

**HUBUNGAN *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS  
ISLAM RIAU**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademis  
Guna Menyelesaikan Jenjang Pendidikan Sarjana Satu (S1)  
Pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau



**OLEH:**

**RANI RATIKA MAIJOITA**

**158110118**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU**

**2020**

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS  
ISLAM RIAU

RANI RATIKA MALJOTTA

158110118

Telah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Pada Tanggal 21 April 2020

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog

Ahmad Hidayat, S.Thi., M.Psi., Psikolog

Yulia Herawati, S.Psi., MA

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi

Pekanbaru,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Yanwar Arief, M. Psi., Psikolog



## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rani Ratika Maijoita

Npm : 158110118

Judul Skripsi : Hubungan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi  
Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Riau

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia gelar kesarjanaan saya dicabut.

Pekanbaru, April 2019

Yang menyatakan,

**Rani Ratika Maijoita**  
**158110118**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

### *Bismillahirrahmanirrohim*

Sebagai wujud syukur kepada Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan khususnya kepada Papa dan Mama serta adik-adik tercinta. Semua ini adalah wujud syukur kepada mereka yang telah memberikan semangat, inspirasi, motivasi dan dukungan baik materil maupun moril serta doa yang tak putus kepada saya. Terima kasih atas segala kasih sayang, nasehat, kesabaran serta kepercayaan yang telah diberikan kepada saya.

**Dari aku “anakmu” yang akan selalu mencintai dan mengusahakan  
segala yang terbaik untuk kalian**

## HALAMAN MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lainnya, dan hanya kepada Allah lah hendaknya kamu berharap” (Q.S Al - Insyirah: 6-8)

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya” (Q.S Al - Baqarah: 286)

“Jika tidak sulit, semua orang akan melakukannya. Sulit yang membuatnya menjadi hebat” –Tom Hanks

Jika kau tak mampu terbang, berlarilah. Jika kau tak mampu lari, berjalanlah. Jika kau tak mampu berjalan, merangkaklah. Apapun yang kau lakukan, kau harus terus melangkah maju” –Martin Luther King Jr

“Jangan pernah terlambat untuk melakukan apa yang ingin kau lakukan saat ini, karena suatu hari nanti, semua yang kau lakukan akan menjadi apa yang kau inginkan” –Intro O!RUL8,2? BTS

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum, Wr.Wb*

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis serta atas izin-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**Hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau.**” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H Syafrinaldi, SH., MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr. Fikri Idris, M.Si selaku wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog selaku wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

5. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu ditengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, motivasi arahan dan mendukung penulis.
6. Ibu Yulia Herawati, S.Psi., MA selaku ketua program studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
7. Bapak Ahmad Hidayat, S.Thi., M.Psi., Psikolog selaku sekretaris program studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu ditengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, motivasi arahan dan mendukung penulis.
8. Ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog selaku dosen penasehat akademik.
9. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog, Bapak Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Ibu Tengku Nila Fadhlia, M. Psi., Psikolog, Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog., Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog., Ibu Yulia Herawati, S.Psi., MA, Bapak Ahmad Hidayat, S.Thi., M.Psi., Psikolog, Ibu Syarifah Faradina, S.Psi., MA, Bapak Dr Fikri Idris, M.Si, Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog, Ibu Leni Armayati, S.Psi., M.Si, Ibu Dr Raihanatu Binqolbi Ruzain, M.Kes, Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog, Ibu Icha Herawati, S.Psi., M.Soc.,SC, Ibu Irfani Rizal, S.Psi., M.Psi yang pernah mengajar penulis dan membantu penulis selama menempuh pendidikan di

Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Terima kasih atas ilmu dan dukungan yang diberikan selama ini sangat bermanfaat bagi penulis.

