

# HUBUNGAN ANTARA SELF REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Oleh:

Oktaviani Orsy

Dosen Pembimbing  
Dra. Dwi Nastiti, M.Si.

Progam Studi  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo  
Maret, 2023



# Pendahuluan

- Mahasiswa dalam mencapai gelar sarjananya harus berhadapan dengan banyak tugas dan aktivitas lain yang harus diselesaikan, seperti harus menyelesaikan tugas dari masing-masing dosen dengan *deadline* yang pendek. Seorang mahasiswa biasanya berada pada fase dewasa awal. Erikson menyebutkan bahwa pada tahap dewasa individu mulai merasakan serta mengemban tanggung jawab yang lebih berat dibanding masa-masa sebelumnya (Mariyati & Rezania,2021).
- Namun, permasalahan klasik masih sering terjadi pada pendidikan di Indonesia yakni adanya prokrastinasi akademik yang seringkali masih dilakukan oleh para mahasiswa. Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 25 orang mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, menunjukkan hasil bahwa masih ada mahasiswa yang dengan sengaja melakukan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugasnya terbukti bahwa 15 orang mahasiswa baru memulai mengerjakan tugas ketika sudah mendekati *deadline*. Kemudian 13 orang mahasiswa lebih senang menghabiskan waktunya untuk aktivitas yang mereka anggap lebih menyenangkan seperti bermain sosial media atau *game* dan 11 orang mahasiswa tidak dapat menyelesaikan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan sebelumnya dikarenakan mereka gagal dalam menepati rencana-rencana yang telah mereka tentukan sebelumnya.
- Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Damri, dkk (2017) dan Gultom, dkk (2018) yang menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik lebih cenderung melakukan hal-hal yang disenangi daripada mengerjakan tugas-tugas perkuliahan, serta kesenangan menunda pengerjaan tugas yang disebabkan oleh rasa malas

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

# Metode

## Metode/jenis penelitian

- Menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Digunakan untuk mengungkap hubungan antara self regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

## Populasi

- Seluruh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berjumlah 10518 mahasiswa.

## Sampel

- Meliputi 370 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sesuai dengan tabel Krejcie & Morgan. Teknik sampling yang digunakan adalah *Propotional Random Sampling*.

## Teknik Pengumpulan data

- Skala *self regulated learning*:

*Self regulated learning* diukur menggunakan skala *self regulated learning* yang diadopsi dari skala yang disusun oleh putri (2017) berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989) dengan model penskalaan likert.

- Skala prokrastinasi akademik

Untuk mengukur prokrastinasi akademik yaitu menggunakan skala prokrastinasi akademik yang diadopsi dari skala Novitasari (2017) berdasarkan ciri-ciri yang dikemukakan oleh Ferrari, dkk dengan model penskalaan likert.

## Teknik analisis data

- Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan Teknik uji korelasi *Spearman's Rho* dengan JASP 0.14.1.0

# Hasil

Uji asumsi

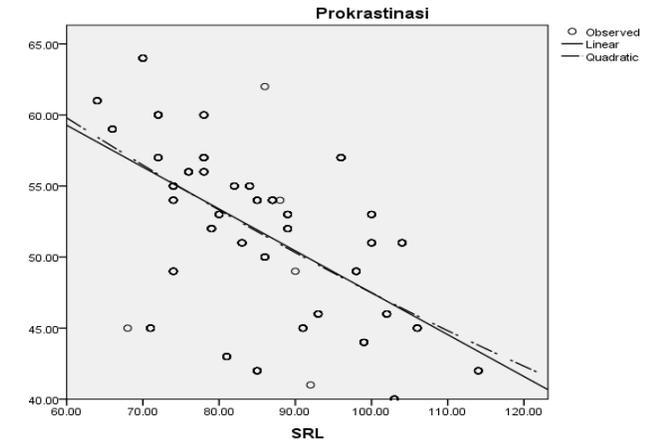
## 1. Uji Normalitas

Shapiro-Wilk Test for Bivariate Normality				
			Shapiro-Wilk	p
SRL	-	Prokrastinasi Akademik	0.951	< .001

Menunjukkan bahwa data tersebut tidak berdistribusi normal diketahui nilai Shapiro-wilk 0,951 dengan sig =  $<.001 < 0,05$  yang artinya data tersebut tidak berdistribusi normal

