

**PENGARUH STRES AKADEMIK DAN KONFORMITAS TERHADAP  
PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA PADA MASA PANDEMI**

*COVID-19*



Oleh:

Caroline Monicca Demiyati Yusuf

1801618095

**SKRIPSI**

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar  
Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2021**

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

“Pengaruh Stres Akademik dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada  
Masa Pandemi Covid 19”

Nama Mahasiswa : Caroline Monicca Demiyati Yusuf  
Nomor Registrasi : 1801618095  
Jurusan/Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 3 Februari 2022

Pembimbing I



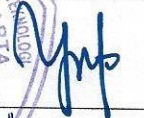


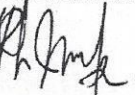
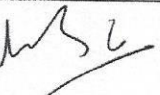
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd.  
NIP. 197909252002122001

Pembimbing II



Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M.  
NIP. 195311101979031004

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. (Penanggung Jawab)*		20 Feb 22
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Wakil Penanggung Jawab)**		23 Feb 22
Dr. phil. Zarina Akbar, M. Psi. (Ketua Penguji)***		22 Februari 2022
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi. (Dosen Penguji I)****		22 Februari 2022
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc. (Dosen Penguji II)****		22 Februari 2022

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 : Caroline Monicca Demiyati Yusuf  
NIM : 1801618095  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Stres Akademik dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi *Covid-19*” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan September sampai dengan bulan Desember 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi 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, 27 Januari 2022

Yang Membuat Pernyataan,



Caroline Monicca Demiyati Yusuf

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*"I hope you know your limits well, but don't stay within those limits. Overcome the limits each day"*

-Kim Nam Joon-



Saya mempersembahkan skripsi ini untuk keluarga dan teman-teman saya yang selalu mendukung saya, dosen pembimbing yang senantiasa selalu membantu saya, dan untuk pihak fakultas yang sudah memberikan kesempatan dan bantuan dalam proses pengerjaan skripsi ini.



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 : Caroline Monicca Demiyati Yusuf  
NIM : 1801618095  
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi/Psikologi  
Alamat email : olinemonicca@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 Stres Akademik dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik  
Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19

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, 27 Januari 2022

Penulis



(Caroline Monicca Demiyati Yusuf)

**CAROLINE MONICCA DEMIYATI YUSUF**

**PENGARUH STRES AKADEMIK DAN KONFORMITAS TERHADAP PROKRASTINASI  
AKADEMIK MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2021

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh antara stres akademik dan konformitas terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pada masa pandemi *COVID-19*. Jumlah sample pada penelitian ini adalah sebanyak 408 sampel dengan menggunakan metode *incidental sampling*. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif analisis regresi berganda dengan menggunakan instrumen *Academic Procrastination Scale*, *Perception of Academic Stress Scale*, dan *Conformity Scale*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara stres akademik dan konformitas terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pada masa pandemic *COVID-19*.

Kata Kunci: Stres Akademik, Konformitas, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa, Pandemi *COVID-19*

**CAROLINE MONICCA DEMIYATI YUSUF**

**THE EFFECT OF ACADEMIC STRESS AND CONFORMITY ON STUDENT ACADEMIC  
PROCRASTINATION DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

*Thesis*

*Jakarta: Psychology Study Program*

*Faculty of Educational Psychology*

*State University of Jakarta*

*2021*

**ABSTRACT**

*This study aims to see whether there is an influence between academic stress and conformity on student academic procrastination during the covid-19 pandemic. The number of samples in this study were 408 samples using the incidental sampling method. The research approach used is a quantitative approach to multiple regression analysis using the Academic Procrastination Scale, Perception of Academic Stress Scale, and Conformity Scale instruments. The results of this study indicate that there is an influence between academic stress and conformity on student academic procrastination during the covid-19 pandemic.*

*Keywords: Academic Stress, Conformity, Academic Procrastination, College Student, Covid-19 Pandemic.*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah SWT atas perlindungan dan anugerah yang diberikan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan tepat waktu yang berjudul **“Pengaruh Stres Akademik dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19”**. Dalam penyusunan skripsi ini, banyak hambatan dan rintangan yang dihadapi namun dapat dilalui berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak

Penulis sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
4. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah bersedia untuk meluangkan waktunya dan memberikan banyak sekali bantuan, masukan, arahan, serta selalu memberikan semangat dalam penyelesaian penulisan skripsi ini
5. Bapak Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M., selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah bersedia untuk meluangkan waktunya dan memberikan banyak sekali bantuan, masukan, arahan, serta selalu memberikan semangat dalam penyelesaian penulisan skripsi ini
6. Ibu Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc., selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah membimbing, mengarahkan, dan membantu penulis selama masa perkuliahan
7. Seluruh dosen Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat semasa perkuliahan
8. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah membantu selama perkuliahan dalam mengurus proses administrasi
9. Kepada Mama, Kak Yuli, Bang Andrew, Kak Samantha, dan Haru selaku keluarga yang selalu memberikan semangat dalam proses penyelesaian skripsi



10. Kepada Nawal sebagai rekan skripsi yang berjuang bersama dari awal hingga akhir penyusunan skripsi
11. Kepada Aprilia, Kezia, Ratna, Tarisha, Indri, Selina, dan Yudha sebagai teman semasa kuliah saya yang selalu bersedia membantu serta selalu menyemangati dalam proses penyelesaian skripsi
12. Kepada Zetiara, Kak Chairunissa, dan Bang Fauzi, Firda, dan Stephany yang selalu bersedia membantu saya dan menjadi tempat diskusi saat mengalami kesulitan dalam penyelesaian skripsi
13. Kepada Regina yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi
14. Kepada Harry yang selalu bersedia menemani saya dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi
15. Kepada seluruh pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi
16. Kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang baik bagi seluruh pihak. Aamiin.

Jakarta, 28 Januari 2022

Caroline Monicca Demiyati Yusuf

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</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>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</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 .....	10
1.3 Batasan Masalah .....	11
1.4 Rumusan Masalah .....	11
1.5 Tujuan Penelitian .....	11
1.6 Manfaat Penelitian .....	11
1.6.1 Manfaat Teoritis .....	11
1.6.2 Manfaat Praktis .....	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>13</b>
2.1 Prokrastinasi Akademik .....	13
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik .....	13
2.1.2 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik .....	14

2.1.3 Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik .....	17
2.1.4 Dampak Prokrastinasi Akademik .....	18
2.2 Stres Akademik .....	20
2.2.1 Definisi Stres Akademik .....	20
2.2.2 Aspek-Aspek Stres Akademik .....	22
2.2.3 Faktor-Faktor Stres Akademik .....	23
2.2.4 Dampak Stres Akademik .....	24
2.3 Konformitas .....	25
2.3.1 Definisi Konformitas .....	25
2.3.2 Aspek-Aspek Konformitas .....	26
2.3.3 Faktor-Faktor Konformitas .....	27
2.4 Hubungan antar Variabel Stres Akademik dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik .....	28
2.5 Kerangka Berpikir .....	30
2.6 Hipotesis .....	31
2.7 Penelitian yang Relevan .....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
3.1 Tipe Penelitian .....	34
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	34
3.2.1 Definisi Konseptual .....	34
3.2.1.1 Definisi Konseptual Prokrastinasi Akademik .....	34
3.2.1.2 Definisi Konseptual Stres Akademik .....	35
3.2.1.3 Definisi Konseptual Konformitas .....	35
3.2.2 Definisi Operasional .....	35
3.2.2.1 Definisi Operasional Prokrastinasi Akademik .....	35
3.2.2.2 Definisi Operasional Stres Akademik .....	35
3.2.2.3 Definisi Operasional Konformitas .....	36

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	36
3.4 Teknik Pengumpulan Data .....	37
3.4.1 Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	37
3.4.2 Instrumen Stres Akademik .....	39
3.4.3 Instrumen Konformitas .....	41
3.5 Uji Coba Instrumen .....	42
3.5.1 Uji Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	44
3.5.2 Uji Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Instrumen Stres Akademik .....	47
3.5.3 Uji Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Instrumen Konformitas .....	48
3.6 Analisis Data .....	50
3.6.1 Uji Statistik .....	50
3.6.1.1 Uji Normalitas .....	50
3.6.1.2 Uji Linearitas .....	50
3.6.1.3 Uji Korelasi .....	51
3.6.1.4 Uji Multikolinearitas .....	51
3.6.1.5 Uji Analisis Regresi .....	51
3.7 Uji Hipotesis .....	52
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
4.1 Gambaran Responden/Subjek Penelitian .....	53
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia .....	54
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili Provinsi .....	55
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan .....	56
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Asal Universitas .....	56
4.2 Prosedur Penelitian .....	57

