

Hubungan Regulasi Diri dan Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

Ahmad Dhani Reza Zakaria

F100200082

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2024

Hubungan Regulasi Diri dan Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

Ahmad Dhani Reza Zakaria

F100200082

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Hubungan Regulasi Diri dan Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta

Oleh :

Ahmad Dhani Reza Zakaria

F100200082

Telah disetujui untuk dipertahankan
didepan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing

Pembimbing



Setiyo Purwanto, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIK.NIDN: 878 / 0625107401

6 Mei 2024

**Hubungan Regulasi Diri dan Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi Akademik
Pada Mahasiswa Rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta**

Yang diajukan oleh :

Ahmad Dhani Reza Zakaria

F100 200 082

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

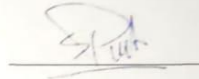
Pada tanggal

10 Agustus 2024

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

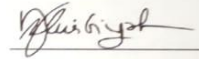
Ketua Sidang

Setiyo Purwanto, S.Psi., M.Si., Psikolog



Penguji I

Dra. Yawah Khisbivah, M.A



Penguji II

Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog



Surakarta, 19 Agustus 2024

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,



Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D

NIK.NIDN: 799 / 0629037401

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Ahmad Dhani Reza Zakaria

NIM : F 100 200 082

Fakultas : Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : Hubungan Regulasi Diri dan Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi

Akademik pada Mahasiswa Rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya probadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Yang Menyatakan

Surakarta 1 Agustus 2024


10000
METER
TEMPEL
SIBALX170604709
Ahmad Dhani Reza Zakaria

UCAPAN TERIMAKASIH

Bismillahirrahmanirrahim. Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Alhamdulillahirobil 'alamin, Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala nikmat, karunia dan kemudahan yang diberikan kepada penulis selama penulisan skripsi ini. Doa dan salam kami panjatkan kepada Nabi besar Muhammad SAW beserta para sahabat, keluarga, pengikut dan penerusnya yang telah membebaskan kita dari zaman jahiliyah hingga saat ini.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, antara lain doa, dorongan, kemudahan, serta kritik dan saran dari para kerabat penulis. Untuk itu, saya ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang selalu mempermudah dan mengabulkan doa-doa penulis.
2. Orang tua penulis bapak Wakhid Umar Santoso dan Ibu Sri Sulastri Wahyu Mulyani terima kasih atas cinta, dukungan, dan pengorbanan tanpa batas yang telah mereka berikan selama proses penelitian ini. Doa dan semangat yang terus mengalir dari kalian adalah sumber inspirasi yang tak ternilai bagi saya.
3. Bapak Prof. Taufik Kasturi, S.Psi., M.Si., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Bapak Setiyo Purwanto, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing penulis, penyelesaian skripsi ini tidak akan mungkin terjadi tanpa bimbingan serta dukungan dari beliau, tanpa bantuan tersebut penelitian ini tidak akan dapat diselesaikan tepat waktu.
5. Ibu Isnaya Arina Hidayati, S.Pd.I.,S.Psi.,M.Psi. selaku dosen pembimbing akademik.

6. Seluruh Dosen, Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan perkuliahan, semoga selalu diberikan keberkahan.
7. Kedua Kakak penulis Ahmad Sina Arinata dan Muhammad Alwi Syaukani saudara yang mendukung penulis dan menjadi tempat untuk bercerita dan orang terdekat penulis Sheany selaku partner yang memberi dukungan moral, menemani penulis, menjadi pengingat dan menjadi pendengar yang baik dalam mendengarkan keluh kesah penulis dari awal hingga akhir skripsi ini.
8. Sahabatku selama penulis berkuliah yang bernama Ibad, Kevin, Risol, Rijal, terimakasih atas kebersamaannya selama berkuliah.
9. Windah Basudara, selaku motivator serta pemberi semangat bagi penulis dikala jenuh
10. Seluruh subjek penelitian yang telah membantu dan memberikan partisipasinya dalam penulisan skripsi ini.
11. Diri sendiri yaitu penulis yang tetap teguh dan gigih dalam meniti setiap langkah perjalanan ini untuk terus semangat dan pantang menyerah dalam menyusun skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini ada dari segala keterbatasan dan jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis mohon maaf apabila ada kekurangan. Akhir kata penulis berharap penulisan skripsi ini dapat bermanfaat.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
Abstrak	1
<i>Abstract</i>	2
PENDAHULUAN	3
METODE	13
Identifikasi dan Definisi Operasional	13
Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	14
Metode Pengumpulan Data	14
Analisis Data	19
HASIL	20
Uji Normalitas	21
Uji Linieritas	22
Uji Multikolinearitas	23
Uji Heteroskedastisitas	24
Uji Hipotesis	25
Uji Mayor	25
Uji Minor	25
Kategorisasi Prokrastinasi Akademik	26
Kategorisasi Regulasi Diri	27
Kategorisasi Kecanduan <i>Smartphone</i>	27
Sumbangan Efektif	28
PEMBAHASAN	30
KESIMPULAN	34
Daftar Pustaka	36
Lampiran	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Standar Skala Likert	15
Tabel 2. Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik.....	15
Tabel 3. Blueprint Skala Regulasi Diri	16
Tabel 4. Blueprint Kecanduan <i>Smartphone</i>	17
Tabel 5. Demografi Subjek	20
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas.....	21
Tabel 7. Uji Linearitas	22
Tabel 8. Uji Multikolinearitas	23
Tabel 9. Uji Hasil Uji Mayor.....	25
Tabel 10. Uji Hipotesis Minor.....	26
Tabel 11. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	26
Tabel 12. Kategorisasi Regulasi Diri	27
Tabel 13. Kategorisasi Kecanduan Smartphone.....	27
Tabel 14. Sumbangan Efektif.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas	24
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Blueprint / Rancangan Skala	41
Lampiran 2. Perhitungan Uji Validitas	47
Lampiran 3. Skala Sesudah divalidasi	50
Lampiran 4. Perhitungan Uji Reliabilitas.....	54
Lampiran 5. Hasil Olah Data Uji Asumsi dan Uji Hipotesis	57
Lampiran 6. Kategorisasi Data Hasil Penelitian	61
Lampiran 7. Informed Consent (IC)	69
Lampiran 8. Bukti Fisik dan Bukti Analiis Data.....	70
Lampiran 9. Surat Uji Bukti Turnitin.....	71
Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian	72