

**GAMBARAN *ACADEMIC SELF MANAGEMENT* MAHASISWA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
JEMBER**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi Universitas  
Muhammadiyah Jember**



**Oleh :**

**NAHLUSH SHIFATA F.D.M**

**1510811054**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

**2019**

## HALAMAN PENGESAHAN

Di pertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember untuk memenuhi sebagai syarat-syarat guna  
memperoleh derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal

27 Desember 2019

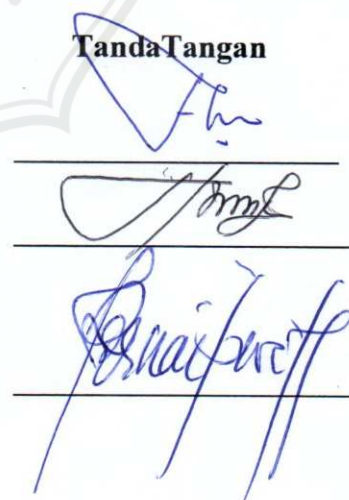
Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember  
Dekan

Siti Nuraini S.Psi., M.Si  
NIP. 197702122005012002

### DewanPenguji

1. Istiqomah S.Psi., M.Si., Psikolog  
NPK. 0312445
2. Iin Ervina S.Psi., M. Si  
NIP. 197510242005012001
3. Erna Ipak Rahmawati S.Psi.,M.A  
NIP. 197805072005012001

### TandaTangan



## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nahlush Shifata F. D. M

NIM : 1510811054

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau di terbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 27 Desember 2019

Yang Menyatakan



Nahlush Shifata F. D.M

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Terimakasih untuk segala cinta, perhatian, do'a serta dukungan

Dari orang-orang terdekat yang ada dihati

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

### Diri saya sendiri

Telah mampu berjuang dan pantang menyerah  
menuntaskan babak akhir untuk memperoleh gelar S1 Psikologi.

### Ayah dan Ibu tercinta

Atas segala do'a dan pengorbanan yang telah diberikan

Takkan terbalas oleh apapun

### Suami, Kakak, dan Adik-adikku Tersayang

Atas segala dukungan, perhatian

Semangat dan do'anya

### Sahabat- sahabat tercinta

Atas segala support kalian, dukungan kalian serta do'a-do'anya

## **MOTO**

Letaknya takdir berada diujung maksimalnya ikhtiar dan juga do'a kita

(Sherlyannavita)

Jangan khawatir dengan hinaan dari orang lain, karena itu adalah sebuah pujian bahwa selama ini mereka telah memikirkan kita.

Jangan lupa bersyukur, karena dengan rasa syukur Allah SWT akan menambahkan nikmat dalam hidup kita.

## KATA PENGANTAR

Rasa syukur yang teramat dalam penulis panjatkan kehadiran Allah SWT hanya atas izin dan kasih sayangNya dimudahkan segala sesuatu yang sulit bagi manusia. Shalawat serta salam akan selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW. terselesaikannya karya ini merupakan sebuah perjalanan panjang yang harus dilalui dan mampu membawa penulis pada proses pembelajaran komprehensif dalam tingkatan yang lebih tinggi. Karya kecil ini tercipta dengan serba keterbatasan, dengan bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak karya ini bisa terwujud. Penulis menghaturkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

