HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA BARUNAWATI SURABAYA

SKRIPSI

Oleh :

MUSDALIFAH ADILAH

NIM 20221770088

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA BARUNAWATI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat – syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Oleh :

MUSDALIFAH ADILAH

NIM 20221770088

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Musdalifah Adilah

NIM : 20221770088

Fakultas : S1 Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Intensitas Penggunaan TikTok dan Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya.

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya sendiri dan bukan jiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 04 Juli 2026



Musdalifah Adilah

NIM: 20221770088

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA BARUNAWATI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Olch :

MUSDALIFAH ADILAH

NIM 20221770088

Disetujui untuk Diuji :

Surabaya, 08 Juli 2026

Dosen Pembimbing 1

Dzulkiffi, S.Psi., M.Si

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA BARUNAWATI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

MUSDALIFAH ADILAH

NIM 20221770088

Disetujui untuk Diuji :

Surabaya, 06 Juli 2026

Dosen Pembimbing 2

Dr. Imtihanatul Ma'isyatuts Tsaltsah, S.Ud., M.Pd

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA BARUNAWATI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan oleh :

MUSDALIFAH ADILAH

NIM 20221770088

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat – syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal, Surabaya 14 Juli 2026

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dr. Dewi Ilma Antawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dewan Penguji :

Ketua : Rinanti Resmadewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog (.....)

Anggota I : Dzulkifli, S.Psi., M.Si (.....)

Anggota II : Dr. Imtihanatul Ma'isyatuts Tsalitsah, S.Ud., M.Pd (.....)

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan antara Intensitas Penggunaan TikTok dan Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Barunawati Surabaya" dengan baik.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surabaya. Proses penyusunan skripsi ini tidak dapat dilepaskan dari bantuan, bimbingan, serta dukungan yang diberikan oleh berbagai pihak.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Sehubungan dengan hal tersebut, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat konstruktif guna menyempurnakan penelitian ini pada masa mendatang. Diharapkan skripsi ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan.

Surabaya, 04 Juli 2026



Musdalifah Adilah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahmat, nikmat, kasih sayang, serta pertolongan-nya yang tiada henti. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya yang istiqamah mengikuti ajaran beliau hingga akhir zaman.

Atas izin, kehendak, dan ridha-nya, penulis mampu melewati setiap proses, tantangan, dan ujian hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu dengan judul "Hubungan antara Intensitas Penggunaan TikTok dan Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya".

Perjalanan menyelesaikan skripsi ini tidaklah mudah. Di balik setiap proses yang penulis lalui, terdapat doa, dukungan, bimbingan, dan ketulusan dari banyak pihak yang senantiasa menguatkan. Dengan penuh rasa syukur dan hormat, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, sang pemilik dunia dan seisinya. Terima kasih atas segala rahmat, kemudahan, dan kekuatan yang diberikan kepada penulis. Terima kasih telah mendengarkan setiap doa yang penulis panjatkan dan mengizinkan penulis menyelesaikan perjalanan ini dengan sebaik-baiknya.
2. Nabi Muhammad SAW, suri teladan bagi seluruh umat. Terima kasih atas ajaran, perjuangan, dan akhlak mulia yang menjadi pedoman bagi umat Islam dalam menjalani kehidupan.
3. Kedua Orang tua kandung penulis, yaitu Bapak Nur Hakim S.Sos yang lebih dahulu dipanggil Allah SWT, terima kasih atas segala kerja keras, kasih sayang, dan tanggung jawab yang telah bapak berikan selama hidup. Semoga Allah SWT menempatkan bapak di tempat terbaik di sisi-nya, hingga kelak Allah mempertemukan kita kembali di surga. Lalu ibu penulis yaitu Nur Asiyah S.E, terima kasih atas setiap doa, kasih sayang, serta segala pengorbanan yang telah diberikan. Terima kasih karena selalu mengusahakan kehidupan yang layak

bagi penulis dan telah memberikan dukungan, termasuk secara finansial, hingga penulis berhasil meraih gelar sarjana ini. Semoga ibu hidup lebih lama dan sehat selalu.

