

**HUBUNGAN KECEMASAN SOSIAL
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA SISWA SMA MA'ARIF SUKOREJO**

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN
MEMPEROLEH GELAR SARJANA (S1)**



SYAIFUN NAFI'
NIM 201469110037

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN
2018**

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kecemasan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik
pada Siswa SMA Ma'arif Sukorejo

Disusun oleh : Syaifun Nafi'

NIM : 201469110037

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan

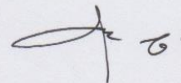
di depan tim penguji

Pasuruan, 09 Agustus 2018

Menyetujui,



Pembimbing



Lailatuzzahro A. Aulia, M.Psi.
NIP. Y. 069.09.11.026

TANDA PENGESAHAN

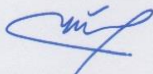
TELAH DIPERTAHANKAN DI DEPAN MAJELIS PENGUJI SKRIPSI,
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN, PADA:

HARI : SELASA
TANGGAL : 14 AGUSTUS 2018
JAM : 11.00 - 11.45 WIB
JUDUL : HUBUNGAN KECEMASAN SOSIAL DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA
MA'ARIF SUKOREJO

DINYATAKAN LULUS

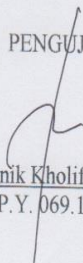
MAJELIS PENGUJI

PENGUJI UTAMA



Dra. Estalita Kelly, M.Si.
NIP. Y. 069.02.04.003

PENGUJI I



Nanik Kholifah, M.Si.
NIP. Y. 069.11.09.022

PENGUJI II



Lailatuzzahro A. Aulia, M.Psi.
NIP. Y. 069.09.11.026

MENGESAHKAN

Dekan Fakultas Psikologi



Dra. Estalita Kelly, M.Si.
NIP. Y. 069.02.04.003

MOTTO

BERUSAHA

MENJADI LEBIH BAIK

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim...

Yang paling Utama dari segalanya...

Sembah sujud serta rasa syukurku kepada ALLAH SWT, tanpa Ridho serta kehendaknya hamba tak mampu melakukan apa-apa... Sholawat serta salam kepada baginda Rosulullah Muhammad SAW, semoga kita semua mendapatkan syafa'atnya. Aamiin...

Ku persembahkan karya kecil kepada orang-orang yang kusayangi dan selalu ada dalam setiap langkahku

Murobbi Rukhina Al-Mukarrom Mbah Romo KH. Muhammad Sholeh Bahrudin, guru besar dan segenap keluarga besar ndalem Pondok Pesantren Ngalah Yayasan Darut Taqwa yang telah menghantarkan penulis menjadi orang yang beriman, bertaqwa, berilmu dan beramal, serta menjadi insanul kamil yang berjiwa rohmatan lil 'alamin.

Bapak (Fatkhurrahman) dan ibu (Siti Muslikhah) tercinta, sebagai tanda bakti, rasa hormat, dan terima kasih yang tak terhingga yang telah memberikan kasih sayang, dukungan baik moral maupun material dan tak henti-hentinya memanjatkan do'a agar anaknya menjadi orang yang bermanfaat di dunia dan akhirat. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat bapak dan ibu bahagia karena tanpa kalian kami tak akan bisa seperti ini syukron katsir Abi... Umi...

Istriku tercinta yang selalu mendampingiku serta memberikan semangat untuk terselesaikannya karya kecil ini penuh dengan segala ketulusannya.

Kawan-kawanku seperjuangan mahasiswa Psikologi 2014 yang selama 4 tahun terakhir ini kita jalani suka duka bersama dan saling memberikan motivasi.

Cacak-cacak kamar kantin asrama K, keluarga kecil ku yang berarti besar dalam hidup ku yang setiap hari makan bareng, bercanda tidur bareng, mandi bareng dll... thanks you so much...

ABSTRAK

SYAIFUN NAFI' 201469110037. Program Studi Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, 10 Agustus 2018.
Hubungan Kecemasan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Ma'arif Sukorejo. Pembimbing: Lailatuzzahro A, Aulia, M.Psi.

