

**PENGARUH *SELF-REGULATION* TERHADAP ORIENTASI
MASA DEPAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI
JAKARTA**



Oleh

Nadira Putri Catrian

1125165096

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

AGUSTUS 2020

NADIRA PUTRI CATRIAN

**PENGARUH SELF-REGULATION TERHADAP ORIENTASI MASA
DEPAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Skripsi

**JAKARTA: PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PENDIDIKAN
PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-regulation* terhadap orientasi masa depan pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Responden terdiri dari Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta sebanyak 201 responden. Pengumpulan data dengan menggunakan *Short Self-Regulation Questionnaire* (SSRQ) untuk mengukur variabel *self-regulation* dan *Future Orientation Scale* (FOS) untuk mengukur variabel orientasi masa depan. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi satu prediktor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $F = 65,715$ dan $P = 0,00$, maka terdapat pengaruh *self-regulation* terhadap orientasi masa depan pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. Variabel *self-regulation* berpengaruh sebesar 24,8% terhadap orientasi masa depan.

Kata Kunci: *Self-Regulation*, Orientasi Masa Depan

NADIRA PUTRI CATRIAN

**THE EFFECT OF SELF-REGULATION ON FUTURE ORIENTATION IN
JAKARTA STATE UNIVERSITY STUDENTS**

Undergraduate Thesis

**JAKARTA: PSYCHOLOGY STUDY PROGRAM, FACULTY OF
PSYCHOLOGY EDUCATION IN JAKARTA STATE UNIVERSITY**

2020

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of self-regulation on future orientation in Jakarta State University Students. This research is using a quantitative method. The subject consist 201 respondents of Jakarta State University Students. The measurement using the Short Self-Regulation Questionnaire (SSRQ) for measure the self-regulation variable and the Future Orientation Scale (FOS) for measure the future orientation variable. Statistical analyses using one predictor regression analysis. The result shows that $F = 65,715$ and $P < 0,05$, there is the effect of self-regulation on future orientation in Jakarta State University Students. Self-regulation have an effect of 24,8% on future orientation.

Keywords: Self-Regulation, Future Orientation

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh *Self-Regulation* terhadap Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa
Universitas Negeri Jakarta”

Nama Mahasiswa : Nadira Putri Catrian
NIM : 1125165096
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 4 Agustus 2020

Pembimbing I



Dwi Kencana Wulan, M.Psi
NIP. 198212122014042001

Pembimbing II



Vinna Ramadhany Sy, M.Psi
NIDK. 8812680018

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Fitri Lestari Issom, M.Si (Anggota)****		21 Agustus 2020
Santi Yudhistira, M.Psi (Anggota)		21 Agustus 2020

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Nadira Putri Catrian

NIM : 1125165096

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Pengaruh *Self-Regulation* terhadap Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Agustus 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 21 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan

METERAI
TEMPEL
Rp10.000
B542EABF745978938
ENAM RIBU ENAM RIBU
6000
DJP

(Nadira Putri Catrian)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nadira Putri Cattian
NIM : 1125165096
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : nadira.putri198@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul : Pengaruh self-Regulation terhadap Future Orientation pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 3 September 2020

Penulis

(NADIRA PUTRI CATTIAN)
nama dan tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S. Al-Insyirah: 5-6)

“Know your limits.”

Penelitian ini saya persembahkan untuk keluarga, kedua orangtua dan abang yang selalu mendukung dan mendoakan dalam proses menggapai cita-cita saya.



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang karena berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyusun Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Self-Regulation* terhadap Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta” ini dengan baik di kesempatan kali ini, dalam rangka menyelesaikan studi sarjana (S1) jurusan Psikologi dan memperoleh gelar sarjana.

Dalam penyelesaian skripsi “Pengaruh *Self-Regulation* terhadap Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta” ini saya mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, maka dari itu saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I serta pembimbing akademik, Ibu Ratna Dyah Suryaratri selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Lussy Dwiutami, M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dwi Kencana Wulan, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing I yang telah mengarahkan dan membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Vinna Ramadhany Sy, M.Psi selaku Dosen Pembimbing II yang telah mengarahkan dan membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Civitas akademika, staff, beserta alumni Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang senantiasa membantu dan berbagi ilmu dalam menjalankan pendidikan sarjana psikologi maupun skripsi.
7. Kedua orangtua dan abang yang selalu mendukung peneliti dalam menjalankan pendidikan yang ditempuh.

8. Seluruh Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Sahabat-sahabat peneliti, Silvia, Monita, Alfiyah, Tasya, Marsha, Rin, Safiera, dan Sarah, yang selalu membantu dan menyemangati satu sama lain.
10. Teman-teman Fraksi 2016 Badan Perwakilan Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta Periode 2019-2020 yang saling membantu dan menyemangati satu sama lain, baik dalam bidang akademik maupun non-akademik.
11. Abang-abang, kakak-kakak, adik-adik, dan teman-teman Badan Perwakilan Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi yang saling menyemangati dan berbagi ilmu.
12. Teman-teman seperbimbingan skripsi yang saling menyemangati membantu satu sama lain.
13. Psikologi Kelas F Angkatan 2016 dan Angkatan 2016 Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang saling menyemangati dan membantu selama menjalankan proses pendidikan.