## 2. Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * SRL	Between Groups	(Combined)	11395.424	32	356.107	103.457	.000
		Linearity	4628.557	1	4628.557	1344.694	.000
		Deviation from Linearity	6766.867	31	218.286	63.417	.000
Within Groups			1159.984	337	3.442		
Total			12555.408	369			



Dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang linier antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik, hal tersebut dibuktikan dengan nilai signifikansi  $(p) = .000 < 0,05$

## 2. Uji Hipotesis

Spearman's Correlations				
			Spearman's rho	p
SRL	-	Prokrastinasi Akademik	-0.605 ***	< .001

- Dapat diartikan hasil analisis koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) diperoleh nilai sebesar -0,605 dengan  $\text{sig} = <.001 < 0,05$ . dengan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik.
- Koefisien korelasi bertanda negative ( $r = -0,605$ ) dengan signifikansi  $<.001 (< 0,05)$  yang menjelaskan bahwa hubungan antara *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik adalah negatif.

- Analisis Deskriptif

1. Kategori *self regulated learning* subjek penelitian

Kategori	Skor Subjek	
	Self Regulated Learning	
	$\Sigma$ Mahasiswa	%
Rendah	53	14%
Sedang	228	62%
Tinggi	89	24%

Berdasarkan tabel kategorisasi pada *self regulated learning* mahasiswa yang memiliki tingkat *self regulated learning* rendah sebanyak 14%, mahasiswa dengan tingkat *self regulated learning* sedang sebanyak 62%, dan mahasiswa dengan tingkat *self regulated learning* tinggi sebanyak 24%.

- Analisis Deskriptif

1. Kategori *self regulated learning* subjek penelitian

Kategori	Skor Subjek	
	Prokrastinasi Akademik	
	$\Sigma$ Mahasiswa	%
Rendah	81	22%
Sedang	215	58%
Tinggi	74	20%

Berdasarkan tabel kategorisasi pada variabel prokrastinasi akademik yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah sebanyak 22%, mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik sedang sebanyak 58%, dan mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik tinggi sebanyak 20%.

# Pembahasan

- Mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* tinggi mampu secara mandiri melakukan pengaturan dan pengontrolan terhadap beberapa hal yang dapat mengarahkan pikiran, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan. Menurut Wolters (2003) individu yang menggunakan strategi *self regulated learning* akan terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik (Rahmanillah & Qomariyah, 2018).
- Milgram, dkk mengungkapkan bahwa motivasi individu bisa menjadi penyebab tindakan prokrastinasi akademik (Nafeesa, 2018). Motivasi sendiri merupakan salah satu aspek dari *self regulated learning*. Apabila motivasi yang dimiliki tersebut rendah maka mahasiswa akan tidak memiliki ketertarikan terhadap aktivitas akademiknya, sehingga tujuan belajar tidak dapat tercapai secara optimal.

# Temuan Penting Penelitian

- Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Artinya semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self regulated learning* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.
- Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self regulated learning* memberikan sumbangan efektif sebesar 36,6% pada prokrastinasi akademik. Artinya variabel prokrastinasi akademik sebesar 36,6% dipengaruhi oleh *self regulated learning*.

# Manfaat Penelitian

Penelitian ini perlu dilakukan dengan harapan dapat memberikan wawasan serta meningkatkan edukasi mengenai bagaimana *self regulated learning* mempengaruhi prokrastinasi akademik.

