

**PENGARUH *SELF-CRITICISM* TERHADAP PERILAKU  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA  
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:**

**Bella Diana Putri**

**NIM 15 10811 059**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

**2020**

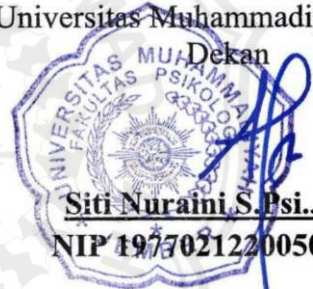
## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal, 11 Maret 2020



Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember  
Dekan

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

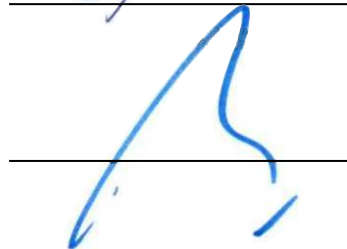
**Dewan Penguji**

**Tanda Tangan**

**Iin Ervina, S.Psi., Msi**  
NIP.197510242005012001



**Panca Kursistin Handayani, S.Psi., M.A., Psikolog**  
NIP.197303032005012001



## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Bella Diana Putri

NIM : 15 10811 059

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 pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan 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, 11 Maret 2020

Yang Menyatakan



**Bella Diana Putri**

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini  
untuk orang-orang yang kusayangi:

### **Mama dan Ayah**

Atas doa, kasih sayang serta dukungan terbaiknya selama ini. Kalian adalah  
anugerah terindah yang Allah berikan kepadaku.



## **MOTTO**

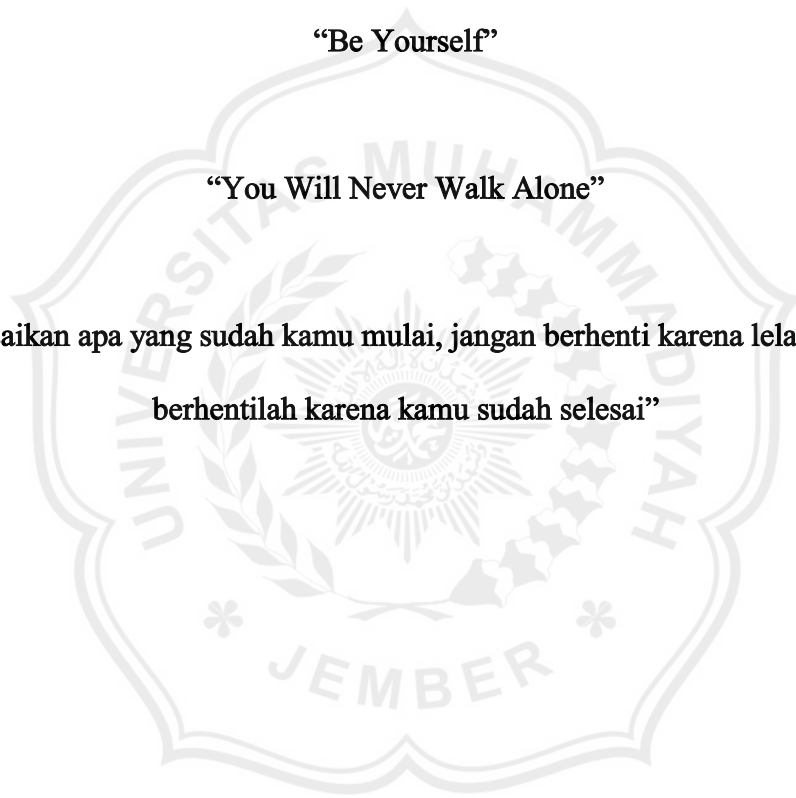
**“Allah Maha Mengetahui”**

**“Love Yourself”**

**“Be Yourself”**

**“You Will Never Walk Alone”**

**“Selesaikan apa yang sudah kamu mulai, jangan berhenti karena lelah tetapi  
berhentilah karena kamu sudah selesai”**



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, atas restuNya peneliti dapat menyelesaikan salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Satu Psikologi. Shalawat serta salam akan selalu tercurah kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW. terselesaikannya karya ini tentunya melewati proses yang sangat panjang dan rumit. Karya kecil yang indah ini tidak lepas dari keterbatasan peneliti, akan tetapi berkat bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak karya ini dapat terselesaikan. Peneliti menghaturkan terimakasih kepada:

