

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi. Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 15 Juli 2024



FAHDA ALFIAH
NIM: 201520124

ABSTRAK

Nama: Fahda Alfiah, NIM: 201520124, Judul Skripsi: “**Hubungan *Self Control* dan *Nomophobia* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivistis**”, Prodi: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2024/1446 H.

Mahasiswa diharapkan mampu berprestasi maksimal dalam menangani tugas-tugas baik yang bersifat akademis maupun non-akademis. Namun dalam praktiknya, mahasiswa sering kali mengalami frustrasi bahkan merasa tidak tenang ketika mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosennya, bahwa mahasiswa suka melakukan prokrastinasi, perilaku menunda mengerjakan dan menyelesaikan disebut dengan prokrastinator. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten dengan tujuan; (1) untuk mengetahui bagaimana hubungan *self control* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis. (2) untuk mengetahui bagaimana hubungan *nomophobia* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis. (3) untuk mengetahui bagaimana hubungan *self control* dan *nomophobia* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis korelasi. Korelasi adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui hubungan antar dua variabel atau lebih. Teknik pengumpulan data dengan cara menyebarkan kuisioner atau angket ke populasi yang berjumlah 215 mahasiswa aktivis. Instrumen dalam penelitian ini berupa angket *self control*, *nomophobia* dan prokrastinasi akademik, alat ukur psikologi yang digunakan sebagai pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala likert. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 21 Juni 2024. Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* dengan menggunakan bantuan *IBM SPSS Statistic v. 25 for windows*. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh menunjukkan bahwa mahasiswa aktivis lebih banyak berada dalam kategori sedang dengan presentase 80%. Hasil distribusi *nomophobia* menunjukkan bahwa mahasiswa aktivis paling banyak berada pada kategori tinggi dengan presentase 50%. Dan pada variabel prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa mahasiswa aktivis lebih banyak berada pada kategori rendah dengan presentase 6%. Hasil uji linearitas berganda menunjukkan bahwa nilai t sebesar $10,550 > 0,05$ yang berarti antara variabel bebas dengan variabel terikat memiliki hubungan satu sama lain. Dapat disimpulkan berdasarkan hipotesis yang ada, bahwa H_a dapat diterima dan H_o ditolak.

Kata Kunci : *self control*, *nomophobia*, prokrastinasi akademik.

ABSTRACT

Name: Fahda Alfiah, NIM: 201520124, Thesis title: "**The Relationship between *Self Control* and *Nomophobia* with Academic Procrastination of Student Activists**", Study Program: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten, 2024/1446 H.

Students are expected to be able to achieve maximum performance in handling both academic and non-academic tasks. However, in practice, students often experience frustration and even feel uneasy when carrying out assignments given by their lecturers. That students like to procrastinate, the behavior of delaying work and completion is called procrastination. This research was conducted at the Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten with the aim of; (1) to find out how *self-control* is related to the academic procrastination of activist students. (2) to find out how *nomophobia* is related to the academic procrastination of activist students. (3) to find out how self-control and nomophobia relate to the academic procrastination of activist students. This research uses quantitative methods with a correlation type. Correlation is research conducted by researchers to determine the relationship between two or more variables. The data collection technique is by distributing questionnaires to a population of 215 student activists. The instruments in this research are *self-control*, *nomophobia* and academic procrastination questionnaires. The psychological measuring tool used for data collection in this research is the Likert scale. This research was conducted on June 21 2024. Hypothesis testing was carried out by product moment correlation analysis using *IBM SPSS Statistics v. 25 for windows*. Based on the results of the data analysis obtained, it shows that activist students are mostly in the medium category with a percentage of 80%. The results of the distribution of nomophobia show that the most activist students are in the high category with a percentage of 50%. And the academic procrastination variable shows that more activist students are in the low category with a percentage of 6%. The results of the multiple linearity test show that the t value is $10.550 > 0.05$, which means that the independent variable and the dependent variable have a relationship with each other. It can be concluded based on the existing hypothesis, that H_a can be accepted and H_o is rejected.

keywords: *self control*, *nomophobia*, academic procrastination.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Syech. Nawawi Al-Bantani Kp. Andamui Kel. Sukawana Kec Curug Kota Serang

Nomor : Nota Dinas	Kepada Yth.
Lamp :	Dekan Fakultas Dakwah
Hal : Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
a/n Fahda Alfiah	Di-
NIM: 201520124	Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dipermauklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami mendapatkan bahwa skripsi atas nama Fahda Alfiah NIM: 201520124 dengan judul **Hubungan *Self Control* dan *Nomophobia* Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivis** telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alikum Wr. Wb.