10. Seluruh staff dan karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Bapak Ridho Lesmana S.T, Ibu Eka Mailina S.E, Bapak Wan Rahmad Maulana S.E, Ibu Masriva S.Kom, dan Ibu Liza Fahrani S.Psi yang telah membantu dalam proses administrasi perkuliahan.
11. Terima kasih kepada kedua orang tua tercinta Bapak Suparjo dan Ibu Ratnawati, S.H yang telah memberikan dukungan serta doa yang tak putus, dorongan dengan penuh semangat, motivasi, kasih sayang serta kepercayaan yang telah diberikan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
12. Terima kasih kepada adik-adikku tercinta Nabela Silviani Oktavira, Ramadhani Triutami dan Mbahku terkasih Mbah Suyatin yang selalu memberikan semangat dan selalu mendoakan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Terima kasih kepada Alm. Om Bambang Hidayat, A.Md.T dan Bulek Tri Murtiati, Om Yoyok Suyono, S.T dan Tante Mei Handayani, A.Md.Keb, Om Gupuh Pratondo, S.E dan Tante Very Apriyanie serta sepupu-sepupuku yang lain selalu memberikan doa dan dukungannya kepada penulis selama ini.
14. Terima kasih kepada sepupuku Anggie Anggraeny dan teman-temanku Sarah Anggraini, Emy Wahyuni Nasution, Sinda Putri Limar, Ivany Rachmi, Nurfajriani yang telah memberikan semangat, menjadi teman seperjuangan dan membantu penulis dalam proses pengerjaan skripsi ini.



15. Terima kasih kepada Mbak Diah, Tyas, Yuchi, Fauziah, Tari, Novhita, Astrini, Yoan yang selalu memberikan semangat kepada penulis selama proses pengerjaan skripsi ini.
16. Terima kasih kepada teman-teman seangkatan dan adik-adik tingkat Fakultas Psikologi yang tidak dapat disebutkan namanya satu-persatu yang telah membantu dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
17. Terima Kasih kepada semua pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan, dukungan dan semangat nya kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini semoga menjadi amal yang baik dan mendapat balasan dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk menjadi acuan penulis supaya lebih baik lagi.

***Wassalamu'alaikum, Wr.Wb***

Pekanbaru, April 2020

Rani Ratika Maijoita

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis .....	8
2. Manfaat Praktis.....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
A. Prokrastinasi Akademik .....	10
1. Definisi Prokrastinasi Akademik.....	10
2. Aspek Prokrastinasi Akademik .....	12

