

**HUBUNGAN BINGE WATCHING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK  
PADA MAHASISWA FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



Oleh:

**Alisa Fathiyah Amini**

**1801617102**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2021**

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

“Hubungan Binge Watching dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas  
Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta”

Nama Mahasiswa : Alisa Fathiyah Amini  
Nomor Registrasi : 1801617102  
Jurusan/Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 8 Februari 2021

Pembimbing I

Fitri Lestari Issom, M.Si.  
NIP. 198005212008012008

Pembimbing II

Santi Yudhistira M.Psi.  
NIP. 198708182019032012

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yujiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		22/2/21
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		23/02/21
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M (Ketua Penguji)***		18 Februari 2021
Deasyanti, Ph.D. (Anggota)****		18 Februari 2021
Erik, M.Si. (Anggota)		18 Februari 2021

Catatan:

\*Dekan FPPSi

\*\*Wakil Dekan I

\*\*\*Ketua Penguji

\*\*\*\*Dosen Penguji selain pembimbing

## **LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

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

Nama : Alisa Fathiyah Amini

NIM : 1801617102

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibat dengan judul “Hubungan *Binge Watching* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta” adalah

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian bulan Januari 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat oleh 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, 26 Februari 2021

Yang membuat pernyataan,



Alisa Fathiyah Amini



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : ALISA FATHIYAH AMINI  
NIM : 1801617102  
Fakultas/Prodi : PENDIDIKAN PSIKOLOGI / PSIKOLOGI  
Alamat email : fathiayahalisa@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 :

Hubungan Binge Watching dengan Prokrastinasi Akademik  
pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi 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, 1 Maret 2021

Penulis

( Alisa Fathiyah Amini )

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMPAHAN



# **ALISA FATHIYAH AMINI**

## **HUBUNGAN BINGE WATCHING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**SKRIPSI**

Jakarta : Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2021

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *binge watching* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan menyebarluaskan kuesioner kepada 200 mahasiswa aktif Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta melakukan kegiatan menonton beberapa episode dari serial Televisi/Youtube/streaming online/Video on Demand (VoD) dalam 6 bulan terakhir. Instrumen penelitian ini adalah *Binge Watching Engagement and Symptoms Questionnaire* (BWESQ) dan Skala Prokrastinasi Akademik. Pengolahan data menggunakan pengujian hipotesis korelasi *Pearson*. Hasil dari penelitian ini didapatkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) ialah  $0,458$ ;  $p = 0,00 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bernilai positif antara *binge watching* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Kata kunci : *binge watching*, prokrastinasi akademik

# **ALISA FATHIYAH AMINI**

## **CORRELATION BETWEEN BINGE WATCHING AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN STUDENT OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY EDUCATION STATE UNIVERSITY OF JAKARTA**

*Undergraduate Thesis*

*Jakarta : Psychology Department*

*Faculty of Psychology Education, State University of Jakarta*

*2021*

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine correlation between binge watching and academic procrastination among student of the. The approach of this research is quantitative approach with purposive sampling technique, by distributing questionnaires to 200 active student Faculty of Psychology Education in State University of Jakarta and watching some episodes from Television/Youtube/streaming online/Video on Demand (VoD) on last 6 months. The instruments of this study is Binge Watching Engagement and Symptoms Questionnaire (BWESQ) and Academic Procrastinatin Scale. The processing data was using hyphotesis examination through Pearson correlation test. The result is correlation coefficient ( $r$ ) is 0.458;  $p = 0,00 < 0.05$ . that means there is a significant positif relationship between binge watching and academic procrastination in student Faculty of Psychology Education in State University of Jakarta.*

*Keywords : binge watching, academic procrastination*

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT atas bantuan, berkah rahmat, serta karunia-Nya yang selalu dilimpahkan bagi peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan *Binge Watching* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta”.