4. Teruntuk Bapak Tommy dan Ibu Nur Aini Achmad, terima kasih telah merawat, menyayangi penulis dengan penuh ketulusan. Terima kasih selalu menguatkan dan menghibur setiap kali penulis hampir menyerah.
5. Bapak Prof. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep., FISQua., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
6. Ibu Dr. Dewi Ilma Antawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, terima kasih telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.
7. Ibu Hetty Murdiyani, S.Psi., M.Kes., selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, terima kasih telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.
8. Ibu Rinanti Resmadewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, terima kasih atas dedikasi dan kepemimpinan ibu dalam membangun lingkungan akademik yang mendukung proses belajar mahasiswa.
9. Ibu Dr. Imtihanatul Ma'isyatuts Tsalitsah, S.Ud., M.Pd., selaku Sekretaris Program Studi sekaligus dosen pembimbing II penulis, terima kasih atas kesabaran, waktu, perhatian, serta setiap masukan yang tidak hanya memperbaiki skripsi ini, tetapi juga menguatkan penulis untuk terus melangkah ketika mulai merasa lelah.
10. Ibu Dr. Wiwik Juwarini Prihastiwi, M.Si., Psikolog., selaku dosen pembimbing akademik yang memberikan arahan, perhatian, dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis selama empat tahun menempuh pendidikan di bangku perkuliahan.

11. Bapak Dzulkifli, S.Psi., M.Si., selaku dosen pengampu mata kuliah sekaligus dosen pembimbing I, terima kasih atas kesediaan bapak membimbing penulis dengan penuh tanggung jawab.
12. Bapak Agus Poerwanto, S.Psi., M.Kes., selaku dosen pengampu mata kuliah, terima kasih atas ilmu dan pengalaman yang telah diberikan selema proses perkuliahan.
13. Ibu Ummi Masrufah Maulidiyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku dosen pengampu mata kuliah, terima kasih atas cara ibu menyampaikan ilmu dengan penuh kesabaran dan perhatian.
14. Ibu Marini, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengampu mata kuliah, terima kasih atas dedikasi dalam mendampingi proses pembelajaran selama masa perkuliahan.
15. Ibu Andini Dwi Arumsari, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku dosen pengampu mata kuliah, terima kasih atas dedikasi dalam mendampingi proses pembelajaran selama masa perkuliahan.
16. Ibu Fety Khosianah, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku dosen pengampu mata kuliah, terima kasih atas segala ilmu, waktu, dan dedikasi yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
17. Ibu Dr. Iffah Rosyiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku dosen pengampu mata kuliah, terima kasih atas segala ilmu, waktu, dan dedikasi yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
18. Seluruh admin dan staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, Terima kasih telah membantu berbagai urusan administrasi dengan penuh keramahan dan kesigapan selama penulis menempuh pendidikan.
19. Teruntuk kedua adik penulis, Zam-zam Akbar Maulana dan Zulqoidah Salmah Tri Hapsari, terima kasih sudah selalu ada dan tidak pernah ragu mengulurkan tangan saat penulis membutuhkan bantuan, serta untuk setiap kalimat penyemangat yang selalu menguatkan di saat lelah. Semoga kalian sehat selalu dan dimudahkan dalam mengejar setiap mimpi.
20. Untuk keluarga besar H. Achmad Rachman, terima kasih atas perhatian, dukungan, dan kepedulian yang selalu diberikan kepada penulis. Terima kasih

telah menjadi tempat berbagi cerita dan memberikan semangat di setiap proses yang penulis jalani.