Jakarta, 21 Agustus 2020

Penulis

Nadira Putri Catrian

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Batasan Masalah	9
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.6.1 Manfaat Teoritis	10
1.6.2 Manfaat Praktis	10
BAB II Tinjauan Pustaka.....	11
2.1 Orientasi Masa Depan	11
2.1.1 Pengertian Orientasi Masa Depan	11
2.1.2 Aspek-Aspek Orientasi Masa Depan	13
2.1.3 Faktor-Faktor Orientasi Masa Depan.....	14
2.1.4 Manfaat Orientasi Masa Depan.....	17
2.2 <i>Self-Regulation</i>	18
2.2.1 Pengertian <i>Self-Regulation</i>	18
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Self-Regulation</i>	20
2.2.3 Faktor-Faktor <i>Self-Regulation</i>	21
2.2.4 Manfaat <i>Self-Regulation</i>	22
2.3 Mahasiswa.....	23
2.4 Hubungan <i>Self-Regulation</i> dengan Orientasi Masa Depan.....	24
2.5 Kerangka Konseptual	26
2.6 Hipotesis.....	27
2.7 Penelitian yang Relevan	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	29
3.1 Tipe Penelitian.....	29

3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	29
3.2.1	Definisi Konseptual.....	29
3.2.1.1	<i>Definisi Konseptual Orientasi Masa Depan</i>	29
3.2.1.2	<i>Definisi Konseptual Self-Regulation</i>	30
3.2.2	Definisi Operasional.....	30
3.2.2.1	<i>Definisi Operasional Orientasi Masa Depan</i>	30
3.2.2.2	<i>Definisi Operasional Self-Regulation</i>	30
3.3	Populasi dan Sampel.....	31
3.3.1	Populasi	31
3.3.2	Sampel.....	31
3.4	Teknik Pengambilan Sampel	31
3.5	Teknik Pengumpulan Data	32
3.5.1	Instrumen Pengukuran Orientasi Masa Depan.....	32
3.5.2	Instrumen Pengukuran Orientasi <i>Self-Regulation</i>	34
3.6	Analisis Data	35
3.6.1	Uji Statistik Deskriptif	35
3.6.2	Uji Normalitas	36
3.6.3	Uji Linearitas.....	36
3.6.4	Uji Korelasi	36
3.6.5	Uji Analisis Regresi	37
3.6.6	Uji Hipotesis	37
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1	Gambaran Responden.....	38
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	38
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas.....	40
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Jenjang Semester	41
4.2	Prosedur Penelitian	43
4.2.1	Persiapan Penelitian	43
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	44
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	45
4.3.1	Uji Statistik Deskriptif	45
4.3.1.1	Variabel Orientasi Masa Depan	45
4.3.1.2	Variabel <i>Self-Regulation</i>	51
4.3.1.3	<i>Tabulasi Silang Self-Regulation dan Orientasi Masa Depan</i>	57
4.3.2	Uji Normalitas	57
4.3.3	Uji Linearitas	58
4.3.4	Uji Korelasi	60
4.3.5	Uji Analisis Regresi	60
4.3.6	Uji Hipotesis	62
4.4	Pembahasan	63
4.5	Keterbatasan Penelitian	67
BAB V	Kesimpulan, Implikasi, Saran	68
5.1	Kesimpulan.....	68
5.2	Implikasi	68
5.3	Saran	69

5.3.1 Saran untuk Mahasiswa.....	69
5.3.2 Saran untuk Penelitian Selanjutnya.....	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN.....	77
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	97



DAFTAR TABEL

3.1 Kisi-Kisi Instrumen Orientasi Masa Depan	33
3.2 Skoring Instrumen Orientasi Masa Depan	33
3.3 Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-Regulation</i>	34
3.4 Skoring Instrumen <i>Self-Regulation</i>	35
4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	38
4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas	40
4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Jenjang Semester	42
4.4 Data Deskriptif Variabel Orientasi Masa Depan	45
4.5 Kategorisasi Data Variabel Orientasi Masa Depan	47
4.6 Kategorisasi Skor Orientasi Masa Depan Berdasarkan Usia	47
4.7 Kategorisasi Skor Orientasi Masa Depan Berdasarkan Fakultas	48
4.8 Kategorisasi Skor Orientasi Masa Depan Berdasarkan Jenjang Semester	50
4.9 Data Deskriptif Variabel <i>Self-Regulation</i>	51
4.10 Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Regulation</i>	53
4.11 Kategorisasi Skor <i>Self-Regulation</i> Berdasarkan Usia	53
4.12 Kategorisasi Skor <i>Self-Regulation</i> Berdasarkan Jenjang Fakultas	54
4.13 Kategorisasi Skor <i>Self-Regulation</i> Berdasarkan Jenjang Semester	56
4.14 Tabulasi Silang <i>Self-Regulation</i> dan Orientasi Masa Depan	57
4.15 Uji Normalitas	58
4.16 Uji Linearitas	58
4.17 Uji Korelasi	60
4.18 Uji Regresi Linear Signifikansi ANOVA	61
4.19 Uji Regresi Linear Koefisien Determinansi	61
4.20 Uji Regresi Linear Konstanta Variabel	62

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Konseptual	27
4.1 Diagram Lingkaran Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	39
4.2 Diagram Lingkaran Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas	41
4.3 Diagram Lingkaran Gambaran Responden Berdasarkan Jenjang Semester....	43
4.4 Histogram Data Statistik Variabel Orientasi Masa Depan.....	46
4.5 Histogram Data Statistik Variabel <i>Self-Regulation</i>	52
4.6 Grafik <i>Scatter-Plot</i> Uji Linearitas.....	59



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	77
Lampiran 2 Statistik Deskriptif <i>Self-Regulation</i> dan Orientasi Masa Depan	84
Lampiran 3 Uji Normalitas	90
Lampiran 4 Uji Linearitas	91
Lampiran 5 Uji Korelasi.....	91
Lampiran 6 Uji Analisis Regresi.....	91
Lampiran 7 Surat Pernyataan Validasi Instrumen	93