Penelitian ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Negeri Jakarta. Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk dapat menyempurnakan penelitian ini. Penyusunan dan penulisan penelitian ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini peneliti dengan tulus hati menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D, selaku Wakil Dekan II, Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Jakarta
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Ketua Prodi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Fitri Lestari Issom, M.Si , selaku Dosen Pembimbing I. Terimakasih yang sebesar-besarnya karena telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, masukan-masukan, serta kritik membangun selama proses penelitian terlaksana.
5. Kak Santi Yudhistira, M.Psi. Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II yang berperan besar memberikan ilmu, saran, kritik, dan dukungan tanpa mengenal lelah hingga peneliti menyelesaikan skripsi.
6. Seluruh dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
7. Seluruh staf administrasi dan karyawan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

8. Seluruh subjek penelitian yang bersedia meluangkan waktu dalam membantu peneliti mengisi kuesioner penelitian.
9. Ayah, Mama (Almh), Ibu, Kakak Mutiah dan keluarga besar lainnya karena selalu memberikan doa dan dukungan kepada peneliti setiap saat.
10. Kak Filzah, terima kasih telah banyak membantu peneliti dalam memberi pemahaman mengenai penulisan skripsi.
11. Keisha, Rifdah, Hana, Lisa, Nikita, Nabila, Betri terima kasih selalu memberi semangat, dukungan, dan tempat diskusi terkait penelitian ini.
12. Teman-teman satu grup bimbingan Bu Fitri dan Kak Santi, khususnya Vikry, Maria, Diandra, Nisa, dan Firza yang selalu bersedia untuk bertukar pikiran dengan peneliti.
13. Latifah dan Mazaya, terima kasih selama ini sudah meluangkan waktu untuk memberi pemahaman mengenai alat ukur kepada peneliti selama pengerjaan skripsi.
14. Teman-teman kelas F dan angkatan 2017 terima kasih yang selama ini sudah berjuang bersama dan bersedia untuk membantu peneliti terkait penelitian ini.
15. Teman-teman angkatan 2016, 2018, 2019, 2020, terima kasih atas kesediaannya dalam membantu peneliti untuk mengisi kuesioner penelitian.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan penelitian ini. Peneliti mengharapkan segala masukan baik itu kritik dan saran sehingga laporan ini dapat menjadi lebih baik lagi. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat membantu dalam memperluas wawasan bagi pembaca

Jakarta, 4 Januari 2021

Peneliti



Alisa Fathiyah Amini

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI LEMBAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	4
1.3. Batasan Masalah.....	5
1.4. Rumusan Masalah .....	5
1.5. Tujuan Penelitian .....	5
1.6. Manfaat Penelitian .....	5
1.6.1. Manfaat Teoritis .....	6
1.6.2. Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1. Prokrastinasi Akademik .....	7

2.1.1. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	7
2.1.2. Dimensi Prokrastinasi Akademik .....	8
2.1.3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	9
2.1.4. Jenis-Jenis dari Prokrastinasi Akademik .....	14
2.1.5. Dampak Prokrastinasi Akademik .....	15
2.1.6. Pengukuran Variabel Prokrastinasi Akademik .....	15
<b>2.2. Perilaku <i>Binge Watching</i> .....</b>	<b>17</b>
2.2.1. Pengertian <i>Binge Watching</i> .....	17
2.2.2. Dimensi <i>Binge Watching</i> .....	18
2.2.3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Binge Watching</i> .....	20
2.2.4. Dampak <i>Binge Watching</i> .....	23
2.2.5. Pengukuran Variabel <i>Binge Watching</i> .....	25
<b>2.3. Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.....</b>	<b>26</b>
2.3.1. Pengertian Mahasiswa .....	26
2.3.2. Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.....	28
<b>2.4. Hubungan <i>Binge Watching</i> dan Prokrastinasi.....</b>	<b>28</b>
2.5. Kerangka Konseptual .....	29
<b>2.6. Hipotesis.....</b>	<b>31</b>
2.7. Hasil Penelitian yang Relevan .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
3.1. Jenis Penelitian.....	33
3.2. Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	33
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	33