21. Kepada pemilik tanggal lahir 18 November 2003, Habriele Valentino, terima kasih telah menjadi bagian penting penulis, terima kasih karena selalu memberikan semangat, mengingatkan penulis untuk tidak menyerah, dan meyakinkan bahwa penulis mampu melewati setiap proses yang ada. Semoga langkahmu selalu dipenuhi kemudahan dan sehat selalu.
22. Sahabat penulis "Nafisah Nuri Salsabila", terima kasih karena selalu ada dan tidak pernah ragu mengulurkan bantuan setiap kali penulis butuh bantuan. Terima kasih karena selalu bersedia menjadi *coping stress* penulis, menemani nongkrong cantik di saat kepala sudah terlalu penuh dengan revisi dan *deadline*. Semoga persahabatan ini tetap terjaga, dipenuhi kebahagiaan, dan till jannah.
23. Sahabat Penulis *"Left Circle"* (Tita, Mawa, Adel, Ella, Ayesha, Rahayu, dan almarhum Putri), terima kasih sudah mengisi hari-hari penulis selama perkuliahan dengan banyak cerita dan kenangan. Terima kasih telah mendengarkan setiap cerita, sambatan, dan tangisan penulis. Bersyukur bisa mengenal dan berteman dengan kalian, semoga setelah perjalanan ini kita tetap saling menjaga komunikasi, tidak saling menjadi asing.
24. Sahabat Penulis "Job Aisiyah Asoyyy" yaitu Jeasi dan Tita, terima kasih sudah membersamai penulis dalam proses belajar dan mengembangkan diri. Terima kasih karena selalu saling menguatkan, saling mendukung, dan tetap bertahan meskipun sama-sama pernah merasa kehilangan arah. Semoga persahabatan ini tetap terjaga sampai kapan pun.
25. Sahabat penulis yang dipertemukan melalui KKN, yaitu Ravelia, Diah Ayu, Winda, dan Haliza, terima kasih atas kebersamaan, cerita, dan dukungan yang diberikan. Siapa sangka, pertemuan singkat saat KKN justru menjadi awal dari persahabatan yang terus bertahan. Terima kasih karena bersama-sama kita berhasil mematahkan anggapan bahwa setelah KKN semua akan saling menjadi asing. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga persahabatan ini dan mempertemukan kita dalam banyak kebaikan di masa yang akan datang.

26. Sahabat penulis “Adalah Pokoknya” (Brila, Tita, Fania, Rahma, Nidya, dan Iman), terima kasih telah menjadi penyelamat kewarasan penulis di semester akhir. Semoga setelah ini, kita tetap saling menemukan jalan untuk bertukar kabar dan tidak menjadi orang asing.
27. Teman seperjuangan SMP Penulis “Toet” yaitu Ellen, Afisa, Nabilah, Nadira. Terima kasih tetap menjaga pertemanan hingga saat ini meskipun masing-masing telah memiliki kesibukan dan jalan hidup yang berbeda. Semoga pertemanan ini terus bertahan dalam setiap fase kehidupan.
28. Teman teman kelas B Psikologi 2022, terima kasih telah menjadi teman belajar, teman berdiskusi, sekaligus teman bertumbuh selama masa perkuliahan.
29. UKM Tari Periode 2024/2025, terima kasih telah menjadi tempat penulis mengembangkan bakat, melepas penat, dan menemukan banyak pengalaman berharga di luar kegiatan akademik.
30. DPM Fakultas Psikologi Periode 2024/2025, terima kasih atas kepercayaan yang telah diberikan kepada penulis untuk menjalankan amanah sebagai Sekretaris Umum. Penulis dapat belajar banyak hal, bertumbuh, dan mengembangkan kemampuan dalam
31. Kopi Kenangan, terima kasih telah menjadi tempat favorit penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas segelas kopi *“Butterscotch Aren Latte”* yang berkali-kali menyematkan kewarasan penulis di tengah revisi yang tak kunjung usai.
32. Teruntuk seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya atas setiap bentuk doa, dukungan, motivasi, perhatian, dan bantuan.
33. *To my self “Musdalifah Adilah”,* anak perempuan pertama dengan sejuta doa dan harapan. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri karena telah menyelesaikan perjalanan yang tidak selalu mudah ini. Terima kasih telah bertahan melewati hari-hari yang dipenuhi keraguan, rasa takut, *overthinking*, air mata, serta kelelahan yang tidak selalu dapat diceritakan kepada orang lain. Terima kasih karena tetap mau belajar mencintai diri sendiri, menerima setiap kekurangan, menghargai setiap kelebihan. Terima kasih karena telah bersedia

membagi tenaga, waktu, dan pikiran untuk menjalani dua tanggung jawab sekaligus, yaitu menempuh pendidikan dan bekerja. Semoga setelah semua perjuangan ini, penulis tidak pernah kehilangan semangat untuk terus bertumbuh, tetap rendah hati dalam setiap langkah, berguna bagi orang-orang sekitar, serta mimpinya satu persatu akan terjawab, Aamiin.