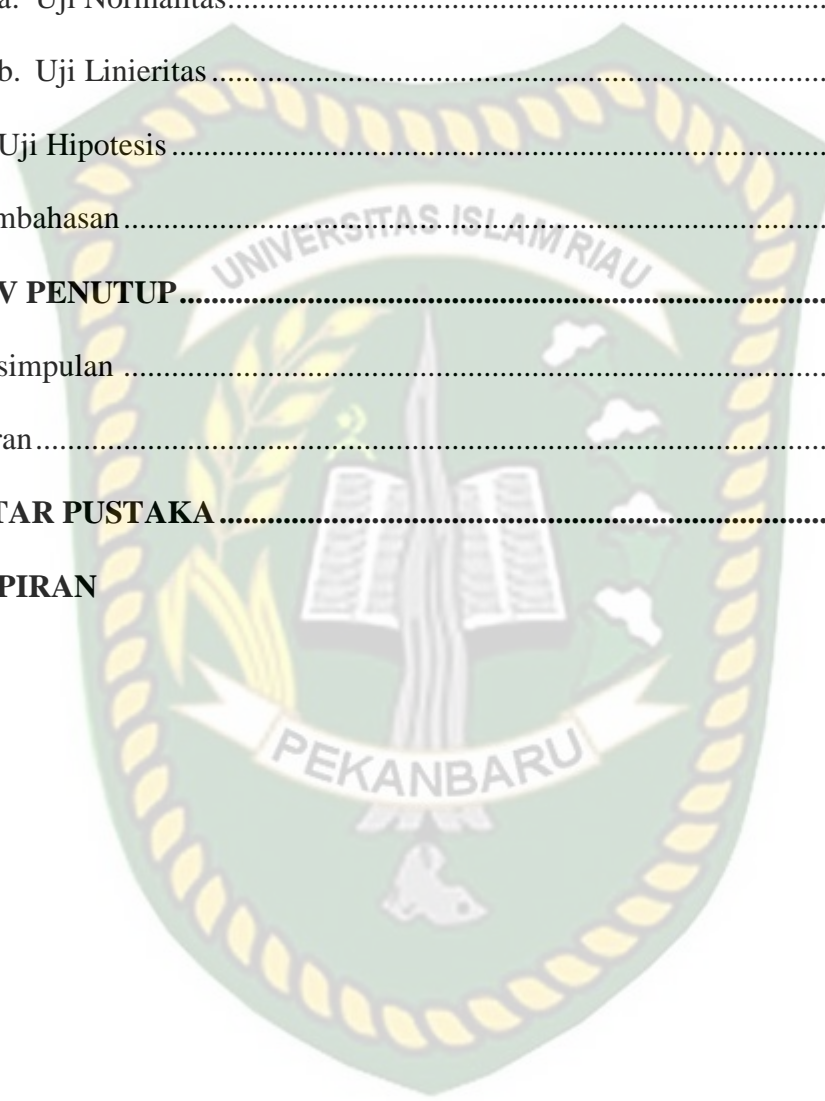
3. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik .....	14
B. <i>Self-regulated Learning</i> .....	16
1. Definisi <i>Self-regulated Learning</i> .....	16
2. Aspek <i>Self-regulated Learning</i> .....	18
3. Faktor-Faktor <i>Self-regulated Learning</i> .....	19
C. Hubungan Antara <i>Self-regulated Learning</i> dengan Prokrastinasi Akademik .....	23
D. Hipotesis .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Identifikasi Variabel .....	28
B. Definisi Operasional Variabel .....	28
1. Prokrastinasi Akademik .....	28
2. <i>Self-regulated Learning</i> .....	28
C. Subjek Penelitian .....	29
1. Populasi Penelitian .....	29
2. Sampel Penelitian .....	29
a. Jumlah Sampel .....	30
b. Teknik Pengambilan Sampel .....	30
D. Metode Pengumpulan Data .....	31
1. Skala Prokrastinasi Akademik .....	32
2. Skala <i>Self-regulated Learning</i> .....	32
E. Validitas dan Reliabilitas alat ukur .....	35
1. Validitas Alat Ukur .....	35

2. Reliabilitas Alat Ukur .....	35
F. Metode Analisis Data .....	36
1. Uji Normalitas .....	36
2. Uji Linieritas .....	37
3. Uji Hipotesis .....	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
A. Persiapan Penelitian .....	38
1. Orientasi kancah penelitian .....	38
2. Proses Perizinan .....	39
3. Pengembangan Alat Ukur .....	39
a. Skala Prokrastinasi Akademik .....	39
1). Penulisan Aitem.....	39
2). Validitas Isi Aitem.....	40
3). Uji Coba ( <i>Try Out</i> ).....	40
4). Analisis Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala.....	40
b. Skala <i>Self-Regulated Learning</i> .....	43
1). Penulisan Aitem.....	43
2). Validitas Isi Aitem.....	43
3). Uji Coba ( <i>Try Out</i> ).....	44
4). Analisis Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala.....	44
B. Pelaksanaan Penelitian .....	46
C. Deskripsi Data Penelitian .....	46

D. Hasil Analisis Data.....	49
1. Uji Asumsi.....	49
a. Uji Normalitas.....	49
b. Uji Linieritas.....	51
2. Uji Hipotesis.....	51
E. Pembahasan.....	53
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS  
ISLAM RIAU**

