

# Hubungan Antara *Self Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Oleh:

Fina Zakiyyatun Nisa',

Nurfi Laili

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Mei 2023

# Pendahuluan

Pendidikan merupakan usaha dalam mewujudkan kondisi belajar dan proses pembelajaran peserta didik untuk mengembangkan potensi yang ada dalam diri agar memiliki kekuatan spiritual, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Mahasiswa adalah individu atau seseorang yang tengah menempuh pendidikan dalam perguruan tinggi.

Fenomena atau permasalahan lain yang ada mahasiswa yang masih sering terjadi adalah menunda mengerjakan tugas kuliah, menunda belajar, atau memilih pekerjaan lain yang lebih menyenangkan dan tidak berhubungan dengan tugas yang dimana hal-hal tersebut disebut dengan prokrastinasi akademik..`

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah *self regulated learning*, yang didukung oleh penelitian Wolters yang hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan antara prokrastinasi akademik dengan komponen penting *self regulated learning*

Rendah dan kurangnya kemampuan individu dalam belajar berdasarkan regulasi diri dan tidak memiliki waktu yang cukup untuk individu tersebut belajar maka dapat menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik

# Pendahuluan

Hasil penelitian terdahulu pada mahasiswa angkatan 2001 sampai dengan 2007 terhadap 1.520 wisudawan disalah satu perguruan tinggi yang berada di wilayah Jawa Timur menunjukkan bahwa tidak kurang dari 83% wisudawan tergolong terlambat dalam menyelesaikan skripsi. Salah satu penyebab keterlambatan mahasiswa menyelesaikan skripsi adalah prokrastinasi akademik.

Penelitian mengenai prokrastinasi akademik berjudul Hubungan Antara *Self Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia, yang dilakukan pada mahasiswa pendidikan Kimia tingkat prokrastinasi akademik ditemukan bahwa terdapat 43 mahasiswa (68,24%) berada dalam kategori prokrastinasi sedang dan 24 mahasiswa lainnya (36,76%) berada dalam kategori rendah. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa Pendidikan Kimia kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap kewajiban.

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yaitu sebesar 60,5% dibandingkan dengan Prodi Pendidikan Bahasa Inggris 45%, Prodi IPA 30,4%, PGSD 12,7%, dan Prodi TIK 2,9%

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah ada hubungan negatif antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

# Metode

Metode Penelitian



Kuantitatif Korelasional

Teknik Sampling



*stratified random sampling*

Subjek Penelitian



Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sejumlah 811, dengan jumlah sampel sejumlah 270

Teknik Pengumpulan Data



1. Skala Prokrastinasi Akademik
2. Skala *Self Regulated Learning*

Teknik Analisis Data



korelasi *product moment*

# Hasil

## a. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan menggunakan JASP didapatkan nilai *Shapiro Wilk* pada variabel *self regulated learning* sebesar 0.983 dan pada variabel prokrastinasi akademik sebesar 0.977.

## b. Uji Linieritas

Berdasarkan hasil uji linieritas didapatkan hasil koefisien  $P < .002$  sehingga hal ini menunjukkan bahwa variabel *self regulated learning* memiliki hubungan yang linier dengan variabel prokrastinasi akademik

## c. Uji Korelasi

Hasil  $r_{xy}$  : -0.438 dengan nilai signifikan  $P < 0.001$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif variabel *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Semakin rendah *self regulated learning* maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik sebaliknya semakin tinggi *self regulated learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa. Artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima.

## d. Sumbangan Efektif

*Self regulated learning* memiliki pengaruh sebesar 19% terhadap variabel prokrastinasi akademik.

# Hasil

## e. Kategorisasi

Kategori	Skor Subjek			
	<i>Self Regulated Learning</i>		Prokrastinasi Akademik	
	$\Sigma$ Siswa	%	$\Sigma$ Siswa	%
Sangat rendah	22	8,14%	8	2,9%
Rendah	49	18,14%	89	32,9%
Sedang	162	60%	98	36,2%
Tinggi	11	4,1%	56	20,7%
Sangat tinggi	26	9,62%	19	7,3%
<b>Jumlah</b>	<b>270</b>	<b>100%</b>	<b>270</b>	<b>100%</b>