4.2.1	Persiapan Penelitian .....	57
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian .....	59
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian .....	59
4.3.1	Data Deskriptif Variabel Prokrastinasi Akademik .....	59
4.3.2	Data Deskriptif Variabel Stres Akademik .....	60
4.3.3	Data Deskriptif Variabel Konformitas .....	61
4.3.4	Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik .....	62
4.3.5	Kategorisasi Variabel Stres Akademik .....	64
4.3.6	Kategorisasi Variabel Konformitas .....	65
4.3.7	Tabulasi Silang Antar Variabel .....	67
4.3.7.1	Tabulasi Silang Variabel Stres Akademik dan Prokrastinasi Akademik .....	67
4.3.7.2	Tabulasi Silang Variabel Konformitas dan Prokrastinasi Akademik .....	67
4.3.8	Uji Normalitas .....	68
4.3.9	Uji Linearitas .....	69
4.3.10	Uji Korelasi .....	69
4.3.11	Uji Multikolinearitas .....	70
4.3.12	Uji Analisis Regresi .....	71
4.4	Pembahasan .....	75
4.4.1	Pengaruh Stres Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa .....	75
4.4.2	Pengaruh Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa .....	77
4.4.3	Pengaruh Stres Akademik dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19 .....	79
4.5	Keterbatasan Penelitian .....	81