RANI RATIKA MAIJOITA  
158110118

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**ABSTRAK**

Prokrastinasi akademik merupakan kegiatan untuk menunda-nunda atau melakukan sesuatu yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang khususnya dalam bidang akademik. Untuk mengurangi dampak tersebut mahasiswa perlu mengatur dan mengendalikan sistem belajar guna menunjang dalam mencapai tujuan belajarnya yang dikenal dengan *self-regulated learning*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif dan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Sampel pada penelitian ini berjumlah 348 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala yaitu skala *self-regulated learning* dan skala prokrastinasi akademik. Uji reliabilitas dilakukan dengan teknik *alpha cronbach* yang menghasilkan nilai 0,922 untuk skala prokrastinasi akademik dan 0,948 untuk skala *self-regulated learning*. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *pearson product moment*. Hasil analisis statistik menunjukkan korelasi sebesar -0,415 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dengan arah negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Artinya, semakin tinggi *self-regulated learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik begitu juga sebaliknya.

**Kata kunci:** *self-regulated learning*, prokrastinasi akademik, mahasiswa

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATED LEARNING AND  
THE ACADEMIC PROCRASTINATION ON STUDENTS OF ISLAMIC  
UNIVERSITY OF RIAU**

RANI RATIKA MAIJOITA  
158110118

**FACULTY OF PSYCHOLOGY  
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

**ABSTRACT**

Academic procrastination is an activity to procrastinate or do something that is done intentionally and repeatedly, especially on the academic issue. To reduce these impacts, students need to manage and control the learning system to support in achieving their learning goals, commonly known as self-regulated learning. This study aims to determine the relationship between self-regulated learning and the academic procrastination on students of Islamic University of Riau. The hypothesis states that there is a negative and significant relationship between self-regulated learning and academic procrastination on students of Islamic University of Riau. The sample in this study is 348 students. The sampling technique used is cluster random sampling. The data collection method is carried out using two scales: the self-regulated learning scale and the academic procrastination scale. The reliability test is carried out with the alpha cronbach technique which produces a value of 0.922 for the academic procrastination scale and 0.948 for the self-regulated learning scale. The data analysis method used is Pearson product moment correlation analysis. Statistical analysis shows a correlation of -0.415 with a significance value of 0,000 ( $p < 0.05$ ). This indicates that there is a negative significant relationship between self-regulated learning and procrastination on students of Islamic University of Riau. It means that, the higher the self-regulated learning, the lower the academic procrastination and vice versa.

**Keywords:** self-regulated learning, academic procrastination, students

## العلاقة بين التنظيم الذاتي للتعلم مع التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الإسلامية

### الريوية

راني راتيكا ميچويتا

158110118

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الريوية

الملخص

التسويق الأكاديمي هو النشاط إلى ملاحظة فعل ما عن عمد وبشكل متكرر، وخاصة في المجال الأكاديمي. للحد من هذه الآثار، يحتاج الطلاب إلى تنظيم ومراقبة نظام التعلم لدعم تحقيق أهداف التعلم الخاصة بهم، والمعروف باسم التنظيم الذاتي للتعلم. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين التنظيم الذاتي للتعلم مع التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الإسلامية الريوية. الفرضية في هذه الدراسة هي وجود علاقة سلبية ومهمة بين التنظيم الذاتي للتعلم مع التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الإسلامية الريوية. بلغت العينة في هذه الدراسة 348 طالب وطالبة. تقنية أخذ العينات المستخدمة هي أخذ العينات العشوائية العنقودية. يتم تنفيذ طريقة جمع البيانات باستخدام مقياسين، وهما مقياس التنظيم الذاتي للتعلم ومقياس التسويق الأكاديمي. تم إجراء اختبار الموثوقية باستخدام تقنية **Alpha Cronbach** التي أنتجت قيمة 0.922 لمقياس التسويق الأكاديمي و 0.948 لمقياس التنظيم الذاتي للتعلم. طريقة تحليل البيانات المستخدمة هي تحليل ارتباط ضرب العزوم لبيرسون. أظهر التحليل الإحصائي ارتباطاً بقيمة -0.415 بقيمة أهمية تبلغ 0000 ( $P < 0.05$ ) هذا يدل على أن هناك علاقة كبيرة مع الاتجاه السلبي بين التنظيم الذاتي للتعلم مع التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الإسلامية الريوية. أي أنه كلما زاد التنظيم الذاتي للتعلم، كلما انخفض التسويق الأكاديمي والعكس صحيح.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي للتعلم، التسويق الأكاديمي، الطلاب