3.2.2. Definisi Konseptual Variabel Penelitian .....	34
3.2.2.1. Definisi Konseptual Prokrastinasi Akademik .....	34
3.2.2.2. Definisi Konseptual <i>Binge Watching</i> .....	34
3.2.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	34
3.2.3.1. Definisi Operasional Prokrastinasi Akademik .....	34
3.2.3.2. Definisi Operasional <i>Binge Watching</i> .....	35
3.3. Populasi dan Sampel .....	35
3.3.1. Populasi.....	35
3.3.2. Sampel.....	35
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel .....	36
3.4. Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.4.1. Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	37
3.4.2. Instrumen <i>Binge Watching</i> .....	38
3.5. Uji Coba Instrumen .....	40
3.6. Hasil Uji Coba Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	40
3.7. Hasil Uji Coba Instrumen <i>Binge Watching</i> .....	41
3.8. Analisis Data .....	42
3.8.1. Uji Statistik .....	42
3.8.2. Uji Normalitas.....	42
3.8.3. Uji Linearitas .....	42
3.8.4. Uji Korelasi .....	43
3.8.5. Hipotesis Statistik .....	43
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>

4.1. Gambaran Responden/Subjek Penelitian .....	44
4.1.1. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	44
4.1.2. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	45
4.1.3. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Angkatan.....	46
4.2. Prosedur Penelitian.....	48
4.2.1. Persiapan Penelitian .....	48
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	49
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	49
4.3.1. Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik .....	49
4.3.1.1. Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik .....	51
4.3.2. Data Deskriptif <i>Binge Watching</i> .....	52
4.3.2.1. Kategorisasi Skor <i>Binge Watching</i> .....	53
4.3.3. Uji Normalitas.....	54
4.3.4. Uji Linearitas .....	54
4.3.5. Uji Korelasi .....	55
4.3.6. Uji Hipotesis .....	55
4.3.7. Tabulasi Silang.....	56
4.4. Pembahasan.....	58
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	59
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
5.1.Kesimpulan .....	61
5.2. Implikasi.....	61
5.3. Saran.....	61

5.3.1. Untuk Subjek Penelitian .....	61
5.3.2. Untuk Peneliti Selanjutnya.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>68</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Skor Penilaian Skala Prokrastinasi Akademik.....	37
Tabel 3.2. <i>Blue print</i> Skala Prokrastinasi Akademik .....	38
Tabel 3.3. Skor Penilaian Instrumen <i>Binge Watching</i> .....	39
Tabel 3.4. <i>Blue print</i> Instrumen <i>Binge Watching</i> .....	39
Tabel 3.5. Validitas <i>Item</i> Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	41
Tabel 3.6. Validitas <i>Item</i> Instrumen <i>Binge Watching</i> .....	42
Tabel 4.1. Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
Tabel 4.2. Jumlah Responden Berdasarkan Usia .....	45
Tabel 4.3. Jumlah Responden Berdasarkan Angkatan.....	47
Tabel 4.4. Distribusi Deskriptif Prokrastinasi Akademik .....	50
Tabel 4.5. Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik .....	51
Tabel 4.6. Distribusi Deskriptif <i>Binge Watching</i> .....	52
Tabel 4.7. Kategorisasi Skor <i>Binge Watching</i> .....	54
Tabel 4.8. Uji Linearitas.....	54
Tabel 4.9 Uji Korelasi .....	55
Tabel 4.10. Interpretasi Koefisien .....	55
Tabel 4.11. Tabulasi Silang Prokrastinasi Akademik .....	56
Tabel 4.12. Tabulasi Silang <i>Binge Watching</i> .....	57

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1. Kerangka Konseptual .....	30
Gambar 4.1. Grafik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
Gambar 4.2. Grafik Responden Berdasarkan Usia .....	46
Gambar 4.3. Grafik Responden Berdasarkan Angkatan .....	47
Gambar 4.4. Histogram Variabel Prokrastinasi Akademik.....	51
Gambar 4.5. Histogram Variabel <i>Binge Watching</i> .....	53



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....	68
Lampiran 2. Data Demografi Subjek .....	71
Lampiran 3. Hasil Analisis Data Deskriptif .....	72
Lampiran 4. Perhitungan Kategorisasi .....	73
Lampiran 5. Hasil Uji Normalitas .....	74
Lampiran 6. Hasil Uji Linearitas .....	74
Lampiran 7. Hasil Uji Korelasi .....	74
Lampiran 8. Hasil Tabulasi Silang .....	75
Lampiran 9. Kuesioner Penelitian.....	77