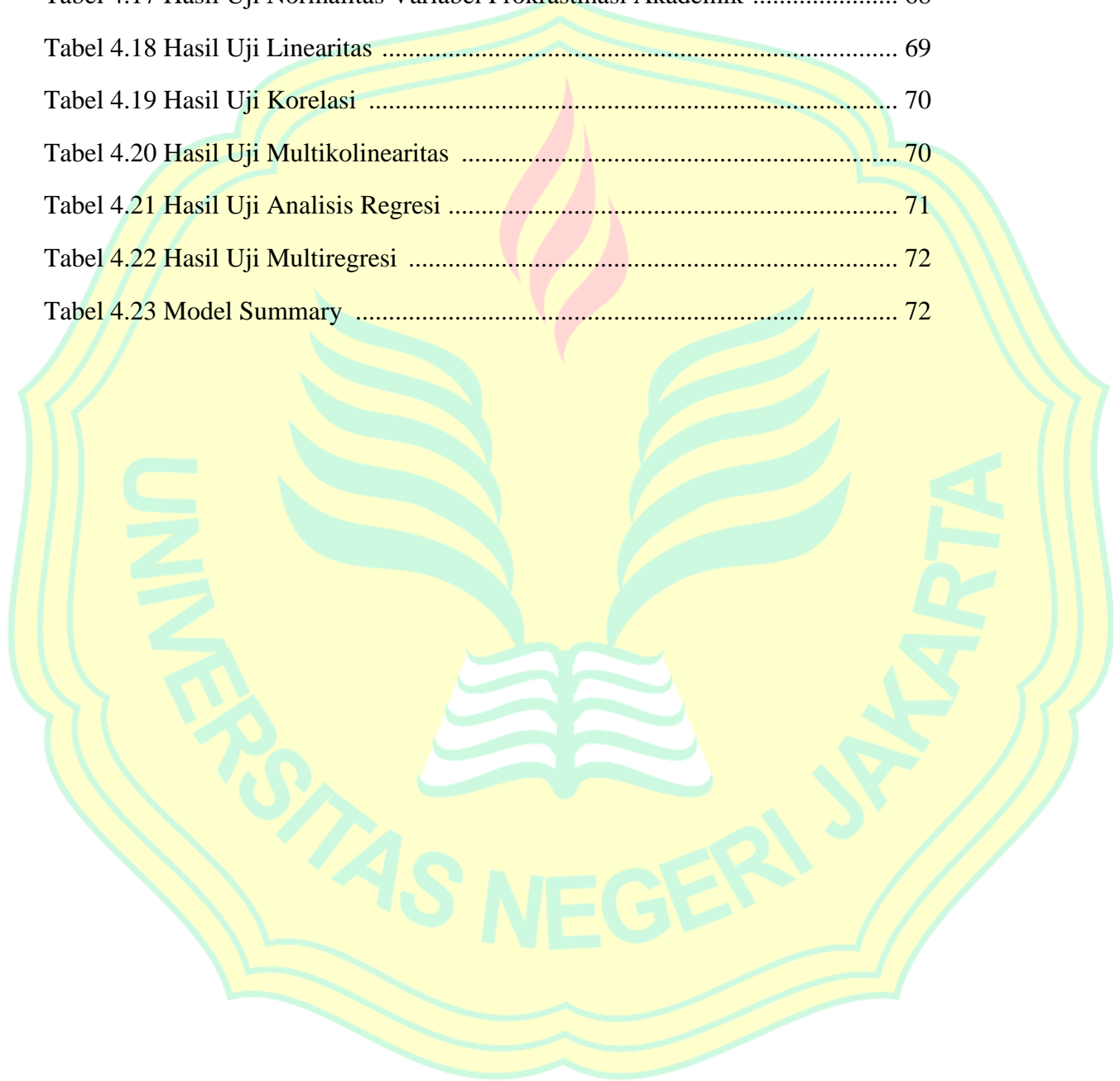
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>	<b>83</b>
5.1 Kesimpulan .....	83
5.2 Implikasi .....	83
5.3 Saran .....	84
5.3.1 Bagi Mahasiswa .....	84
5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	85
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>93</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>115</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	38
Tabel 3.2 Bluepriint Instrumen Stres Akademik .....	40
Tabel 3.3 Blueprint Instrumen Konformitas .....	41
Tabel 3.4 Indeks Diskriminasi Item .....	43
Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas Guildford .....	43
Tabel 3.6 Daya Diskriminasi Item Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	44
Tabel 3.7 Blueprint Final Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	46
Tabel 3.8 Validitas Instrumen Stres Akademik .....	48
Tabel 3.9 Daya Diskriminasi Instrumen Konformitas .....	49
Tabel 3.10 Blueprint Final Instrumen Konformitas .....	49
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia .....	54
Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Domisili Provinsi .....	55
Tabel 4.4 Data Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan .....	56
Tabel 4.5 Data Responden Berdasarkan Kategori Asal Universitas .....	56
Tabel 4.6 Data Deskriptif Variabel Prokrastinasi Akademik .....	60
Tabel 4.7 Data Deskriptif Variabel Stres Akademik .....	60
Tabel 4.8 Data Deskriptif Variabel Konformitas .....	61
Tabel 4.9 Perhitungan Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik .....	63
Tabel 4.10 Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik .....	63
Tabel 4.11 Perhitungan Kategorisasi Variabel Stres Akademik .....	64
Tabel 4.12 Kategorisasi Variabel Stres Akademik .....	65
Tabel 4.13 Perhitungan Kategorisasi Variabel Konformitas .....	66
Tabel 4.14 Katgorisasi Variabel Konformitas .....	66
Tabel 4.15 Tabulasi Silang Variabel Stres Akademik dan Prokrastinasi	

Akademik .....	67
Tabel 4.16 Tabulasi Silang Variabel Konformitas dan Prokrastinasi	
Akademik .....	67
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas Variabel Prokrastinasi Akademik .....	68
Tabel 4.18 Hasil Uji Linearitas .....	69
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi .....	70
Tabel 4.20 Hasil Uji Multikolinearitas .....	70
Tabel 4.21 Hasil Uji Analisis Regresi .....	71
Tabel 4.22 Hasil Uji Multiregresi .....	72
Tabel 4.23 Model Summary .....	72





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir ..... 31



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Uji Coba Alat Ukur .....	90
Lampiran 2. Hasil Uji Daya Diskriminasi Item dan Uji Reliabilitas .....	92
Lampiran 3. Kuesioner Instrumen Final .....	93
Lampiran 4. Data Demografi Responden .....	95
Lampiran 5. Data Deskriptif Responden .....	98
Lampiran 6. Kategorisasi .....	100
Lampiran 7. Tabulasi Silang Antar Variabel .....	102
Lampiran 8. Uji Normalitas .....	104
Lampiran 9. Uji Linearitas .....	106
Lampiran 10. Uji Korelasi .....	107
Lampiran 11. Uji Multikolinearitas .....	108
Lampiran 12. Uji Analisis Regresi Berganda .....	109
Lampiran 13. Surat Pernyataan Validasi Instrumen .....	110