# Temuan Penting Penelitian

- Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima dengan hasil koefisien korelasi sebesar -0,438 dengan nilai signifikan  $P < 0.001$ . sehingga tampak bahwa hubungan yang terjadi antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berlawanan.
- Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademis sekolah, tugas kuliah, tugas khusus. *Self regulated learning* merupakan sebuah proses mengatur diri sendiri sampai dengan tingkat bahwa dirinya merupakan individu yang aktif secara metakognitif, motivasi, dan berperilaku dalam proses belajar individu. *Self regulated learning* dibutuhkan mahasiswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, menyelesaikan dan mengontrol diri, terutama jika melalui tugas yang dianggap sulit.
- Faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa berperilaku prokrastinasi yaitu kurangnya strategi dan pengaturan diri atau disebut juga *self regulated learning*. *Self regulated learning* yang rendah merupakan sebuah faktor internal yang dalam beberapa penelitian terbukti berperan menyebabkan prokrastinasi akademik. Individu yang memiliki *self regulated learning* maka ia akan belajar secara aktif, munyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan dan memonitor mengatur serta mengontrol kognisi, motivasi perilaku dan lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah direncanakan sehingga mendorong individu untuk mandiri dalam belajar.



# Temuan Penting Penelitian

Penelitian terdahulu berjudul Hubungan Antara *Self Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia pada hasiln penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Yang artinya semakin tinggi kemampuan self regulated learning maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik dan sebaliknya jika semakin rendah tingkat self regulated learning maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa perlu untuk mempunyai kemampuan *self regulated learning* dalam dirinya yang merupakan upaya untuk menjadi individu yang aktif dan mandiri sehingga dapat membantu mereka mengarahkan proses pembelajaran menuju tujuan pembelajaran yang dicapai.

# Manfaat Penelitian

- Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangsih pengetahuan , wawasan pada bidang psikologi mengenai prokrastinasi akademik dan *self regulated learning*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya studi tentang *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik sehingga dapat dijadikan tambahan referensi bagi penelitian-penelitian sejenis oleh peneliti selanjutnya.
- Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai prokrastinasi akademik dan *self regulated learning* dari hasil penelitian ini.
- Dapat menjadi informasi tambahan bagi mahasiswa UMSIDA mengenai peran *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik

# Referensi

- [1] H. Yanti STAI Rakha Amuntai, K. Selatan, and S. STAI Rakha Amuntai, "Standar Bagi Pendidik Dalam Standar Nasional Pendidikan Indonesia," *Adiba J. Educ.*, vol. 1, no. 1, pp. 61–68, 2021.
- [2] H. Nurhuda, "Masalah-Masalah Pendidikan Nasional; Faktor-Faktor Dan Solusi Yang Ditawarkan," *J. Pemikir. dan Pendidik. Dasar*, vol. 5, no. 2, p. 129, 2022.
- [3] N. Fitri, S. U. Daliman, and M. Ali, "Faktor-Faktor Keberhasilan Belajar Mahasiswa Program Twinning (Psikologi-PAI)," 2020, [Online]. Available: [http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/91580/9/Naspub\\_Ning\\_Fitri\\_F100132011.pdf](http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/91580/9/Naspub_Ning_Fitri_F100132011.pdf)
- [4] F. Nadhifah, "Hubungan Religiusitas dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa dalam Perpektif Psikologi Islam," *Al-Qalb J. Psikol. Islam*, vol. 12, no. 1, pp. 51–60, 2021.
- [5] A. M. Rizkyani, T. Feronika, and N. Saridewi, "Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Di Masa Pandemi Covid-19," *Edusains*, vol. 12, no. 2, pp. 252–258, 2021, doi: 10.15408/es.v12i2.18175.
- [6] C. Chotimah and L. Nurmufida, "Pengaruh Self Regulated Learning Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa," *J-Mpi*, vol. 5, no. 1, pp. 55–65, 2020, doi: 10.18860/jmpi.v5i1.7850.
- [7] M. Jannah and T. Muis, "Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya," *J. BK Unesa*, vol. 4, no. 3, pp. 1–8, 2014.
- [8] A. M. Rizkyani, "Hubungan.antara. self.regulated.learning dengan.prokrastinasi.akademik.pada mahasiswa pendidikan kimia," 2020.
- [9] R. R. MAIJOITA, "Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau," 2020.
- [10] R. Kurniawan, "Hubungan antara self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan psikologi," *Skripsi*, pp. 1–219, 2013.
- [11] U. Khairat, Y. Maputra, and F. Rahmi, "Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Perilaku Menyontek Pada Siswi SMA di Pesantren X," *J. RAP UNP*, vol. 5, no. 2, pp. 192–203, 2014.
- [12] R. Reswita, "Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK," *PAUD Lect. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 2, no. 02, pp. 25–32, 2019, doi: 10.31849/paud-lectura.v2i02.2497.
- [13] R. Ahmad and Mudjiran, "Hubungan task aversiveness dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bidikmisi FIP UNP," *J. Ris. Psikol.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–10, 2019, [Online]. Available: <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/6588>

