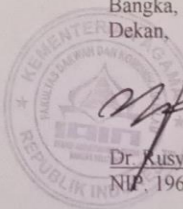
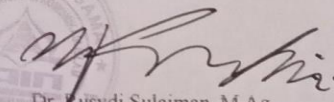
Nama : Rosina  
NIM : 2024038  
Program : Strata I  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Korelasi Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Angkatan 2020

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 15%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 23 Oktober 2024

Dekan,

  
  
Dr. Kusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 196601051997031001 \*

#### HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rosina

N I M : 2024038

Jurusan : Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **"Korelasi Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Angkatan 2020"** ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 11 September 2024

Yang menyatakan



Rosina  
2024038



## KEMENTERIAN AGAMA RI

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32\_sasbabel@yahoo.co.id  
BANGKA 33173

### NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di-

tempat

*Assalamu'alaikum Wr,Wb*

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Rosina  
NIM : 2024038  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : KORELASI REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH  
DAN KOMUNIKASI ISLAM

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr,wb.*

Pembimbing I,

**Basri M. A**

NIP. 197303272006041002

Bangka, 25 September 2024  
Pembimbing II

**Chitra Fraghini, M. Psi., Psikolog**

NIP. 198308292023212020



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32\_sasbabel@yahoo.co.id  
BANGKA 33173

### NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di-

tempat

*Assalamu'alaikum Wr,Wb*

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

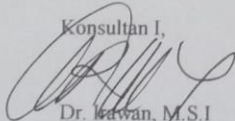
Nama : Rosina  
NIM : 2024038  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Proposal Skripsi : Korelasi Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Angkatan 2020

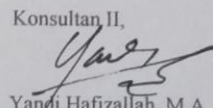
Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr,wb.*

Bangka, 13 Oktober 2024

Konsultan I,  
  
Dr. Iqwan, M.S.I  
NIP. 197205272005011006

Konsultan II,  
  
Yandi Hafizallah, M.A  
NIP. 199202292022031003



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id)  
Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id)

### PENGESAHAN

Nomor: B.323/FD/10/2024

Skripsi dengan judul: "Korelasi Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Angkatan 2020."

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Rosina

N I M : 2024038

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 02 Oktober 2024 dengan nilai **B (82,3)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.).

### DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,

Basri, S.Ag., MA  
NIP. 197303272006041002

Pembimbing II,

Chitra Fraghini, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198308292023212020

Penguji I,

Dr. Irawan, S.Ag., M.S.I.  
NIP. 197205272005011006

Penguji II,

Yandi Hafizallah, M.A.  
NIP. 199202292022031003

Ketua Panitia

Arifah, S.I.Kom., M.A.  
NIP. 199205042020122020

Bangka, 24 Oktober 2024  
Dekan

Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.  
NIP. 196601051997031001

## **MOTTO**

"Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan"

(QS. Al-Insyirah: 6)

“Kamu tidak akan bisa melakukan apa-apa tanpa Allah, tapi kamu bisa meraih segalanya atas kehendak Allah”

(Rosina)

## PERSEMBAHAN

*Assalamu`alaikum Wr.Wb*

Penulis panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan nikmat-Nya hingga saat ini. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad Saw yang telah membawakan rahmat bagi seluruh umat.

Setiap memulai hal baru, tentu tidak mudah untuk melewatinya, apalagi untuk bisa membawanya ke arah yang lebih baik. Berbagai hambatan pun akan melengkapi perjalanan tersebut. Sikap gigih dan pantang menyerah, serta do'a dari orang tersayang tentu menjadi saksi dalam pengerjaan skripsi ini. Di samping itu, dalam kesempurnaan penulisan skripsi tidak lepas berkat adanya dorongan serta nasehat dari berbagai pihak, maka penulis perlu mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ayahanda dan ibunda tercinta, yaitu Bapak Cong dan Ibu Nani, berkat perjuangan dan do'a mereka, saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kakak-kakak saya tercinta beserta keluarga besar yang selalu mendukung dan mendo'akan saya setiap waktu.
3. Para sahabat, orang terkasih, dan teman-teman yang selalu ada dan ikut membantu dalam keadaan apapun, serta semua pihak yang turut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah Swt. membalas semua kebaikan kalian dengan balasan yang lebih dari kalian berikan kepada peneliti. Penulis juga menyadari dengan sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga penulis terbuka untuk menerima segala kritikan dan saran dari pembaca. Penulis juga berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi kita semua, dan membantu peneliti selanjutnya yang ingin membahas topik yang sama. *Aamiin Ya Rabbal`alaamiin.*



