

**PENGARUH INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA DENGAN DIMODERATORI
OLEH TINGKAT STRES**



MUHAMMAD IRFAN NURHIDAYAT

1125165281

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI SEBAGAI PERSYARATAN DALAM
MENCAPI GELAR SARJANA PSIKOLOGI**

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

2021

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

“Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Yang Dimoderatori Oleh Tingkat Stress”

Nama Mahasiswa	:	Muhammad Irfan Nurhidayat
Nomor Registrasi	:	1125165281
Jurusan/Program Studi	:	Psikologi
Tanggal Ujian	:	27 Januari 2021

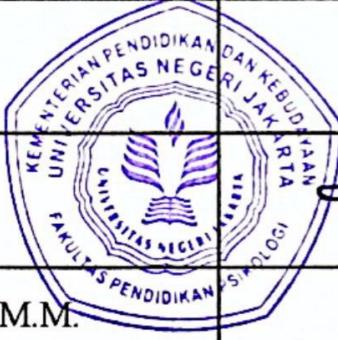
Pembimbing I

Dr. Lussy Dwitami Wahyuni, M.Pd
NIP.197909252002122001

Pembimbing II

Lupi Yudhaningrum, M.Psi
NIDK. 8802680018

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yujiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		22/2/2021
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		23/02/21
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M. (Ketua Penguji)***		18 Februari 2021
Ernita Zakiah, M.Psi (Penguji I)****		18 Februari 2021
Dr. R.A. Fadhallah, M.Si (Penguji II)		18 Februari 2021

Catatan:

*Dekan FPPSi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Muhammad Irfan Nurhidayat
NIM : 1125165281
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**PENGARUH INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN MODERATOR TINGKAT STRES**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari 2021.
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 tidak benar.

Jakarta, 21 Januari 2021 Yang

Membuat Pernyataan



(Muhammad Irfan Nurhidayat)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Irfan Nurhidayat
NIM : 1125165281
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta Hak bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul

**“PENGARUH INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA DENGAN MODERATOR TINGKAT
STRES”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai Hak Cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat : Jakarta

Pada Tanggal : 21, Januari 2021

Menyatakan



(Muhammad Irfan Nurhidayat)



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 : Muhammad Irfan Nurhidayat
NIM : 1125165281
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : muhammadirfannurhidayat78@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 Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa
Dengan DiModeratori Oleh Tingkat Stres”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif 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.

Penulis

(Muhammad Irfan Nurhidayat)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dengan Moderator Tingkat Stres”. Skripsi ini diperuntukan agar memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini, sehingga penulisan dapat menyelesaiannya, antara lain

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti. M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku ketua Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Sf. Lussy Dwitami Wahyuni, M.Pd selaku dosen pembimbing 1 dalam penyusunan penelitian ini yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, mengajari dan memberikan masukan kepada penulis.
4. Ibu Luppi Yudhaningrum, M.Psi selaku dosen pembimbing 2 yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, mengajari dan memberikan masukan kepada penulis.
5. Seluruh staf admistrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memberikan kelancaran akademik.
6. Kepada Ayah, Ibu, Adik dan Keluarga yang selalu memberikan dukungan kepada saya dalam proses penyelesaian skripsi
7. Kepada teman saya Aprita, Daan, Annisa, Dhani, Yasmin, Sissy, Zaky, Icul, Bayu, Farel, Ega, Nadhif, Krisna, Fauzi yang sudah mau membantu saya selama ini dalam proses penyelesaian skripsi.
8. Kepada seluruh pihak yang sudah mau membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini mencapai sempurnanya tulisan ini. Semoga tulisan ini dapat memberikan ilmu pengetahuan baru dan

informasi yang bermanfaat. Amin



Muhammad Irfan Nurhidayat

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	i
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tinjauan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis	8
1.6.2 Manfaat Praktis	8
BAB 2	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Prokrastinasi Akademik	9
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	9
2.1.2 Indikator-Indikator Prokrastinasi Akademik	10
2.1.3 Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	10
2.1.4 Dampak-Dampak Prokrastinasi Akademik.....	12
2.2 Intensitas Bermain Game Online	13
2.2.1 Definisi Intensitas Bermain Game Online	13
2.2.2 Dimensi Intensitas Bermain Game Online.....	14
2.2.3 Jenis-Jenis Game Online.....	14