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan yang paling tertinggi dari semua jenjang pendidikan. Pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup kedalam program diploma, sarjana, program magister, program doktor, program profesi, serta program spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan Indonesia (UU No 12 tahun 2012). Mahasiswa adalah individu yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar yang secara khusus terdaftar sedang menjalani pendidikan di salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji dalam Lastary & Rahayu, 2018).

Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa diartikan sebagai individu yang sedang dalam proses menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi negeri maupun swasta atau lembaga-lembaga lain yang setingkat. Selama masa menjalani perkuliahan di perguruan tinggi merupakan suatu periode dimana seorang mahasiswa masih harus mampu menyesuaikan perubahan dalam sistem pembelajaran maupun lingkungan baru. Mahasiswa juga dituntut untuk dapat mengatur sendiri kegiatannya dalam perkuliahan dan juga dituntut untuk mendapatkan nilai-nilai yang bagus dalam setiap mata kuliahnya.

Menurut Burhani (2016) untuk mendapatkan nilai yang bagus mahasiswa harus ikut aktif dalam masa perkuliahannya, seperti masuk kuliah secara teratur, mengikuti semua tata tertib kampus atau universitas serta mengerjakan tugas setiap mata kuliah yang diambil. Dalam proses menjalani masa studi di sebuah perguruan tinggi tidak jarang mahasiswa selalu menemukan kendala yang berasal dari proses belajar. Menurut Soewandi (dalam Kusumawati & Cahyani, 2013) kendala-kendala tersebut berupa kurang mandiri dalam belajar, tidak terbiasa dengan sistem mata kuliah, menunda tugas yang telah diberikan oleh dosen, kurang mandiri dalam belajar, tugas-tugas akademik yang setiap semesternya semakin berat, dan banyak mahasiswa belajar hanya ketika mendekati ujian saja, bahkan tidak jarang mereka belajar hingga larut malam karena banyaknya materi yang harus dipelajari.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fasikhah dan Fatimah (2013) mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa masih banyak yang melakukan kegiatan belajar tanpa melakukan perencanaan, pemantauan, pengontrolan dan evaluasi dalam belajarnya sendiri. Akibatnya mereka lebih senang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas (*procrastination*), mengerjakan tugas asal-asalan (*copy paste*, sekedar titip nama), mengumpulkan tugas kuliah tidak tepat waktu, mengerjakan tugasnya ketika waktu yang telah ditentukan semakin dekat, belajar dengan sistem kebut semalam “SKS” dalam menghadapi ujian tengah semester maupun ujian akhir semester dan sering datang terlambat mengikuti kuliah.

Menurut penelitian Savitri (dalam Suharsono & Savira, 2013) fenomena lain yang umum terjadi dikalangan mahasiswa adalah sebagian perilaku mahasiswa banyak menghabiskan waktu hanya untuk bermain dan urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik, seperti lebih suka bergadang, lebih memilih berjalan-jalan di *mall*, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan *game online* dan suka menunda tugas atau pekerjaan yang telah diberikan dosen.

Berdasarkan data pra penelitian yang dilakukan pada tanggal 25 Maret 2019 kepada 10 mahasiswa yang ada di Universitas Islam Riau sebanyak 8 dari 10 subjek lebih memilih mengerjakan tugas kuliah sehari sebelum batas akhir pengumpulan, sekitar 6 subjek lebih memilih jalan bersama teman-teman daripada harus mengerjakan tugas kuliah dan sekitar 7 subjek merasa takut tidak dapat menyelesaikan tugas yang sulit. Hal-hal inilah yang dapat memicu munculnya perilaku prokrastinasi pada bidang akademik. Prokrastinasi akademik dapat diasumsikan bahwa mahasiswa memiliki resiko tinggi untuk menunda-nunda tugas-tugas yang berkaitan dengan bidang akademik.