Serang, 15 Juli 2023

Pembimbing I

Prof. Suryani, M.Si.
NIP: 197912222008012012

Pembimbing II

Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd.
NIP: 199003142020121005

HUBUNGAN *SELF CONTROL* DAN *NOMOPHOBIA*
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA AKTIVIS

Oleh:


Fahda Alfiah
201520124

Menyetujui,

Pembimbing I


Prof. Suryani, M.Si.
NIP: 19791222200801 2 012

Pembimbing II


Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd.
NIP: 19900314202012 1 005

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah


Musaddad, M.A
NIP: 19720626 199803 1 002

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam


A.M. Fahrurrozzii, S.Psi., M.A.
NIP: 19750604 200604 1 001



PENGESAHAN

Skripsi a.n **Fahda Alfiah**, NIM: **201520124**, Judul Skripsi: **Hubungan *Self Control* dan *Nomophobia* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktifis** telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 15 Juli 2024. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 18 Juli 2024

Sidang Munaqosah

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,



Tb. Nurwahyu, S. Ag., M. A.
NIP: 19711026 200003 1 002



Puspa Nur Afifah, M. Si
NIP: 19931127 202012 2 007

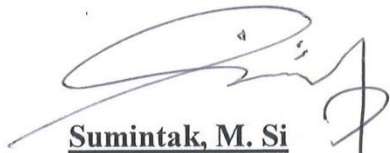
Anggota

Penguji I

Penguji II




Dr. H. Anis Fauzi, M. Si
NIP: 19671028 199802 1 001



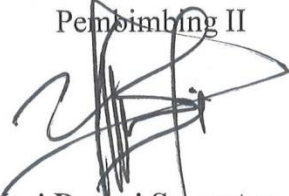
Sumintak, M. Si
NIP: 19930929 202012 1 005

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Suryani, M. Si
NIP: 19791222200801 2 012



Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd
NIP: 19900314202012 1 005

MOTTO

Orang tua di rumah menanti kepulanganmu dengan hasil yang membanggakan, jangan kecewakan mereka. Simpan keluhmu, sebab letihmu tak sebanding dengan perjuangan mereka menghidupimu.

- Ika df -

Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir ke dunia,
sangat tidak mungkin jika aku tak ada artinya.

-Fahda Alfiah.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan rasa syukur alhamdulillah kepada Allah SWT, ku persembahkan skripsi ini kepada kedua orangtua yang sangat penulis sayangi. Untuk cinta pertamaku, Bapak Agus Salim dan Surgaku Ibunda Sukinem yang selalu menjadi sumber kekuatan dan penyemangatku dalam segala hal. Yang telah mengorbankan banyak hal, tak kenal lelah dan tak bosan membimbingku sampai saat ini. Kepada kedua saudara kandungku, kakak tersayangku Helpiana Firdaus yang sudah menjadi sosok kakak perempuan terbaik, terima kasih telah mengajarkan dan mengorbankan banyak hal kepada penulis. Adik termenyebalkanku tapi tetap ku sayangi yaitu Afdal Fadli Mustafa, terima kasih untuk semua dukungan dan do'a tulus yang selalu mengalir untukku.

Kepada sahabat seperjuanganku, Oktaviani Putri. Terima kasih atas segala tenaga, pikiran, waktu, semangat, motivasi yang telah penulis terima dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Terima kasih kepada dosen pembimbing saya Ibu Prof. Dr. Suryani, M. Si dan dan Bapak Dr. Yogi Damai Syaputra, M. Pd, yang telah memberikan bimbingan yang sangat baik untuk penyelesaian skripsi ini.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Fahda Alfiah, lahir di Tangerang pada tanggal 31 Agustus 2002. Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Dari pasangan Bapak Agus Salim dan Ibu Sukinem. Bertempat tinggal di Perumahan Griya Islam, Kresek, Kabupaten Tangerang.

Jenjang pendidikan formal yang penulis selesaikan yaitu RA El-Syarief lulus pada tahun 2008, melanjutkan pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri Kresek II lulus pada tahun 2014, lalu melanjutkan pendidikan di MTs Negeri 4 Tangerang lulus pada tahun 2017, kemudian melanjutkan pendidikan Menengah Atas di SMA Negeri 19 Kabupaten Tangerang lulus pada tahun 2020 dan melanjutkan ke jenjang Perguruan Tinggi Negeri pada tahun yang sama setelah lulus SMA di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penulis pernah menjadi pengurus Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam (HMJ BKI) periode 2021-2022, menjadi pengurus anggota *Community Of Counselor* (COC) periode 2022-2023, menjadi ketua Umum Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam (HMJ BKI) periode 2022-2023, menjadi Ketua Umum Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Dakwah (DEMA FADA) periode 2023-2024, menjadi bendahara bidang pendidikan, informasi dan kadernisasi Forum Komunikasi Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam/Bimbingan Konseling Islam (FKM BPI/BKI) periode 2022-2024.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Shalawat serta salam, semoga selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat-Nya sampai hari akhir.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT. dan dengan segala usaha yang sungguh-sungguh akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **Hubungan *Self Control* dan *Nomophobia* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktifis.**

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini dapat membawa manfaat dalam khazanah ilmu pengetahuan.

Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. KH. Wawan Wahyuddin, M.Pd, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A, Selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M Fahrurrozi, M.A, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana

Hasanuddin Banten yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis.