Seseorang yang belajar berarti ia sedang berupaya memperoleh pengetahuan baru untuk tercapainya suatu perubahan. Perubahan pada individu yang belajar, tidak hanya berkaitan dengan penambahan ilmu pengetahuan, tetapi juga berbentuk kecakapan, keterampilan, sikap, pengertian, harga diri, minat, watak, dan penyesuaian diri. Jelasnya menyangkut segala aspek dan tingkah laku individu. Oleh sebab itu tugas seorang siswa adalah belajar, termasuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan gigih saat menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas. Namun yang terjadi saat ini, siswa seringkali menunda-nunda untuk memulai mengerjakan tugas atau menunda untuk menyelesaikannya yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi hubungan kecemasan sosial dengan prokrastinasi akademik. Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMA Ma'arif Sukorejo yang berjumlah 280 siswa, sedangkan sampel yang diambil yaitu 80 siswa dengan menggunakan teknik *sampling klaster*. Pengumpulan data menggunakan skala kecemasan sosial dengan prokrastinasi akademik.

Dari hasil perhitungan persamaan garis regresi $F_{reg} = 130,28$ dibandingkan dengan F tabel 1% sebesar 6,63 dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial dapat meramalkan prokrastinasi akademik. Telah diketahui terdapat korelasi antara kecemasan sosial terhadap prokrastinasi akademik sebesar 8,41%. Dengan demikian, masih terdapat faktor – faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik selain kecemasan sosial. Diantaranya yaitu kondisi fisik individu, gaya pengasuhan orang tua, dan kondisi lingkungan.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Kecemasan Sosial

ABSTRACT

SYAIFUN NAFI '201469110037. Psychology Faculty of Yudharta Pasuruan University Psychology Study Program, August 10, 2018. **Social Anxiety Relationship with Academic Procrastination in Ma'arif Sukorejo High School. Advisor: Lailatuzzahro A, Aulia, M.Psi.**

A person who learns means he is trying to gain new knowledge to achieve a change. Changes to individuals who learn, not only related to the addition of knowledge, but also in the form of skills, skills, attitudes, understanding, self-esteem, interests, character, and self-adjustment. Obviously it involves all aspects and behavior of individuals. Therefore the task of a student is to learn, including completing assignments on time and persistent when facing difficulties in carrying out assignments. But what happens at this time, students often postpone to start working on tasks or delay to complete it, known as academic procrastination.

The purpose of this study was to determine the significance of social anxiety relations with academic procrastination. The population in this study was students of Ma'arif Sukorejo high school students, amounting to 280 students, while the sample taken was 80 students using cluster sampling techniques. Data collection uses social anxiety scale with academic procrastination.

From the calculation of the regression line equation $F_{reg} = 130.28$ compared to 1% F table of 6.63 it can be concluded that social anxiety can predict academic procrastination. It is known that there is a correlation between social anxiety towards academic procrastination of 8.41%. Thus, there are still other factors that influence academic procrastination in addition to social anxiety. Among them are individual physical conditions, parenting styles, and environmental conditions.

Keywords: Academic Procrastination, Social Anxiety

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena berkat pertolongan dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kecemasan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik”.

Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada sang junjungan, pujaan agung dan pemberi syafa'at bagi semesta alam Sayyiduna Muhammad SAW. Amin.

Tujuan penulisan skripsi ini adalah salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan. Dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu terselesainya skripsi ini terutama kepada:

1. Romo KH. Muhammad Sholeh Bahrudin, selaku Pembina Yayasan Universitas Yudharta Pasuruan.
2. Bapak Dr. Saifullah, M.HI., selaku Rektor Universitas Yudharta Pasuruan.
3. Ibu Dra. Estalita Kelly, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
4. Bapak Drs. Abdul Amin, M.Psi., selaku Ka.Prodi Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
5. Ibu Lailatuzzahro A. Aulia, M.Psi., selaku dosen pembimbing penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
7. Orang tua serta keluarga saya tercinta, khususnya bapak dan ibuku yang selalu

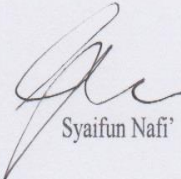
memberikan motivasi, menyayangiku tanpa henti serta do'a restunya disetiap langkah penulis.

