

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh drajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Disusun Oleh

Adelweis Marina Putri

NIM. 1810914120008

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Agustus, 2024

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

PENGARUH WORK-LIFE BALANCE TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

dipersiapkan dan disusun oleh


Adelweis Marina Putri


telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 29 Agustus 2024

Susunan Dewan Penguji


Pembimbing Utama

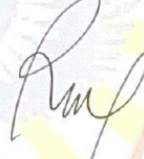
Anggota Dewan Penguji Lain


Dr. Silvia Kristanti T. F., M.Psi., Psikolog
NIP. 198302172008122001



Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog
NIP. 197009192005012002

Pembimbing Pendamping


M. Syarif Hidayatullah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198611142014041001


Rahmi Fauzia, M.A., Psikolog
NIP. 19771222008122001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi


Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198104212008121005

Koordinator Program Studi Psikologi

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 20 Juli 2024

Adelweis Marina Putri
NIM 1810914120008

ABSTRAK

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

Adelweis Marina Putri

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang bekerja dapat menyebabkan mahasiswa memiliki *work-life balance* yang terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *work-life balance* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik *purposive* sampling. Penelitian ini melibatkan 206 partisipan yang berusia 19-28 tahun. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *The Work Life Balance Questionnaire* yang disusun oleh Fisher dkk., (2009) dan diadaptasi oleh Wardani & Firmansyah (2019) dengan nilai reliabilitas 0,851 dan *The Short Form of The Academic Procrastination Scale* yang disusun oleh Yockey (2016) dan diadaptasi oleh Purnomo dkk., (2020) dengan nilai reliabilitas 0,727. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif antara *work-life balance* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 79,4% ($R^2 = 0,794$) pada mahasiswa yang bekerja sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: *work-life balance*, prokrastinasi akademik, mahasiswa yang bekerja

ABSTRACT

THE EFFECT OF WORK-LIFE BALANCE ON ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG WORKING STUDENTS

Adelweis Marina Putri

Academic procrastination among working students can create a disturbed work-life balance in the students. This study aims to investigate whether there is an effect of work-life balance on academic procrastination among working students. A quantitative research method was employed in this study. The selection of the sample in this study was carried out using the purposive sampling technique. This study involved 206 participants aged 19-28 years. The instruments in this study included the Work Life Balance Questionnaire developed by Fisher et al., (2009) and adapted by Wardani & Firmansyah (2019) with a reliability value of 0.851 and the Short Form of the Academic Procrastination Scale developed by Yockey (2016) and adapted by Purnomo et al., (2020) with a reliability value of 0.727. The results of the study showed that there was a negative effect of work-life balance on academic procrastination by 79.4% (R Square = 0.794) among working students, while the rest was influenced by other factors.

Keywords: work-life balance, academic procrastination, working students

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dianturkan atas kehadiran Allah SWT., yangmana atas berkat rahmat serta hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja”, tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Penulis memahami tanpa bantuan, bimbingan, dan doa dari banyak orang, skripsi ini akan sulit untuk diselesaikan. Maka dari itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Bapak Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd, FISPH, FISCM atas kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian skripsi ini.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat juga selaku dosen pembimbing akademik, Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog atas kesempatan, izin, serta masukan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis,
3. Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog dan Bapak Muhammad Syarif Hidayatullah, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan dukungan dan bantuan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini,

4. Ibu Dr. Ermina Istiqomah. M.Si., Psikolog dan Ibu Rahmi Fauzia, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku dosen penguji atas masukan dan saran yang diberikan untuk kesempurnaan penelitian ini,
5. Keluarga tercinta, mulai dari Papa (Romy Aprianoor), Mama (Rina Novian Artiany), Kakak (Muhammaad Ikhza Ferryz), serta Adik (Firrizqi Malika Maharani dan Zara Qaireen Hanisah) yang terus memberikan dukungan dan doa sejak awal masuk kuliah sampai masa terakhir pengerjaan skripsi ini,
6. Sahabat saya, yaitu Dewi Afrilia Saputri, Gusti Rosy Hawa Niar, Riska Aurelia, Annisa Rachma Nuressa, Dini Rusydianti Sholeha, Seftila Nawalia, dan Mutia Rabiatus Sifa yang selalu menemani dan mendukung saya untuk mengerjakan skripsi,
7. Teman selama perkuliahan, Nurhalisa Safitri, Lina Laras Hati, Alya Rosyada, dan Raihanah yang telah bersedia memberikan bantuan, dukungan, serta menemani selama perkuliahan hingga lulus,
8. Seluruh Dosen dan staff admin dari Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman yang berharga kepada penulis selama menempuh perkuliahan,
9. Kepada Om Bruno, Mas Shawn, Mba Taylor, Mba Niki, Mba Gracie, serta anak-anak Neo yang telah memberikan energi positif dan semangat dalam pengerjaan skripsi,

10. Serta semua pihak terutama seluruh partisipan penelitian mulai dari studi pendahuluan, uji coba, hingga penelitian yang telah mau mengisi kuesioner juga memberikan sebagai bantuan dan dukungan penulis.

11. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and tryna give more than I receive, I wanna thank me for tryna do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.*

Penulis menyadari penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan serta kekeliruan. Maka dari itu, penulis mohon untuk kritik dan saran yang membangun demi terciptanya skripsi yang lebih baik. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembacanya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Banjarbaru, 20 Juli 2024

Adelweis Marina Putri

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Pengesahan	I
Halaman Pernyataan	II
Abstrak.....	III
Abstract.....	IV
Kata Pengantar.....	V
Daftar Isi	VIII
Daftar Tabel.....	X
Daftar Lampiran.....	XI
BAB I Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Signifikansi Dan Keunikan Penelitian.....	7
BAB II Tinjauan Pustaka	10
2.1 Prokrastinasi Akademik.....	10
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik.....	10
2.1.2 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik	11
2.1.3 Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik.....	14
2.2 Work-Life Balance	16
2.2.1 Definisi Work-Life Balance	16
2.2.2 Aspek-Aspek Work-Life Balance.....	17
2.2.3 Faktor Penyebab Work-Life Balance	19
2.3 Keterkaitan Antara Work-Life Balance Terhadap Prokrastinasi Akademik.....	21

2.4	Landasan Teori	23
2.5	Hipotesis	25
BAB III Metode Penelitian		26
3.1	Rancangan Penelitian.....	26
3.2	Identifikasi, Konseptualisasi, Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian 27	
3.2.1	Identifikasi Variabel Penelitian	27
3.2.2	Konseptualisasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	27
3.3	Subjek Dan Tempat Penelitian	28
3.4	Teknik Pengumpulan Data	30
3.4.1	Instrument Penelitian	30
3.4.2	Pelaksanaan Uji Coba	32
3.4.3	Uji Seleksi Item, Validitas, Dan Reliabilitas	33
3.5	Analisis Data.....	39
3.5.1	Uji Asumsi	39
3.5.2	Uji Hipotesis	41
BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan.....		43
BAB V Kesimpulan		63
5.1	Kesimpulan	63
5.2	Saran	63
5.2.1	Bagi Subjek.....	63
5.2.2	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	64
Daftar Pustaka.....		65
Lampiran.....		72

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Tabel Pendistribusian Item Variabel Work-Life Balance.....	31
Tabel 3. 2 Tabel Pendistribusian Item Variabel Prokrastinasi Akademik.....	32
Tabel 3. 3 Rincian Skala Work-Life Balance Setelah Uji Coba.....	35
Tabel 3. 4 Rincian Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba	36
Tabel 3. 5 Tabel Alpha Cronbach's Reliabilitas Guilford (dalam Sugiharni dan Setiasih, 2018)	39
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Penelitian	43
Tabel 4. 2 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian ..	47
Tabel 4. 3 Rumus Norma Kategorisasi.....	49
Tabel 4. 4 Kategorisasi Data Variabel Work-Life Balance	50
Tabel 4. 5 Kategorisasi Data Variabel Prokrastinasi Akademik	51
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas Residual One-Sample Kolmogorov-Sumirnov ..	52
Tabel 4. 7 Hasil Uji Linieritas Variabel Penelitian.....	53
Tabel 4. 8 Hasil Uji Heteroskedastisitas	54
Tabel 4. 9 Hasil Transformasi Data Heteroskedastisitas	54
Tabel 4. 10 Hasil Analisis Uji Regresi Linier Sederhana	55
Tabel 4. 11 Koefisien Uji Regresi Linier Sederhana	56
Tabel 4. 12 Model Summary Uji Regresi Linier Sederhana.....	56
Tabel 4. 13 Hasil Uji Independent Sample T-Test pada Work-Life Balance.....	57
Tabel 4. 14 Hasil Uji Independent Sample T-Test pada Prokrastinasi Akademik	58

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1: Skala Orisinil Prokrastinasi Akademik	72
Lampiran 2: Skala Orisinil Work-Life Balance.....	72
Lampiran 3: Skala Final Prokrastinasi Akademik	73
Lampiran 4: Skala Final Work-Life Balance.....	74
Lampiran 5: Perizinan Permintaan dan Penggunaan Alat Ukur	75
Lampiran 6: Perhitungan G*Power	76
Lampiran 7: Sertifikat Uji Plagiasi	77
Lampiran 8: Data Uji Coba Prokrastinasi Akademik	78
Lampiran 9: Data Uji Coba Work-Life Balance.....	80
Lampiran 10: Reliabilitas Hasil Uji Coba Prokrastinasi Akademik	84
Lampiran 11: Reliabilitas Hasil Uji Coba Work-Life Balance.....	84
Lampiran 12: Data Penelitian Prokrastinasi Akademik.....	86
Lampiran 13: Data Penelitian Work-Life Balance	92
Lampiran 14: Output SPSS.....	109
Lampiran 15: Uji Normalitas.....	109
Lampiran 16: Uji Linieritas	109
Lampiran 17: Uji Heteroskedastisitas.....	110
Lampiran 18: Uji Regresi Linier Sederhana	110
Lampiran 19: Uji T	111