MOTTO

"Ketahuilah bahwa kemenangan bersama kesabaran, kelapangan bersama kesempitan, dan kesulitan bersama kemudahan"

(HR Tirmidzi)

"It's fine to fake it until you make it, until you do, until it's true"

(Taylor Swift)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
SURAT PERNYATAAN ..... **ii**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iii**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iv**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vii**
MOTTO ..... **xiii**
DAFTAR ISI ..... **xiv**
DAFTAR TABEL ..... **xvii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xviii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xix**
ABSTRAK ..... **xx**
ABSTRACK ..... **xxi**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 14
C. Tujuan Penelitian 14
D. Manfaat Penelitian 15
BAB II TINJAUAN TEORI **17**
A. Siswa Sekolah Menengah Atas 17
1. Pengertian Siswa Menengah Atas (SMA) 17
2. Kebutuhan Siswa Menengah Atas (SMA) 18
3. Aspek-aspek Perkembangan Siswa SMA 19
B. Prokrastinasi Akademik 20
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik 20
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik 22
3. Bentuk-bentuk Prokrastinasi Akademik 23
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik 23
5. Dampak Prokrastinasi Akademik 29

6. Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam 29
C. Intensitas Penggunaan TikTok 30
1. Definisi Intensitas Penggunaan TikTok 30
2. Aspek-aspek Intensitas Penggunaan TikTok 31
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Intensitas Penggunaan TikTok 32
4. Intensitas Penggunaan TikTok pada Perspektif Islam 33
D. Kontrol Diri 34
1. Pengertian Kontrol Diri 34
2. Aspek-aspek Kontrol Diri 35
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri 36
4. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam 37
E. Hubungan antara Intensitas Penggunaan TikTok dengan Prokrastinasi Akademik 38
F. Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik 39
G. Hubungan antara Intensitas Penggunaan TikTok dan Kontrol Diri terhadap Prokrastinasi Akademik 40
H. Kerangka Konseptual 41
I. Hipotesis 42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 43
A. Desain Penelitian 43
B. Identifikasi Variabel Penelitian 43
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian 44
1. Prokrastinasi Akademik (Y) 44
2. Intensitas Penggunaan TikTok (X1) 44
3. Kontrol Diri (X2) 45
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel 45
1. Populasi 45
2. Sampel 46
3. Teknik Pengambilan Sampel 47
4. *Setting* Penelitian 47
E. Teknik Pengumpulan Data 48

1. Skala Prokrastinasi Akademik 48
2. Skala Intensitas Penggunaan TikTok 49
3. Skala Kontrol Diri 50
F. Pengujian Alat Ukur Penelitian 51
1. Validitas 51
2. Uji Daya Diskriminasi Aitem 52
3. Reliabilitas 53
G. Teknik Analisis Data 53
1. Pengujian Asumsi Penelitian 54
2. Uji Hipotesis 55
H. Kerangka Kerja 55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 56
A. Pelaksanaan Penelitian 56
1. Gambaran Umum Waktu dan Tempat Penelitian 56
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian 57
B. Hasil Pengujian Alat Ukur Penelitian 59
1. Uji Validitas 59
2. Uji Daya Diskriminasi 60
3. Uji Reliabilitas 63
C. Hasil Pengujian Asumsi Penelitian 65
1. Uji Normalitas 65
2. Uji Linearitas Data 65
D. Uji Hipotesis 67
E. Pembahasan 69
BAB V PENUTUP 71
A. Kesimpulan 71
B. Saran 72
DAFTAR PUSTAKA 74
LAMPIRAN 78

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi 46
Tabel 3.2 Skala Skor Likert 48
Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Prokrastinasi Akademik 49
Tabel 3.4 *Blueprint* Skala Intensitas Penggunaan TikTok 50
Tabel 3.5 *Blueprint* Skala Kontrol Diri 51
Tabel 4.1 Pembagian Kelas dan Jumlah Responden 58
Tabel 4.2 Jenis Kelamin 58
Tabel 4.3 Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik 61
Tabel 4.4 Distribusi Aitem Skala Intensitas Penggunaan TikTok 62
Tabel 4.5 Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri 63
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik (Y) 63
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Intensitas Penggunaan TikTok (XI) 64
Tabel 4.8 Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri (X2) 64
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas 65
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dengan Intensitas Penggunaan TikTok 66
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dengan Kontrol Diri 66
Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linear Berganda 67
Tabel 4.13 Hasil Koefisien Determinasi *(Adjusted R Square)* 67
Tabel 4.14 Hasil Uji T 68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual 41
Gambar 3.1 Kerangka Kerja 55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal 78
Lampiran 2 Wawancara data awal via telepon 79
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian 80
Lampiran 4 Uji *Expert Judgement* Skala Prokrastinasi Akademik 81
Lampiran 5 Uji *Expert Judgement* Skala Intensitas Penggunaan TikTok 82
Lampiran 6 Uji *Expert Judgement* Skala Kontrol Diri 83
Lampiran 7 Skala Prokrastinasi Akademik 84
Lampiran 8 Skala Intensitas Penggunaan TikTok 85
Lampiran 9 Skala Kontrol Diri 85
Lampiran 10 *Google Form* Penelitian 87
Lampiran 11 Tabulasi Data Valid Prokrastinasi Akademik 88
Lampiran 12 Tabulasi Data Intensitas Penggunaan TikTok 91
Lampiran 13 Tabulasi Data Kontrol Diri 94
Lampiran 14 Uji Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi Akademik 97
Lampiran 15 Uji Validitas dan Reliabilitas Intensitas Penggunaan TikTok 98
Lampiran 16 Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri 100
Lampiran 17 Hasil Uji Asumsi 104
Lampiran 18 Hasil Uji Hipotesis 105
Lampiran 19 Surat Keterangan Uji Plagiasi 106
Lampiran 20 *Endorsement Letter* 107
Lampiran 21 Kartu Bimbingan Skripsi 108
Lampiran 22 Hasil Uji Plagiasi Biro Perpustakaan 109

