

**HUBUNGAN PEMAAFAN DIRI (*SELF-FORGIVENESS*)
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



**Disusun Oleh:
Tahlia Latifah
1801617001**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

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

Hubungan Pemaafan Diri (*Self-Forgiveness*) dengan Prokrastinasi Akademik Pada
Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta

Nama Mahasiswa : Tahlia Latifah
Nomor Registrasi : 1801617001
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 4 Agustus 2021

Pembimbing I




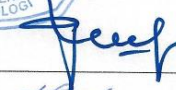
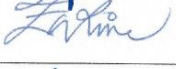

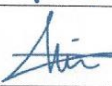
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi.
NIP. 195703281986032001

Pembimbing II



Ernita Zakiah, M.Psi.
NIDN. 8891680018

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. (Penanggungjawab)*		2 Sep 21
Dr. Gungum Gumelar F. R., M.Si. (Wakil Penanggungjawab)**		2 Sept 21
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Dr. Gungum Gumelar F. R., M.Si (Anggota)****		31 Agustus 2021
Gita Irianda R. M., M.Psi. (Anggota)		31 Agustus 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 : Tahlia Latifah
NIM : 1801617001
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan Judul **“Hubungan Pemaafan Diri (*Self-Forgiveness*) Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta“** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Oktober 2020 sampai dengan bulan Juli 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi/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, 29 Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan,



(Tahlia Latifah)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Demi matahari dan sinarnya di pagi hari. Demi bulan apabila mengiringinya. Demi siang hari bila menampaknya. Demi malam apabila menutupinya. Demi langit beserta seluruh pembinaannya. Demi bumi serta penghamparannya. Demi jiwa serta penyempurnaannya. Allah mengilhamkan jalan kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya. Dan sungguh rugi bagi orang yang mengotorinya” (Q.S Asy-Syams: 1-10)

“Forgiveness is a gift that you give for yourself”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini ditulis dengan penuh cinta agar dapat menjadi renungan dan pengingat untuk diri sendiri. Terima kasih sudah bertahan dan berjuang sedemikian rupa untuk tetap hidup dan meraih mimpi. Skripsi ini ditulis sebagai bentuk introspeksi diri penulis dan semoga hikmah yang didapatkan bisa disyukuri dengan terus mengembangkan diri. Dan teruntuk Ibu dan Ayah terima kasih sudah membesarkan, mendidik, dan mendukung Tahlia dengan penuh cinta sampai detik ini. Semoga skripsi ini dapat membawa banyak berkah dan manfaat.

TAHLIA LATIFAH



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 : TAHLIA LATIFAH
NIM : 1801617001
Fakultas/Prodi : PENDIDIKAN PSIKOLOGI / PSIKOLOGI
Alamat email : Latifah.tahlia@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 Pemaafan Diri (self-Forgiveness) dengan Potretaristasi
Akademik 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

Penulis

METERAI TEMPEL
Rp 10.000
EUDF1AJX424024335
TAHLIA LATIFAH
nama dan tanda tangan

TAHLIA LATIFAH

**HUBUNGAN PEMAAFAN DIRI (*SELF-FORGIVENESS*) DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-forgiveness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan analisis korelasi. Teknik Sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah responden 308 mahasiswa aktif Universitas Negeri Jakarta yang berusia 19-23 tahun. Variabel *self-forgiveness* menggunakan alat ukur *State Self-Forgiveness Scale* yang disusun oleh M. J. Wohl, Lise DeShea, dan R. L. Wahkinney (2008). Variabel Prokrastinasi Akademik menggunakan alat ukur *Tuckman Procrastination Scale* yang disusun oleh Bruce W. Tuckman (1991). Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan yang mengarah positif antara *self-forgiveness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta.

Kata Kunci: *Self-Forgiveness*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

TAHLIA LATIFAH

**THE RELATIONSHIP OF SELF-FORGIVENESS WITH ACADEMIC
PROCRASTINATION OF STUDENTS IN STATE UNIVERSITY OF
JAKARTA**

Skripsi

*Department of Psychology, Faculty of Psychological Education, State University of
Jakarta*
Universitas Negeri Jakarta
2021

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-forgiveness and academic procrastination in State University of Jakarta students. The method used in this research is quantitative with correlation analysis. The sampling technique used was purposive sampling with a sample size 308 respondent who active students at the State University of Jakarta aged 19-23 years. The self-forgiveness variable use the State Self-Forgiveness Scale which was compiled by M. J. Wohl, Lise DeShea, and R. L. Wahkinney (2008). Academic Procrastination Variable use the Tuckman Procrastination Scale, which was compiled by Bruce W. Tuckman (1991). The results of correlation analysis show that there is a positive relationship between self-forgiveness and academic procrastination in State University of Jakarta students.

