

# ACTA PSYCHOLOGIA

Volume 4

Nomor 1

Juni 2022



HUBUNGAN MINDFULNESS DAN STUDENT ENGAGEMENT PADA MAHASISWA

**Fajriyah Nurul Hidayah**

HUBUNGAN GROWTH MINDSET DENGAN PERILAKU KEPEMIMPINAN

**Kalyana Rupa Mahidhika, Kartika Nur Fathiyah**

HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN PROSKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

**M Ammar Muntazhim**

EKSPRESI CINTA PADA DEWASA AWAL YANG BERPACARAN

**Alfrida Nur Utami**

REGULASI EMOSI REMAJA PUTRI YANG KEHILANGAN AYAH KARENA KEMATIAN

**Aris Abidina, Dhestina Religia Mujahid**

STRES AKADEMIK SEBAGAI MEDIATOR HUBUNGAN HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PROBLEMATIC INTERNET USE PADA SISWA SMP

**A'yunin Akrimni Darajat, Wijnu Martani**

HUBUNGAN ANTARA BERSYUKUR DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA

**Muhammad Dzakir Amaniey, Farida Harahap**

PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP BODY IMAGE PADA MAHASISWI

**Siska Bella Megawati, Siti Rohmah Nurhayati**

HUBUNGAN KEPERIBADIAN TAHAN BANTING DENGAN MANAJEMEN WAKTU PADA MAHASISWA

**Ummu Salamah, Yulia Ayriza**

PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA

**Nani Handayani**



JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



**Acta Psychologia**  
**ISSN 2746-122X (online)**

Penerbit

**Departemen Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta**

Editor-in-chief

**Tria Widyastuti, S.Psi., M.A.**

Managing Editor

**A'yunin Akrimni Darajat, S.Psi., M.Psi.,  
Rilis Asterina, S.Psi., M.Psi.**

Editorial Board

**Dr. Farida Agus Setiawati, M.Si  
Dr. Siti Rohmah Nurhayati, M.Si. Psikolog  
Nesya Adira, S.Psi., M.Si.**

Alamat Redaksi

**Departemen Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta  
Jl. Colombo No. 1 Karangmalang, Depok, Sleman, Yogyakarta 55281**

Website

<https://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia/index>

E-mail

[journal\\_psikologi@uny.ac.id](mailto:journal_psikologi@uny.ac.id)

Dipublikasikan dua kali dalam satu tahun, pada bulan Juni dan Nopember  
Acta Psychologia merupakan jurnal ilmiah peer-reviewed yang diterbitkan Departemen Psikologi  
Universitas Negeri Yogyakarta, yang fokus pada penelitian di bidang Psikologi

EDITOR TIDAK BERTANGGUNG JAWAB ATAS KONTEN DAN  
EFEK YANG MUNGKIN DITIMBULKAN OLEH NASKAH.

TANGGUNG JAWAB ADA PADA PENULIS

## Prakata

Puji syukur bahwa Jurnal Acta Psychologia Departemen Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta dapat menerbitkan Volume keempat Edisi pertama pada tahun 2023 melanjutkan terbitan sebelumnya yaitu Volume ketiga Edisi kedua. Rasa syukur mendalam kami haturkan pada segenap reviewer atas kerja kerasnya, kontributor atas kepercayaan dan kesabarannya, dan seluruh tim pengelola jurnal untuk dedikasinya dalam proses penerbitan. Acta Psychologia akan terus berbenah untuk menjadi penerbit jurnal yang berkualitas.

Pada edisi ini, disajikan beragam hasil penelitian Psikologi yang memiliki subjek penelitian berbeda-beda. Sebagian besar dari penelitian kali ini menghadirkan pembahasan dengan subjeknya adalah mahasiswa. Beberapa tema membahas tentang tantangan-tantangan yang dihadapi mahasiswa kaitannya dengan situasi akademik di antaranya hubungan *mindfulness* dan *student engagement* pada mahasiswa, hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, hubungan kepribadian tahan banting dengan manajemen waktu pada mahasiswa, dan pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Pembahasan lain adalah tentang interaksi mahasiswa dengan lingkungan sosialnya dengan judul pengaruh perbandingan sosial terhadap *body image* pada mahasiswi. Tema kesehatan mental juga dihadirkan dengan pembahasan tentang hubungan antara bersyukur dengan kesehatan mental pada mahasiswa. Selain itu, subjek remaja dan dewasa awal disoroti melalui penelitian yang memiliki judul yaitu ekspresi cinta pada dewasa awal yang berpacaran, stres akademik sebagai mediator hubungan antara regulasi emosi dan *problematic internet use* pada siswa SMP, dan regulasi emosi remaja putri yang kehilangan ayah karena kematian. Berkaitan dengan lingkungan kerja, terdapat penelitian yang membahas tentang hubungan *growth mindset* dengan perilaku kepemimpinan.

Pengelola berharap artikel-artikel pada edisi kali ini bisa memberikan kontribusi bagi dunia penelitian ilmiah.

Yogyakarta, Juni 2022

Editor in Chief

## DAFTAR ISI

<i>Fajriyah Nurul Hidayah</i>	Hubungan <i>Mindfulness</i> dan <i>Student Engagement</i> pada Mahasiswa	01 – 10
<i>Kalyana Rupa Mahidhika, Kartika Nur Fathiyah</i>	Hubungan <i>Growth Mindset</i> dengan Perilaku Kepemimpinan	11 – 20
<i>M Ammar Muntazhim</i>	Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi	21 – 28
<i>Alfrida Nur Utami</i>	Ekspresi Cinta pada Dewasa Awal yang Berpacaran	29 – 37
<i>Aris Abidina Dhestina Religia Mujahid</i>	Regulasi Emosi Remaja Putri yang Kehilangan Ayah karena Kematian	38 – 47
<i>A'yunin Akrimni Darajat Wijnu Martani</i>	Stres Akademik sebagai Mediator Hubungan antara Regulasi Emosi dan <i>Problematic Internet Use</i> pada Siswa SMP	48 – 56
<i>Muhammad Dzakir Amaniey Farida Harahap</i>	Hubungan antara Bersyukur dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa	57 – 64
<i>Siska Bella Megawati Siti Rohmah Nurbayati</i>	Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap <i>Body Image</i> pada Mahasiswa	65 – 71
<i>Ummu Salamah Yulia Ayriza</i>	Hubungan Kepribadian Tahan Banting dengan Manajemen Waktu pada Mahasiswa	72 – 79
<i>Nani Handayani</i>	Pengaruh Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	80 – 87