1. Ibu Siti Nur'aini, S.Psi., M.si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ibu Panca Kursistin Handayani, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I. Terimakasih telah membimbing dengan sabar dan memberikan gambaran penyelesaian yang lebih mudah hingga membuat penulis menjadi lebih paham dalam menyelesaikan karya ini.
3. Bapak Danan Satriyo Wibowo, S.Sos., M.Si., selaku Dosen Pembimbing II. Terimakasih telah membimbing dengan menjelaskan dengan sabar sehingga penulis bisa lebih mudah dalam memahami dan menemukan kemudahan dalam menyelesaikan karya ini.
4. Ibu Iin Ervina S.Psi., Msi., selaku Dosen Penguji. Terimakasih telah bersedia menjadi penguji sekaligus memberi masukan terkait kekurangan dalam karya yang saya buat.

5. Terimakasih kepada Mama dan Ayah yang selalu memberikan do'a dan semangat tiada henti.
6. Terimakasih kepada diriku sendiri yang telah berjuang sampai akhir dalam penyelesaian karya ini.
7. Terimakasih kepada Arifiani Cahyaning Azizi yang selalu bersedia mendengarkan keluh kesah penulis dan memberikan semangat dalam menyelesaikan karya ini.
8. Terimakasih kepada Nurrohmatullah Maulidiah yang bersedia membantu dan memberikan semangat dalam menyelesaikan karya ini.
9. Terimakasih kepada Hilmi, Bocil, Kartika, Konik, Anggun, dan Lusi yang sudah mau memberikan perhatian, bantuan dan mendengarkan cerita penulis selama menyelesaikan karya ini.
10. Terimakasih pada Novi dan Vega yang sudah mau memberikan semangat dan membantu penulis dalam penyelesaian karya ini.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i> .....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Masalah Penelitian.....	9
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10
1. Manfaat Teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis .....	10
E. Keaslian Penelitian .....	11
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	15
A. Prokrastinasi Akademik.....	15



1. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	15
2. Bentuk-bentuk Prokrastinasi Akademik .....	16
3. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	17
4. Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik.....	18
5. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik .....	19
B. <i>Self-Criticism</i> .....	20
1. Pengertian <i>Self-Criticism</i> .....	20
2. Ciri-ciri <i>Self-Criticism</i> .....	21
3. Aspek-aspek <i>Self-Criticism</i> .....	22
4. Faktor-Faktor <i>Self-Criticism</i> .....	23
C. Dinamika <i>Self-Critism</i> dengan Prokrastinasi Akademik .....	24
D. Hipotesis .....	27
BAB III. METODE PENELITIAN.....	28
A. Jenis Penelitian .....	28
B. Identifikasi Variabel .....	28
C. Populasi dan Sampel.....	28
1. Populasi.....	28
2. Sampel.....	29
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	30
E. Metode Pengumpulan Data.....	31
F. Metode Analisa Data .....	35
1. Uji Validitas .....	35
2. Uji Reabilitas.....	35