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DAN KONTROL DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA BARUNAWATI SURABAYA

Musdalifah Adilah
Universitas Muhammadiyah Surabaya
Musdalifahadilah61@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dan kontrol diri secara bersama-sama dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan analisis regresi linear berganda. Subjek penelitian berjumlah 148 siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga skala Likert, yaitu skala prokrastinasi akademik berdasarkan aspek McCloskey dan Scielzo, skala intensitas penggunaan TikTok berdasarkan aspek *Theory of Planned Behavior* Ajzen, dan skala kontrol diri berdasarkan aspek Tangney, Baumeister, dan Boone. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan TikTok memiliki hubungan positif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik, yang ditunjukkan oleh nilai t hitung sebesar 5,708 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis pertama (H1) diterima. Selanjutnya, kontrol diri memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik, dengan nilai t hitung sebesar -3,818 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis kedua (H2) diterima. Secara simultan, intensitas penggunaan TikTok dan kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik, yang ditunjukkan oleh nilai F hitung sebesar 33,977 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis ketiga (H3) diterima. Nilai $R = 0,565$ dan $R^2 = 0,319$ menunjukkan bahwa kedua variabel secara bersama-sama menjelaskan 31,9% variasi prokrastinasi akademik.

Kata Kunci : Intensitas Penggunaan TikTok, Kontrol Diri, dan Prokrastinasi Akademik

THE RELATIONSHIP BETWEEN TIKTOK USAGE INTENSITY, SELF-CONTROL, AND ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG GRADE XI STUDENTS AT SMA BARUNAWATI SURABAYA

Musdalifah Adilah
Muhammadiyah University of Surabaya
Musdalifahadilah61@gmail.com

ABSTRACK

This study aims to determine the relationship of TikTok usage intensity and self control—both individually and simultaneously—with academic procrastination among Grade XI students at SMA Barunawati Surabaya. The study employs a quantitative correlational approach utilizing multiple linear regression analysis. The research subjects consisted of 148 Grade XI students from SMA Barunawati Surabaya. Data collection was conducted using three Likert scales: an academic procrastination scale based on the aspects defined by McCloskey and Scielzo; a TikTok usage intensity scale based on aspects of Ajzen's Theory of Planned Behavior; and a self-control scale based on aspects defined by Tangney, Baumeister, and Boone. The results indicate that TikTok usage intensity has a positive and significant relationship with academic procrastination, evidenced by a calculated t-value of 5.708 and a significance level of 0.000 (p < 0.05); thus, the first hypothesis (H1) is accepted. Furthermore, self-control has a negative and significant relationship with academic procrastination, with a calculated t-value of -3.818 and a significance level of 0.000 (p < 0.05); thus, the second hypothesis (H2) is accepted. Simultaneously, TikTok usage intensity and self-control share a significant relationship with academic procrastination, indicated by a calculated F-value of 33.977 and a significance level of 0.000 (p < 0.05); thus, the third hypothesis (H3) is accepted. The values of $R = 0.565$ and $R^2 = 0.319$ indicate that the two variables jointly explain 31.9% of the variation in academic procrastination.

Keywords: TikTok Usage Intensity, Self-Control, and Academic Procrastination.