# Referensi

- [14] R. Y. H. Umah, "Memodifikasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dengan Mengoptimalkan Self-Regulated Learning," *1*, vol. 2, no. technology, p. 28, 2021.
- [15] M. I. Ulum, "Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 3, no. 2, pp. 153–170, 2016, doi: 10.15575/psy.v3i2.1107.
- [16] R. Izzati and D. Nastiti, "Academic Procrastination for Students of the Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPIP) at the University," *Indones. J. Educ. Methods Dev.*, vol. 19, pp. 1–6, 2022, doi: 10.21070/ijemd.v19i.659.
- [17] D. R. Utami, "Hubungan Antara Kelelahan Emosi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktifis Organisasi Di Yogyakarta," *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 53, no. 9, pp. 1689–1699, 2013.
- [18] G. P. N. Darmawan, "Pengaruh self-regulated learning terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan pendidikan ekonomi," *J. Pendidik. Ekon.*, vol. 10, no. 2, pp. 470–479, 2017.
- [19] L. Farichah, "hubungan antara self regulated learning dengan tingkat prestasi belajar mata pelajaran khusus siswa kelas IX unggulan Mts mambaus sholihin gresik," pp. 12–53, 2012.
- [20] D. Kusumo and R. Afandi, "Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia," vol. 7, pp. 1–15, 2020.
- [21] S. Muyana, "Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling," *Couns. J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 8, no. 1, p. 45, 2018, doi: 10.25273/counsellia.v8i1.1868.
- [22] A. Saman, "Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan) Abdul," *Psikol. Pendidik. Konseling*, vol. 3, no. 2, pp. 55–62, 2017, [Online]. Available: <http://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK%0AAalisis>
- [23] Ryan, Cooper, and Tauer, "The Corelation Of Reading Habits With The Indonesian Learning Resultin SD Negeri Tingkir Tengah 02," *Pap. Knowl. . Towar. a Media Hist. Doc.*, no. 1, pp. 12–26, 2013.
- [24] F. A. Demokrawati, "Analisa Quick Count Dengan Menggunakan Metode Stratified Random sampling (Studi Kasus Pemilu Walikota Bandung 2013)," *Univ. Pendidik. Indones.*, pp. 22–23, 2014, [Online]. Available: <http://repository.upi.edu/15528/>
- [25] P. Avati, K. Riskinanti, and K. Riskinanti, "Hubungan antara Self Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa IIQ Jakarta," *Biopsikososial J. Ilm. Psikol. Fak. Psikol. Univ. Mercubuana Jakarta*, vol. 3, no. 2, p. 114, 2019, doi: 10.22441/biopsikososial.v3i2.9002.
- [26] R. Ariana, "Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Psikologi Dalam Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19 Di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang <sup>1</sup>Nur," vol. 000, pp. 1–23, 2016.
- [27] N. T. Pratitis, S. Suroso, R. O. Cahyanti, and F. L. S. Sa'idah, "Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi," *KELUWIH J. Sos. dan Hum.*, vol. 2, no. 1, pp. 1–7, 2021, doi: 10.24123/soshum.v2i1.3953.
- [28] N. Syafiqqa, "Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Perkuliahan Daring Masa Pandemi Covid-19," 2021, [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/81898/1/SKRIPSI.pdf>
- [29] D. A. Darwin and A. Y. Rachmawati, "Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Mahasiswa," *Semin. Nas. 2019*, no. September, pp. 165–168, 2019, [Online]. Available: <http://proceeding.semnaslp3m.unesa.ac.id/index.php/Artikel/article/view/34%0Ahttp://proceeding.semnaslp3m.unesa.ac.id/index.php/Artikel/article/download/34/36>