3. Uji Asumsi .....	36
4. Uji Hipotesa .....	37
<b>BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
<b>A. Orientasi Kanchah Dan Persiapan .....</b>	<b>38</b>
1. Orientasi Kanchah.....	38
2. Persiapan Penelitian .....	39
<b>B. Pelaksanaan Penelitian.....</b>	<b>40</b>
1. Pelaksanaan Uji Coba .....	40
2. Pelaksanaan Pengambilan Data Penelitian.....	41
<b>C. Analisa Data.....</b>	<b>42</b>
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	42
a. Uji Validitas .....	42
1) Uji Coba Prokrastinasi Akademi .....	42
2) Data Penelitian Prokrastinasi Akademik .....	43
3) Uji Coba <i>Self-Criticism</i> .....	44
4) Data Penelitian <i>Self-Criticism</i> .....	44
b. Uji Reliabilitas .....	45
1) Uji Coba.....	45
2) Data Penelitian .....	45
c. Uji Asumsi .....	46
1) Uji Normalitas.....	46
2) Uji Linieritas .....	47
d. Uji Hipotesa .....	48

e. Uji Deskriptif .....	49
1) Prokrastinasi Akademik .....	49
2) <i>Self-Criticism</i> .....	51
3) Data Demografi Prokrastinasi Akademik .....	52
a) Jenis Kelamin .....	52
b) Tempat Tinggal .....	53
c) Fakultas .....	53
4) Data Demografi <i>Self-Criticism</i> .....	54
a) Jenis Kelamin .....	54
b) Tempat Tinggal .....	55
c) Fakultas .....	55
D. Pembahasan .....	56
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	72
A. Kesimpulan .....	72
B. Saran .....	73
1. Instansi .....	73
2. Mahasiswa .....	74
3. Peneliti Selanjutnya .....	74

## DAFTAR PUSTAKA

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Skala Prokrastinasi Akademik dan <i>Self-Criticism</i> .....	32
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Prokrastinasi Akademik.....	33
Tabel 3. <i>Blue Print Self-Criticism</i> .....	34
Tabel 4. Hasil Validitas Uji Coba Prokrastinasi Akademik.....	42
Tabel 5. Hasil Validitas Data Penelitian Prokrastinasi Akademik.....	43
Tabel 6. Hasil Validitas Uji Coba <i>Self-Criticism</i> .....	44
Tabel 7. Hasil Validitas Data Penelitian <i>Self-Criticism</i> .....	44
Tabel 8. Hasil Reliabilitas Uji Coba .....	45
Tabel 9. Hasil Reliabilitas Data Penelitian .....	45
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas .....	46
Tabel 11. Hasil Uji Linieritas.....	47
Tabel 12. Hasil Uji Hipotesa.....	48
Tabel 13. Hasil Analisa Koefisien Korelasi.....	48
Tabel 14. Kategori Prokrastinasi Akademik.....	49
Tabel 15. Kategori Aspek Prokrastinasi Akademik.....	50
Tabel 16. Kategori <i>Self-Criticism</i> .....	51
Tabel 17. Kategori Aspek <i>Self-Criticism</i> .....	51
Tabel 18. Kategori Demografi Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin .....	52
Tabel 19. Kategori Demografi Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Tempat Tinggal.....	53

Tabel 20. Kategori Demografi Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Fakultas .53
Tabel 21. Kategori Demografi <i>Self-Criticism</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....54
Tabel 22. Kategori Demografi <i>Self-Criticism</i> Berdasarkan Tempat Tinggal .....55
Tabel 23. Kategori Demografi <i>Self-Criticism</i> Berdasarkan Fakultas.....55



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Skala Uji Coba Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 2. Tabel Validitas Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 3. Skala Uji Coba *Self-Criticism*
- Lampiran 4. Tabel Validitas Uji Coba Skala *Self-Criticism*
- Lampiran 5. Tabel Reliabilitas Skala Uji Coba
- Lampiran 6. Skala Pengambilan Data Penelitian Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 7. Tabel Uji Validitas Data Penelitian Skala Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 8. Skala Pengambilan Data Penelitian *Self-Criticism*
- Lampiran 9. Tabel Uji Validitas Data Penelitian Skala *Self-Criticism*
- Lampiran 10. Tabel Uji Reliabilitas Skala Data Penelitian
- Lampiran 11. Tabel Uji Normalitas
- Lampiran 12. Tabel Uji Linieritas
- Lampiran 13. Tabel Uji Hipotesa