2.3	Tingkat Stres	16
2.3.1	Definisi Tingkat Stres	16
2.3.2	Gejala Stres	16
2.3.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres	17
2.3.4	Tingkatan Stres	18
2.4	Dinamika Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik	19
2.5	Kerangka Berfikir.....	20
2.6	Hipotesis.....	20
2.7	Hasil Penelitian yang Relevan.....	21
BAB 3	23
METODE PENELITIAN.....	23
3.1	Tipe Penelitian.....	23
3.2	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	23
3.2.1	Definisi Konseptual	23
3.2.2	Definisi Operasional	24
3.3	Populasi dan Sampel	24
3.3.1	Populasi.....	24
3.3.2	Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.5	Instrumen Penelitian.....	25
3.5.1	Skala Prokrastinasi Akademik	25
3.5.2	Skala Intensitas Bermain Game Online	27
3.5.3	Skala Tingkat Stres	29
3.6	Analisis Data	31
3.6.1	Uji Normalitas.....	31
3.6.2	Uji Linearitas	31
3.6.3	Uji Korelasi.....	31

3.6.4	Uji Analisis Regresi	31
BAB 4		32
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		32
4.1	Gambaran Responden	32
4.1.1	Gambaran Responden Menurut Jenis Kelamin.....	32
4.1.2	Gambaran Responden Menurut Domisili	32
4.1.3	Gambaran Responden Menurut Universitas	33
4.1.4	Gambaran Responden Menurut Usia	34
4.2	Prosedur Penelitian.....	34
4.2.1	Persiapan Penelitian	34
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	35
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	35
4.3.1	Statistik Deskriptif	35
4.3.2	Deskriptif Moderator Tingkat Stres.....	39
4.3.3	Uji Normalitas.....	41
4.3.4	Uji Linearitas	41
4.3.5	Uji Hipotesis	42
4.4	Pembahasan.....	44
4.5	Keterbatasan Penelitian	46
BAB 5		47
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN		47
5.1	Kesimpulan.....	47
5.2	Implikasi.....	47
5.3	Saran.....	47
5.3.1	Peneliti Selanjutnya	47
5.3.2	Bagi Mahasiswa	48
DAFTAR PUSTAKA		49

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Blueprint Final Instrumen Prokrastinasi Akademik	27
Table 3.2 Blueprint Final Intensitas Bermain Game Online	28
Table 3.3 Skala Tingkat Stres	30
Table 3.4 Blueprint Tingkat Stres	30
Table 4.1 Gambaran Responden Menurut Jenis Kelamin.....	32
Table 4.2 Gambaran Responden Menurut Domisili	32
Table 4.3 Gambaran Responden Menurut Universitas	33
Table 4.4Gambaran Responden Menurut Usia.....	34
Table 4.5 Data Deskriptif Variabel Prokrastinasi	35
Table 4.6 Kategorisasi Skor Prokrastinasi	36
Table 4.7 Kategorisasi Prokrastinasi Berdasarkan Jenis Kelamin	36
Table 4.8 Data Deskriptif Variabel Intensitas Bermain Game Online	37
Table 4.9 Kategorisasi Skor Intensitas Bermain Game Online	38
Table 4.10 Kategorisasi Intensitas Bermain Game Online Berdasarkan Jenis Kelamin	39
Table 4.11 Data Deskriptif Tingkat Stres	39
Table 4.12 Kategorisasi Skor Tingkat Stres	40
Table 4.13 Kategorisasi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Table 4.14 Uji Normalitas.....	41
Table 4.15 Uji Linearitas	42
Table 4.16 Hasil Uji Signifikansi Intensitas Bermain Game Online dan Prokrastinasi.....	43
Table 4.17 Hasil Uji Signifikansi Tingkat Stres, Intensitas Bermain Game Online dan Prokrastinasi.....	43
Table 4.18Model Summary Prokrastinasi dan Intensitas Bermain Game Online	43
Table 4.19 Model Summary Tingkat Stres, Bermain Game Online dan Tingkat Stres.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual 20



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 KUESIONER	51
LAMPIRAN 2 Analisis Data Final SPSS	52