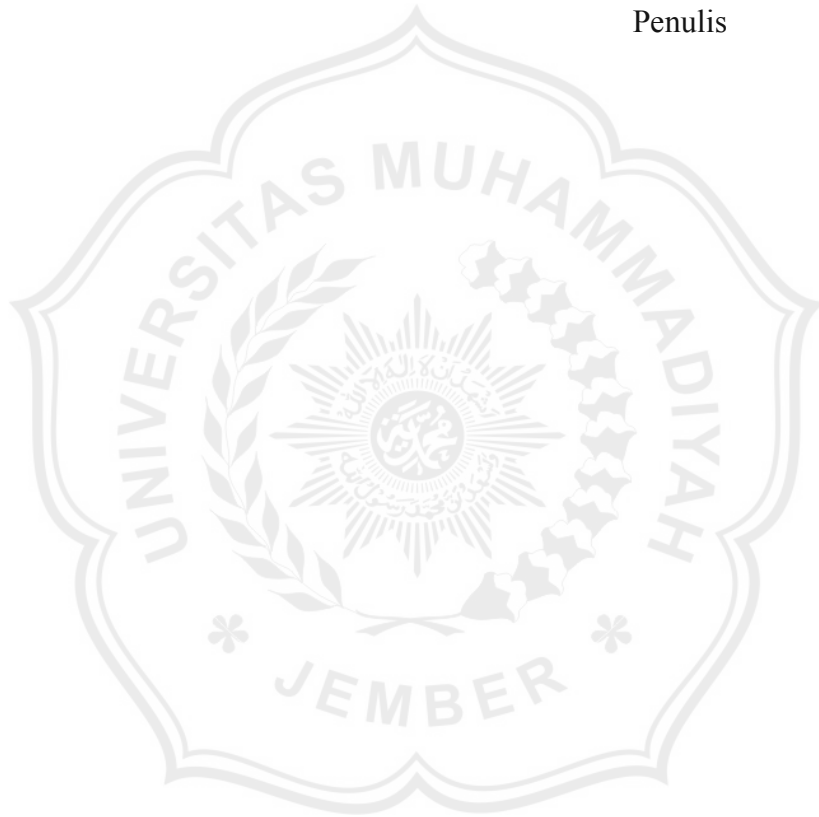
1. Ibu Siti Nur'Aini S.Psi.,M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, yang menjadi ibu bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Muhammadiyah Jember. Terimakasih atas bimbingan dan dukungan selama menuntut ilmu di Fakultas Psikologi.
2. Ibu Iin Ervina S.Psi.,M.Si selaku dosen pembimbing I yang telah membangun pemahaman penulis dalam proses penelitian yang dilakukan oleh penulis. Terimakasih atas kepercayaan dan kesabaran yang diberikan sehingga membangun kemandirian penulis.

3. Ibu Erna Ipak Rahmawati S.Psi.,M.A selaku dosen pembimbing II yang telah menuntun dalam proses perancangan karya tulis ini. Terimakasih atas dukungan dan kesabaran yang luar biasa dalam membimbing penulis.
4. Ibu Istiqomah S.Psi.,M.Si.,Psikolog selaku dosen penguji yang telah memberikan wawasan dan terimakasih atas saran yang sudah diberikan.
5. Ibu Panca Kursistin Handayani S.Psi.,MA.,Psikolog selaku dosen wali yang telah memberikan support dan dukungan untuk anak didiknya untuk pantang menyerah dalam menghadapi tantangan dalam proses belajar.
6. Bapak Muhammad dan Ibu Siti Aminah selaku kedua orang tua terimakasih atas do'a yang tak henti, terimakasih atas dukungan dalam bentuk apapun yang selalu diberikan. Terimakasih atas kesabaran dalam mendidik dan merawat hingga penulis dewasa.
7. Asmuni S.P selaku pendamping hidup, yang telah memberikan banyak kasih sayang serta dukungan kepada penulis dalam bentuk apapun.
8. Minovia Viena F.D.M, Jayyid Muslim F.D.M, dan Fadil Akbar F.D.M selaku kakak dan juga adik-adik dari penulis yang tumbuh dan besar bersama dan telah memberikan banyak cinta dan kasih sayang sejak kecil hingga saat ini.
9. Riski Sari Novalita dan Puspadina Anggun K selaku teman seataap sekaligus sahabat. Terimakasih atas segala dukungan serta do'a yang telah di berikan.

10. Teman-teman Fakultas Psikologi angkatan 2015 yang telah membantu dan memberikan dukungan serta semangat kepada penulis.