Keywords: Self-Forgiveness, Academic Procrastination, Students

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah saya panjatkan kehadirat Allah pencipta alam semesta yang Maha Luas Ilmu-Nya karena berkat petunjuk dan hidayahnya saya dapat menyelesaikan penelitian ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurah untuk Nabi Muhammad SAW yang telah memberikan teladan dan mendidik umatnya sehingga bisa keluar dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang benderang.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari pengarahan dan bimbingan berbagai pihak. Penulis mengucapkan rasa hormat dan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu. Pihak-pihak tersebut diantaranya sebagai berikut:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dosen Pendamping Akademik dan Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, penjelasan, nasihat kepada penulis selama pengerjaan skripsi ini serta selama masa perkuliahan berlangsung. Semoga Ibu sehat selalu dan selalu dalam lindungan Allah.
4. Ibu Ernita Zakiah, M.Psi selaku Dosen Pembimbing II yang telah membantu dan membimbing penulis dalam mengerjakan skripsi dan selama perkuliahan berlangsung. Semoga Ibu sehat selalu dan selalu dalam lindungan Allah.
5. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si. dan Mbak Gita Irianda R.M., M.Psi. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan yang membangun untuk penulis.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan begitu banyak ilmu, pengajaran, nasihat, teladan, dan bimbingan kepada penulis, sehingga penulis bisa berada di tahap ini dan

menyelesaikan skripsi. Semoga Allah membalas segala kebaikan dan ilmu Bapak-Ibu sekalian dan semoga kami bisa terus membanggakan Bapak – Ibu Dosen dan almamater Psikologi UNJ.

7. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. yang telah memberikan bimbingan, dukungan, dan motivasi penulis selama perkuliahan agar terus aktif berorganisasi dan berprestasi. Semoga Ibu sehat selalu dan diberkahi Allah.
8. Seluruh Karyawan, Staff Adminstrasi, Tata Usaha, Staff Akamawa, Ibu Amalia Ifah, Pak Hae, Bang Adul, Mbak Santi, Mbak Nadiah, dan seluruh civitas akademika Fakultas Pendidikan Psikologi yang selama ini banyak membantu proses perkuliahan peneliti. Semoga Allah selalu memudahkan urusan bapak-ibu sekalian.
9. Ayah, Ibu, dan enam saudara, Kakak Ziany, Mbak Adzki, Abang Hammam, Qonita, Wazna, Humaira, dan keponakan saya Naila saya telah memberikan dukungan dan kekuatan yang tiada hentinya sehingga saya dapat tumbuh dan bertahan sampai saat ini. Terima kasih telah menerima segala kekurangan dan mendukung semua potensi yang saya punya. Terima kasih sudah menjadi rumah teraman saya untuk pulang. Semoga segala keberkahan dan kebaikan selalu diberikan Allah kepada keluarga ini.
10. Sahabat-sahabat saya, Bella, Firza, Faras, Pradipta, Dwiki, Afnan, Mbak Adilla, Riska, Alif, Azhar, Fachrurrozy, The Great Team Dies Natalis FPPsi 2019: Yasmin, Devina, Aghnin, Saniyyah, Fiki, Tegar, Riring, dan Tim Bedah Rumah plus Satnight Nuna: Jihad, Gavin, Ardra, Dimas, Fadel, FauziBdp yang telah menjadi tempat bercerita dan saling memberikan semangat semasa mengerjakan skripsi dan sepanjang perkuliahan. Terima kasih telah memberikan begitu banyak dukungan, inspirasi, bantuan, pengingat, kritik, saran, pesan, canda tawa bahagia, tangis keluh kesah, dan telah menjadi tempat ternyaman untuk tumbuh bersama-sama. Terima kasih membuat saya tidak berhenti bersyukur bisa masuk ke dalam kampus ini dan bisa bertemu dengan teman-teman semua. Saya akan terus mendoakan yang terbaik untuk kebahagiaan dan masa depan kalian.

11. Kakak-Abang angkatan 2016, Kak Ishmah, Bang Salamun, Bang Bijak, Kak Rafa, dan Kak Niza yang telah menjadi mentor dan memberikan saya berbagai saran selama perkuliahan baik dalam hal akademik, kepanitiaan, urusan kuliah, permasalahan personal, sampai memberikan bimbingan untuk meraih prestasi.

12. NCT terutama Mark Lee, Day6, Seo In Guk dan bias-bias saya lainnya yang melalui musik dan dramanya mampu menghilangkan penat dan membuat saya kembali bersemangat.

Penulis menyadari terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Penulis berharap terdapat kritik dan saran yang mampu membangun dan menyempurnakan skripsi ini.

Semoga skripsi ini bisa membantu menambah pengetahuan dan pengalaman bagi pembaca sehingga dapat bermanfaat.