# **Korelasi Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam Angkatan 2020**

Rosina  
Program Studi Psikologi Islam  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

## **ABSTRAK**

Pada lingkungan akademik sering kali mahasiswa melakukan penundaan, salah satunya menunda menyelesaikan skripsi. Kemampuan regulasi diri sangat penting bagi para mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, agar memiliki tanggung jawab besar terhadap diri dan perilaku, demi tercapainya tujuan yang ditargetkan. Maka dari itu, setiap mahasiswa diharuskan memiliki regulasi diri yang baik, agar terhindar dari perilaku menunda-nunda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam angkatan 2020.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan desain korelasional. Adapun jumlah populasi sebanyak 85 orang, lalu pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 45 orang. Pengumpulan data menggunakan instrumen alat ukur regulasi diri sebanyak 18 item yang terdiri dari tiga aspek, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Sedangkan instrumen alat ukur prokrastinasi akademik sebanyak 13 item dari tiga aspek, yaitu penundaan, pemborosan waktu, dan alasan yang tidak rasional.

Adapun hasil penelitian yang diperoleh  $r = 0,397$  dan  $\text{sig. } 0,007$   $p < 0,05$  hal ini menunjukkan bahwa ada korelasi antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam angkatan 2020, dengan kata lain hipotesis yang diajukan H1 diterima dan H0 ditolak.

**Kata Kunci:** Regulasi Diri, Prokrastinasi, Skripsi, dan Mahasiswa.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah*, puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah Swt., Sang Penguasa seluruh alam semesta yang telah memberikan nikmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam kita hanturkan kepada Nabi Muhammad Saw., yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman terang menderang seperti saat ini.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, beserta para staf.
3. Oktarizal Drianus, M.Psi, selaku Kepala Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Zulkarnain, M.A, selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan nasehat dan arahan selama studi di IAIN Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
5. Basri, M.A, selaku Pembimbing I yang telah membimbing dengan tulus dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Chitra Fraghini, M.Psi., Psikolog, selaku Pembimbing II yang telah sabar untuk memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Dr. Irawan, M.S.I, selaku konsultan I dan Bapak Yandi Hafizallah, M.A, selaku konsultan II yang turut memberikan sumbangsih yang sangat berharga untuk penyempurnaan dan penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

10. Orangtua saya tercinta beserta keluarga besar, dan sahabat-sahabat yang senantiasa menemani setiap proses yang saya lalui.

Ibarat pepatah, “Tak ada gading yang tak retak”, demikianlah skripsi ini tentunya banyak terdapat kekurangan. Namun, terlepas dari berbagai kekurangan dan keterbatasan tersebut, besar harapan penulis skripsi ini bisa bermanfaat. Akhirnya, penulis berharap saran dan kritik yang membangun demi pengembangan dan perbaikan skripsi ini.