Jember, Desember 2019

Penulis





## DAFTAR ISI

|                                                                   |      |
|-------------------------------------------------------------------|------|
| HALAMAN SAMPUL.....                                               | i    |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                           | ii   |
| HALAMAN PERNYATAAN .....                                          | iii  |
| HALAMAN PERSEMBAHAN.....                                          | iv   |
| MOTTO.....                                                        | v    |
| KATA PENGANTAR .....                                              | vi   |
| DAFTAR ISI.....                                                   | vii  |
| DAFTAR BAGAN.....                                                 | xii  |
| DAFTAR TABEL.....                                                 | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                              | xiv  |
| INTISARI.....                                                     | xv   |
| ABSTRAC.....                                                      | xvi  |
| BAB I PENDAHULUAN                                                 |      |
| A. Latar Belakang .....                                           | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                                          | 13   |
| C. Tujuan Penelitian.....                                         | 14   |
| D. Manfaat Penelitian.....                                        | 14   |
| E. Keaslian Penelitian.....                                       | 15   |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA                                           |      |
| A. Pengertian <i>Academic self management</i> .....               | 18   |
| B. Aspek-aspek <i>Academic self management</i> .....              | 19   |
| C. Komponen <i>Academic self management</i> .....                 | 21   |
| D. Strategi-strategi <i>Academic self management</i> .....        | 23   |
| E. Faktor yang mempengaruhi <i>Academic self management</i> ..... | 26   |
| F. Fungsi dan manfaat <i>Academic self management</i> .....       | 28   |
| G. Gambaran <i>Academic self management</i> .....                 | 28   |
| BAB III. METODE PENELITIAN                                        |      |
| A. Jenis Penelitian.....                                          | 35   |

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| B. Identifikasi Variabel.....                       | 35 |
| C. Populasi .....                                   | 35 |
| D. Sampel.....                                      | 36 |
| D. Definisi Operasional.....                        | 36 |
| H. Metode Pengumpulan data .....                    | 38 |
| I. Analisa Data .....                               | 40 |
| 1. Uji Validitas.....                               | 40 |
| 2. Uji Reliabilitas.....                            | 40 |
| 3. Uji Asumsi .....                                 | 40 |
| 4. Uji Deskriptif.....                              | 41 |
| <b>BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN</b>     |    |
| A. Orientasi Kancha Dan Persiapan.....              | 42 |
| 1. Orientasi kancha .....                           | 42 |
| 2. Persiapan Penelitian .....                       | 44 |
| B. Pelaksanaan Penelitian .....                     | 45 |
| 1. Pelaksanaan Uji Coba.....                        | 45 |
| 2. Pelaksanaan Uji Sebenarnya .....                 | 46 |
| C. Analisa Data .....                               | 47 |
| 1. Hasil validitas data                             |    |
| a. Hasil Validitas Uji Coba.....                    | 47 |
| b. Hasil Validitas Uji Sebenarnya .....             | 49 |
| 2. Hasil Uji Reliabilitas .....                     | 51 |
| 3. Hasil Uji Normalitas.....                        | 51 |
| 4. Hasil Uji Deskriptif                             |    |
| a. Hasil uji deskriptif secara keseluruhan.....     | 52 |
| b. Hasil uji deskriptif per strategi .....          | 53 |
| c. Hasil uji deskriptif berdasarkan demografi ..... | 54 |
| D. Pembahasan.....                                  | 55 |

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

|                      |    |
|----------------------|----|
| A. Kesimpulan .....  | 61 |
| B. Saran .....       | 62 |
| DAFTAR PUSTAKA ..... | 64 |