Jakarta, 29 Juli 2021

Tahlia Latifah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Prokrastinasi Akademik	9
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	9
2.1.2 Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	10
2.1.3 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik	12
2.1.4 Dampak-Dampak Prokrastinasi Akademik	14
2.1.5 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik	15
2.2 Self-Forgiveness	16
2.2.1 Definisi Self-Forgiveness	16
2.2.2 Faktor-Faktor Penyebab <i>Self-Forgiveness</i>	17
2.2.3 Dimensi Self-Forgiveness	17
2.2.4 Dampak-Dampak <i>Self-Forgiveness</i>	18
2.3 Mahasiswa	19
2.3.1 Definisi Mahasiswa	19
2.4 Hubungan <i>Self-Forgiveness</i> dan Prokrastinasi Akademik Pada Penelitian Sebelumnya	19

2.5	Kerangka Pemikiran	21
2.6	Hipotesis.....	23
2.7	Hasil Penelitian yang Relevan.....	23
BAB III.....		25
METODOLOGI PENELITIAN		25
3.1	Tipe Penelitian.....	25
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	25
3.2.1	Definisi Konseptual	26
3.2.2	Definisi Operasional.....	26
3.3	Populasi dan Sampel.....	27
3.3.1	Populasi.....	27
3.3.2	Sampel.....	27
3.4	Teknik Pengumpulan Data	27
3.4.1	Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	28
3.4.2	Instrumen <i>Self-Forgiveness</i>	30
3.5	Uji Coba Instrumen	32
3.5.1	Uji Validitas Instrumen	32
3.5.2	Uji Reliabilitas Instrumen	38
3.6	Analisis Data.....	39
3.6.1	Uji Statistik	39
3.6.2	Uji Normalitas	40
3.6.3	Uji Linearitas.....	40
3.6.4	Uji Korelasi.....	40
3.7	Hipotesis Statistik.....	41
BAB IV		42
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		42
4.1	Gambaran Responden Penelitian	42
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	42
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas	44
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Angkatan	46
4.2	Prosedur Penelitian.....	47
4.2.1	Persiapan Penelitian	47
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	49
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	49
4.3.1	Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik	49

4.3.2	Data Deskriptif <i>Self-Forgiveness</i>	52
4.3.3	Uji Normalitas	54
4.3.4	Uji Linearitas.....	55
4.3.5	Uji Hipotesis	56
4.3.6	Tabulasi Silang	58
4.4	Pembahasan.....	59
4.5	Keterbatasan Penelitian	62
BAB V		63
KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN.....		63
5.1	Kesimpulan.....	63
5.2	Implikasi	63
5.3	Saran	64
5.3.1	Bagi Mahasiswa.....	64
5.3.2	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....		66
LAMPIRAN.....		72
RIWAYAT HIDUP.....		88



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Distribusi Data Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	43
Gambar 4.2 Distribusi Data Responden Penelitian Berdasarkan.....	44
Gambar 4.3 Distribusi Data Responden Penelitian Berdasarkan Fakultas...46	
Gambar 4.4 Distribusi Data Responden Penelitian Berdasarkan Angkatan.47	
Gambar 4.5 Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik	51
Gambar 4.6 Data Deskriptif <i>Self-Forgiveness</i>	53
Gambar 4.7 Grafik <i>Scatterplot</i>	56



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	29
Tabel 3.2 Skoring Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	30
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Instrumen <i>Self-Forgiveness</i>	31
Tabel 3.4 Skoring Instrumen <i>Self-Forgiveness</i>	31
Tabel 3.5 <i>Corrected Item-Total Correlation</i> Prokrastinasi Akademik.....	33
Tabel 3.6 <i>Corrected Item-Total Correlation Self-Forgiveness</i>	34
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	35
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Self-Forgiveness</i>	36
Tabel 3.9 <i>Blueprint</i> Instrumen Prokrastinasi Akademik Hasil Uji Coba.....	36
Tabel 3.10 <i>Blueprint</i> Instrumen <i>Self-Forgiveness</i> Hasil Uji Coba.....	38
Tabel 3.11 Kriteria Reliabilitas.....	39
Tabel 4.1 Distribusi Data Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4.2 Distribusi Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 4.3 Distribusi Data Responden Berdasarkan Fakultas.....	44
Tabel 4.4 Distribusi Data Responden Berdasarkan Angkatan.....	46
Tabel 4.5 Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik.....	50
Tabel 4.6 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	52
Tabel 4.7 Data Deskriptif <i>Self-Forgiveness</i>	52
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor <i>Self-Forgiveness</i>	54
Tabel 4.9 Uji Normalitas.....	54
Tabel 4.10 Uji Linearitas.....	55
Tabel 4.11 Uji Korelasi Terhadap <i>Self-Forgiveness</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	57
Tabel 4.12 Interpretasi Koefisien.....	57
Tabel 4.13 Tabulasi Silang Prokrastinasi Akademik.....	58
Tabel 4.14 Tabulasi Silang <i>Self-Forgiveness</i>	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Uji Coba Prokrastinasi Akademik.....	72
Lampiran 2. Instrumen Uji Coba <i>Self-Forgiveness</i>	73
Lampiran 3. Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	74
Lampiran 4. Uji Validitas <i>Self-Forgiveness</i>	75
Lampiran 5. Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik.....	76
Lampiran 6. Uji Reliabilitas <i>Self-Forgiveness</i>	76
Lampiran 7. Instrumen Final Prokrastinasi Akademik.....	77
Lampiran 8. Instrumen Final <i>Self-Forgiveness</i>	80
Lampiran 9. Uji Normalitas.....	83
Lampiran 10. Uji Linearitas.....	83
Lampiran 11. Uji Korelasi.....	84
Lampiran 12. Tabulasi Silang.....	84
Lampiran 13. Surat <i>Expert Judgement</i>	86