# Referensi

- [1] Bunyamin, “Hubungan self regulated learning dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa smpn 5 mutiara,” *Semin. Nas. Multi Disiplin Ilmu*, vol. 1, no. 1, pp. 100–107, 2021, [Online]. Available: <https://journal.unigha.ac.id/index.php/SemNas/article/view/344>.
- [2] G. P. N. Darmawan, “Pengaruh self-regulated learning terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan pendidikan ekonomi,” *J. Pendidik. Ekon. Undiksha*, vol. 10, no. 2, pp. 470–479, 2018, doi: <https://doi.org/10.23887/jjpe.v10i2.20087>.
- [3] V. Mariyati, Lely Ika; Rezania, *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Manusia*. Sidoarjo: Umsida Press, 2021.
- [4] W. K. Salsabila and E. S. Indrawati, “Hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan sejarah fakultas ilmu budaya universitas diponegoro,” *J. Empati*, vol. 8, no. 4, pp. 119–126, 2020, doi: <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26522>.
- [5] Zuraida, “Hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi universitas potensi utama,” *Kognisi J.*, vol. 2, no. 1, pp. 30–41, 2017, doi: <http://dx.doi.org/10.22303/kognisi.2.1.2017.30-41>.
- [6] L. Wicaksono, “Prokrastinasi akademik mahasiswa,” *J. Pembelajaran Prospektif*, vol. 2, no. 2, pp. 67–73, 2017, doi: <http://dx.doi.org/10.26418/jpp.v2i2.34359>.
- [7] Damri, Engkizar, and F. Anwar, “Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan,” *J. EDUKASI J. Bimbing. Konseling*, vol. 3, no. 1, pp. 74–95, 2017, doi: 10.22373/je.v3i1.1415.
- [8] S. A. Gultom, N. D. Wardani, and A. Fitrikasari, “Hubungan adiksi internet dengan prokrastinasi akademik,” *Diponegoro Med. J. (Jurnal Kedokt. Diponegoro)*, vol. 7, no. 1, pp. 330–347, 2018, doi: <https://doi.org/10.14710/dmj.v7i1.19392>.
- [9] A. Saman, “Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan),” *J. Psikol. Pendidik. dan Konseling J. Kaji. Psikol. Pendidik. dan Bimbing. Konseling*, vol. 3, no. 2, pp. 55–62, 2017, doi: 10.26858/jpkk.v0i0.3070.
- [10] 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.

- [11] Rohmatun, “Prokrastinasi akademik dan faktor yang mempengaruhinya,” *Psisula Pros. Berk. Psikol.*, vol. 3, pp. 94–109, 2021, doi: <http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v3i0.18794>.
- [12] N. R. Rahmanillah and N. Qomariyah, “Self-regulated learning dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja,” *J. Psikol.*, vol. 11, no. 2, pp. 117–125, 2018, doi: 10.35760/psi.2018.v11i2.2256.
- [13] A. C. P. Harahap and S. R. Harahap, “Covid 19: self regulated learning mahasiswa,” *Al-Irsyad J. Pendidik. dan Konseling*, vol. 10, no. 1, pp. 36–42, 2020, doi: 10.30829/al-irsyad.v10i1.7646.
- [14] 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, 2020, doi: 10.15408/es.v12i2.18175.
- [15] M. R. E. Putri, “Hubungan Antara Self-Regulated Learning dan Stres Akademik Pada Mahasiswa,” pp. 1–177, 2017.
- [16] P. Avati and R. T. Aisyah, “Hubungan Antara Self Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa IIQ Jakarta,” *Biopsikososial J. Ilm. Psikol. Fak. Psikol. Univ. Mercubuana Jakarta*, vol. 3, no. 2, pp. 114–126, 2019, doi: 10.22441/biopsikososial.v3i2.9002.
- [17] R. R. Maijoita, “Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau,” 2020.
- [18] Sutikno, “Kontribusi self regulated learning dalam pembelajaran,” *Syria Stud.*, vol. 7, no. 1, pp. 37–72, 2016, [Online]. Available: [https://www.researchgate.net/publication/269107473\\_What\\_is\\_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civil\\_wars\\_12December2010.pdf%0Ahttps://think-asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625](https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civil_wars_12December2010.pdf%0Ahttps://think-asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625).
- [19] 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, 2020, doi: 10.15408/es.v12i2.18175.
- [20] D. Firmansyah and Dede, “Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review,” *J. Ilm. Pendidik. Holistik*, vol. 1, no. 2, pp. 85–114, 2022, doi: 10.55927/jiph.v1i2.937.

- [21] W. S. Santika and D. R. Sawitri, “Self-Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto,” *J. Empati*, vol. 5, no. 1, pp. 44–49, 2016.
- [22] K. Novitasari, “Pengaruh Self Efficacy dan Time Management Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Mah’ad Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,” 2017.
- [23] A. Rohmaniyah, “Hubungan antara self regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada anggota BEM universitas X,” *Character J. Penelit. Psikologi.*, vol. 5, no. 2, pp. 1–6, 2018, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24847>.
- [24] Jamila, “Konsep prokratinasi akademik mahasiswa,” *J. EduTech*, vol. 6, no. 2, pp. 257–261, 2020.
- [25] Nafeesa, “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah,” *Anthr. J. Antropol. Sos. dan Budaya (Journal Soc. Cult. Anthropol.*, vol. 4, no. 1, p. 53, 2018, doi: 10.24114/antro.v4i1.9884.