4. Ibu Imalatul Khairat, M. Pd. selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis.
5. Ibu Prof. Suryani M. Si, selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Yogi Damai Syaputra, M. Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan, mendidik, pikiran dan juga memberikan motivasi kepada penulis.
7. Ibu Risa selaku staff akademik prodi Bimbingan Konseling Islam yang telah banyak membantu penulis perihal kebutuhan administrasi yang penulis butuhkan semasa kuliah.
8. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
9. Teman terdekat penulis di rumah Herlina Nurhayati dan Nezza Restu Afrian terima kasih telah selalu siap sedia mendengarkan keluh kesah dan memberikan bantuannya kepada penulis dalam hal apapun.
10. Teman seperjuangan penulis Oktaviani Putri, dan Nova Qodarsih, S. Sos., terima kasih telah menemani suka duka penulis selama di tempat perantauan ini.
11. Teman dekat penulis semasa kuliah Rifda Miftahul Janah Eman, Lia Khoirilyah, Hilda Arinil Haq S. Sos., Aslurita S. Sos., Leni Lisnawati, S. Sos., Assyifa Fiqrisa Warahmah S. Sos., Kurniasih Wilda Lestari

dan Ida Faridatul Nisfah, Kokom Komariyah, Siti Fathimah S. Sos terima kasih banyak karena telah menemani hari-hari penulis selama masa perkuliahan ini.

12. Sahabat sahabati PMII Komisariat UIN SMH Banten khususnya PMII Rayon Dakwah terima kasih telah menjadi rumah, tempat berproses selama penulis menjadi mahasiswa sekaligus mengajarkan banyak hal kepada penulis.
13. Demisioner pengurus HMJ BKI periode 2022-2023 dan demisioner pengurus DEMMA FADA periode 2023-2024 terima kasih banyak telah menemani dan membantu penulis selama masa kepengurusan tersebut sebelum akhirnya penulis sampai pada titik ini.
14. Dan terakhir untuk penulis sendiri, terima kasih telah bertahan dan tidak pantang menyerah untuk hal apapun. Semangat selalu karena masih banyak hal yang penulis belum tahu dan masih banyak harapan-harapan yang perlu penulis direalisasikan satu persatu.

Serang, 18 Juli 2024

Penulis

FAHDA ALFIAH
NIM: 201520124

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK.....	ii
NOTA DINAS.....	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN.....	v
PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR DIAGRAM.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
G. Definisi Operasional	11
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. <i>Self Control</i>	13
B. <i>Nomophobia</i>	20
C. Prokrastinasi Akademik	24
D. Kerangka Berfikir	28

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	30
F. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	36
B. Variabel Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel	38
D. Instrumen Penelitian	40
E. Prosedur Penelitian	47
F. Teknik Pengumpulan Data`	55
G. Teknik Analisis Data	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hubungan <i>Self Control</i> dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivist.....	61
B. Hubungan <i>Nomophobia</i> dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivist.....	67
C. Hubungan <i>Self Control, Nomophobia</i> dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivist	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jumlah Mahasiswa Aktivistis Fakultas Dakwah	38
Tabel 3.2	Alternatif Jawaban	41
Tabel 3.3	Kisi-kisi Kuisisioner <i>Self Control</i>	42
Tabel 3.4	Kisi-Kisi Instrumen <i>Nomophobia</i>	43
Tabel 3.5	Kisi-Kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik	45
Tabel 3.6	Kisi-Kisi Instrumen <i>Self Control</i> Setelah Uji Validitas	50
Tabel 3.7	Kisi-Kisi Instrumen <i>Nomophobia</i> Setelah Uji Validitas	51
Tabel 3.8	Kisi-Kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Validitas	52
Tabel 3.9	Tabel Hasil Uji Valid dan Reliabilitas	54
Tabel 3.10	Rumus Kategori Skor	57
Tabel 3.11	Interval Kategorisasi	57
Tabel 3.12	Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi	58
Tabel 4.1	Hasil Distribusi Frekuensi <i>Self Control</i>	61
Tabel 4.2	Hasil Distribusi Data <i>Self Control</i>	63
Tabel 4.3	Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Self Control</i> dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivistis.....	64
Tabel 4.4	Hasil Uji Hipotesis.....	65
Tabel 4.5	Hasil Distribusi Frekuensi <i>Nomophobia</i>	67
Tabel 4.6	Hasil Distribusi Data <i>Nomophobia</i>	69
Tabel 4.7	Hasil Uji Linearitas <i>Nomophobia</i> dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivistis	70
Tabel 4.8	Hasil Distribusi Frekuensi Variabel Prokrastinasi Akademik.....	71
Tabel 4.9	Hasil Distribusi Data Variabel Prokrastinasi Akademik	73

Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas	75
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis <i>Nomophobia</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	76
Tabel 4.12 Hasil Uji Lineritas Berganda	77

DAFTAR DIAGRAM

Diagram Batang 4.1 Hasil Distribusi Frekuensi <i>Self Control</i>	62
Diagram Batang 4.2 Hasil Distribusi Frekuensi <i>Nomophobia</i>	68
Diagram Batang 4.3 Hasil Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik	74