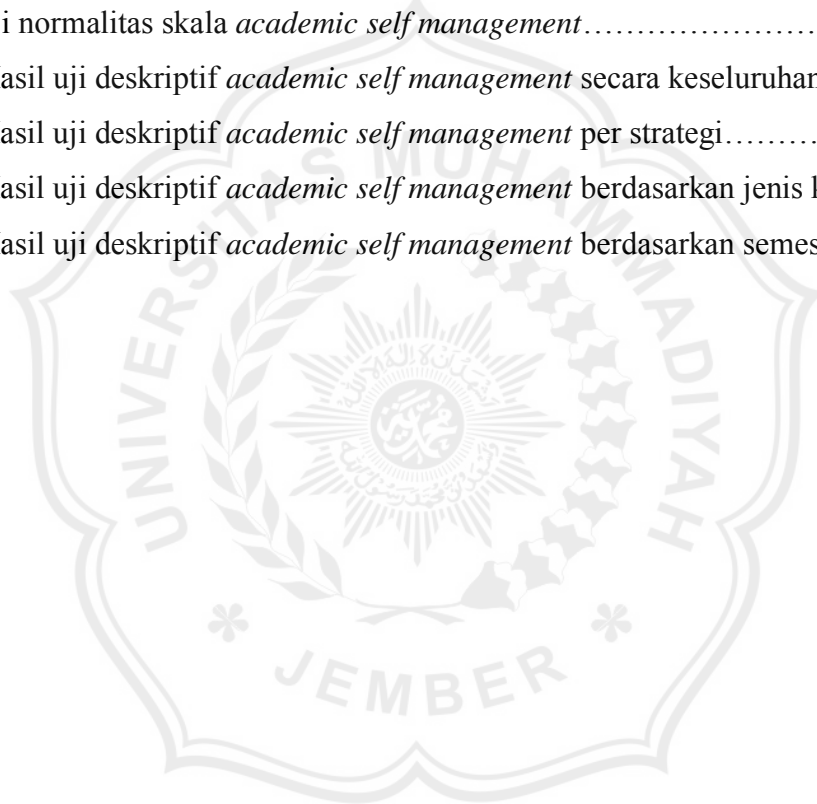
## DAFTAR BAGAN

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| BAGAN 1. Bagan keterkaitan per-strategi <i>academic self management</i> ..... | 26 |
| BAGAN 2. Bagan proses terbentuknya <i>academic sel management</i> .....       | 33 |



## DAFTAR TABEL

|                                                                                              |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. <i>Blue print</i> skala <i>academic self management</i> .....                       | 32 |
| Tabel 2. Hasil validitas uji coba skala <i>academic self management</i> .....                | 40 |
| Tabel 3. Hasil validitas uji sebenarnya skala <i>academic self management</i> .....          | 42 |
| Tabel 4. Reliabilitas uji coba dan uji sebenarnya <i>academic self management</i> .....      | 44 |
| Tabel 5. Uji normalitas skala <i>academic self management</i> .....                          | 45 |
| Tabel 6. Hasil uji deskriptif <i>academic self management</i> secara keseluruhan.....        | 45 |
| Tabel 7. Hasil uji deskriptif <i>academic self management</i> per strategi.....              | 46 |
| Tabel 8. Hasil uji deskriptif <i>academic self management</i> berdasarkan jenis kelamin..... | 47 |
| Tabel 9. Hasil uji deskriptif <i>academic self management</i> berdasarkan semester.....      | 48 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1. Surat ijin Penelitian .....                | 66 |
| Lampiran 2. Skala uji coba.....                        | 67 |
| Lampiran 3. Skala penelitian.....                      | 70 |
| Lampiran 4. Hasil uji validitas data uji coba.....     | 73 |
| Lampiran 5. Hasil uji reabilitas data uji coba .....   | 79 |
| Lampiran 6. Hasil uji validitas data penelitian.....   | 79 |
| Lampiran 7. Hasil uji reabilitas data penelitian ..... | 85 |
| Lampiran 8. Hasil uji normalitas.....                  | 86 |
| Lampiran 9. Hasil uji Deskriptif keseluruhan.....      | 86 |
| Lampiran 10. Hasil uji deskriptif per strategi .....   | 86 |