Bangka, 11 September 2024

Rosina

2024038

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>i</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS KONSULTAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	<b>6</b>
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>6</b>
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>6</b>
<b>E. Telaah Pustaka</b> .....	<b>7</b>
<b>F. Sistematika Penulisan</b> .....	<b>10</b>
<b>BAB II KONSEP REGULASI DIRI DAN PROKRASTINASI</b> .....	<b>12</b>
<b>A. Teori Regulasi Diri</b> .....	<b>12</b>
1. Definisi Regulasi Diri .....	<b>12</b>
2. Aspek Regulasi Diri .....	<b>14</b>
3. Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....	<b>15</b>
<b>B. Teori Prokrastinasi</b> .....	<b>16</b>
1. Definisi Prokrastinasi.....	<b>16</b>
2. Aspek Prokrastinasi .....	<b>20</b>

3. Faktor Prokrastinasi .....	21
4. Strategi Mengatasi Prokrastinasi.....	23
<b>C. Dinamika antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa</b> .....	<b>25</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
<b>A. Jenis dan Desain Penelitian.....</b>	<b>28</b>
1. Jenis Penelitian .....	28
2. Desain Penelitian.....	28
<b>B. Populasi dan Sampel Penelitian.....</b>	<b>29</b>
1. Populasi Penelitian .....	29
2. Sampel Penelitian.....	29
<b>C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>30</b>
<b>D. Identifikasi Variabel Penelitian .....</b>	<b>30</b>
1. Variabel X .....	31
2. Variabel Y.....	31
<b>E. Definisi Konseptual .....</b>	<b>31</b>
1. Regulasi Diri .....	31
2. Prokrastinasi.....	31
<b>F. Definisi Operasional.....</b>	<b>32</b>
1. Regulasi Diri .....	32
2. Prokrastinasi.....	32
<b>G. Hipotesis .....</b>	<b>32</b>
<b>H. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>32</b>
1. Skala Regulasi Diri .....	33
2. Skala Prokrastinasi .....	33
<b>I. Prosedur Penelitian.....</b>	<b>35</b>
1. Persiapan Penelitian .....	35
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	36
3. Uji Coba Alat Ukur .....	36
4. Pelaksanaan Penelitian .....	36
<b>J. Uji Coba Keterbacaan Alat Ukur .....</b>	<b>36</b>

<b>K. Uji Coba Alat Ukur Pertama .....</b>	<b>38</b>
1. Uji Validitas .....	38
2. Uji Reliabilitas .....	41
<b>BAB IV ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
<b>A. Uji Asumsi Klasik.....</b>	<b>43</b>
1. Uji Normalitas.....	43
2. Uji Linearitas.....	44
<b>B. Gambaran Umum Responden Penelitian .....</b>	<b>45</b>
<b>C. Gambaran Umum Hasil Penelitian .....</b>	<b>47</b>
1. Kategorisasi Variabel.....	47
2. Uji Hipotesis .....	50
<b>D. Pembahasan Hasil Penelitian.....</b>	<b>52</b>
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>64</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>64</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>65</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Regulasi Diri .....	33
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Prokrastinas .....	33
Tabel 3.3 Uji Keterbacaan Alat Ukur .....	37
Tabel 3.4 Jawaban Uji Keterbacaan .....	37
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Regulasi Diri .....	38
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi .....	40
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Diri.....	41
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi .....	41
Tabel 3.9 Hasil Validitas dan Reliabilitas Regulasi Diri .....	42
Tabel 3.10 Hasil Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi.....	42
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas .....	43
Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas .....	45
Tabel 4.3 Data Demografi Responden .....	46
Tabel 4.4 Kategori Variabel X.....	47
Tabel 4.5 Kategori Variabel Y .....	48
Tabel 4.6 Hasil Skor Aspek Prokrastinasi .....	48
Tabel 4.7 Korelasi <i>Product Moment</i> .....	48
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi .....	49

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen

Lampiran 2. Kuesioner

Lampiran 3. Tabulasi Data

Lampiran 4. SK Pembimbing

Lampiran 5. Kartu Bimbingan Skripsi

Lampiran 6. Nilai Bimbingan

Lampiran 7. Surat Keterangan Plagiarisme

Lampiran 8. Surat Keterangan Membaca Al-Qur'an

Lampiran 9. Sertifikat PBAK

Lampiran 10. Surat Keterangan KKN

Lampiran 11. Sertifikat TOEFL