8. Teman-teman seperjuangan psikologi angkatan 2014, yang telah membantu dan terus memotivasi demi terselesainya skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.
9. Untuk istriku yang tercinta dan tersayang.
10. Terakhir terima kasih kepada semua keluarga besar Pon-Pes Ngalah.

Di akhir kata, demi kesempurnaan skripsi ini, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan, dan akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Pasuruan, 09 Agustus 2018

Hormat Kami,



Syaifun Nafi'

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
HALAMAN MOTTO	
HALAMAN PERSEMBAHAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan penelitian	8
D. Manfaat penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	9
A. Prokrastinasi Akademik	9
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	9
2. Indikator Prokrastinasi Akademik	11
3. Faktor - Faktor Prokrastinasi Akademik	13
4. Aspek - Aspek Prokrastinasi Akademik	19
5. Jenis - Jenis Prokrastinasi Akademik	19
6. Dampak Prokrastinasi Akademik	21
7. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik	22

B. Kecemasan Sosial	26
1. Pengertian Kecemasan Sosial	26
2. Indikator Kecemasan Sosial	27
3. Faktor - Faktor Kecemasan Sosial	28
4. Aspek – Aspek Kecemasan Sosial	30
5. Jenis – Jenis Kecemasan Sosial	32
6. Dampak Kecemasan Sosial	33
7. Dinamika Kecemasan Sosial	35
C. Hubungan Kecemasan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik	35
D. Hipotesis	40
BAB III. METODE PENELITIAN	41
A. Rancangan Penelitian	41
B. Lokasi Penelitian.....	41
C. Populasi dan Sampel	41
D. Identifikasi Variabel dan Pengukurannya	42
E. Metode Pengumpulan Data	51
F. Analisis Data	52
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Hasil Penelitian	54
B. Pembahasan	57
BAB V. PENUTUP	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN – LAMPIRAN	68
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	
CURRICULUM VITAE	

DAFTAR TABEL

Tabel	Keterangan	Halaman
3.1	Blue Print Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik	43
3.2	Tabel Skoring Skala Prokrastinasi akademik.....	44
3.3	Tabel koefisien korelasi menurut Guilford	46
3.4	Blue Print Skala Prokrastinasi setelah uji coba	46
3.5	Blue print uji coba skala kecemasan sosial.....	47
3.6	Tabel skoring skala kecemasan sosial	48
3.7	Tabel koefisien korelasi menurut Guilford	50
3.8	Blue Print skala kecemasan sosial setelah uji coba.....	51
3.9	Analisis Regresi Menggunakan Skor Kasar Satu Prediktor	52
4.1	Data sampel penelitian.....	54
4.2	Gambar data sampel penelitian	54
4.3	Data hasil perhitungan kategori prokrastinasi akademik	55
4.4	Gambar data hasil perhitungan kategori prokrastinasi akademik	55
4.5	Data hasil perhitungan kategori kecemasan sosial	55
4.6	Gambar data hasil perhitungan kategori kecemasan sosial.....	56
4.7	Uji korelasi.....	56
4.8	Hasil perhitungan analisis regresi 1 prediktor.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Keterangan	Halaman
1 : Skala Uji Coba Prokrastinasi akademik.....	69
2 : Tabel Validitas Skala Prokrastinasi Akademik	73
3 : Tabel Realibilitas Skala Prokrastinasi akademik	79
4 : Perhitungan Realibilitas Skala Prokrastinasi Akademik	85
5 : Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik	86
6 : Data Hasil Penelitian Skala Prokrastinasi Akademik	89
7 : Skala Uji Coba Kecemasan Sosial.....	93
8 : Tabel Validitas Skala Kecemasan Sosial	97
9 : Tabel Realibilitas Kecemasan Sosial.....	103
10. : Perhitungan Realibilitas Skala Kecemasan Sosial	109
11 : Skala Penelitian Kecemasan Sosial	110
12 : Data Hasil Penelitian Skala Kecemasan Sosial.....	113
13 : Tabel Regresi.....	115
14 : Perhitungan Analisis Regresi	118
15 : Kategori Subyek Penelitian Skala Prokrastinasi Akademik ...	122
16 : Kategori Subyek Penelitian Skala Kecemasan Sosial	123