Menurut Burka dan Yuen (2008) dimana pada tahun 2007 di luar negeri perkiraan prokrastinasi yang terjadi di kalangan mahasiswa sekitar 75% dengan 50% diantaranya melakukan prokrastinasi secara konsisten dan mengaggapnya sebagai suatu masalah. Sedangkan menurut Kartadinata dan Tjundjing (2008) mengatakan bahwa penelitian diamerika menemukan bahwa hampir 50% dari mahasiswa menunda-nunda secara konsisten. Sekitar 95% mahasiswa melakukan

penundaan pada permulaan atau penuntasan tugas dan sebanyak 70% mahasiswa sering melakukannya.

Fakta yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Solomon dan Rothblum (dalam Sutanto dkk, 2013) menyebutkan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sebanyak 46% hampir selalu atau selalu menunda-nunda dalam menulis tugas makalah, hampir 27,6% mahasiswa menunda-nunda belajar untuk ujian dan sekitar 30,1% menunda-nunda dalam membaca tugas mingguan.pada tingkat yang paling rendah sekitar 10,6% menunda dalam tugas administratif, menunda dalam menghadiri pertemuan kuliah sebanyak 23% dan kinerja secara keseluruhan 10,2% dalam prokrastinasi.

Menurut Burka dan Yuen (dalam Putri, 2016) mengatakan bahwa prokrastinasi terjadi pada setiap kalangan individu tanpa memandang status, usia, jenis kelamin serta memperkirakan hampir sekitar 90% mahasiswa telah menjadi prokrastinator dan sekitar 25% dari prokrastinator pada umumnya mundur dari perguruan tinggi. Ellis & Knaus (dalam Steel, 2007) menemukan bahwa hampir 80% - 95% mahasiswa terlibat dalam melakukan prokrastinasi akademik.

Menurut Ellis dan Knaus (dalam Ghufron, 2010) menyatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Prokrastinasi akademik umumnya terjadi karena adanya kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas, sehingga prokrastinasi akademik dapat didefinisikan sebagai prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik. Mahasiswa membutuhkan yang namanya *self-regulated learning*

(SRL) dalam hal proses belajar. *Self-regulated learning* sangat dibutuhkan mahasiswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit, serta mencapai indeks prestasi tinggi melalui usaha-usaha yang jujur dan bertanggung jawab.

Menurut Chung (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) belajar tidak hanya dikontrol oleh aspek eksternal saja, melainkan dikontrol oleh aspek internal juga yang diatur oleh diri sendiri (*self-regulated*). Oleh karena itu, belajar harus dipahami sebagai suatu yang berkaitan dengan proses aktif, konstruktif dan *self-regulated*.

*Self-regulated learning* sangat penting bagi mahasiswa khususnya dalam konteks pembelajaran yang menekankan pada pendekatan berpusat pada mahasiswa (*student centered approach*). Pendekatan belajar ini menuntut keterlibatan aktif mahasiswa dalam pembelajaran, atau bentuk pembelajaran yang menuntut adanya kebutuhan untuk beralih dari kegiatan dosen mengajar menjadi lebih kepada praktek refleksi diri bagi mahasiswa. Dengan adanya *Self-regulaed learning*, individu dapat mengaplikasikan strategi belajar guna meningkatkan proses belajar dan hasil (Zimmerman, 2002).

Menurut Suriyah dan Tjundjing (2007) bahwa mahasiswa yang tidak dapat membuat perencanaan studi atau akademik, mereka tidak akan dapat mengetahui prioritas tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu. Hal ini yang kemudian dapat menimbulkan perilaku mengesampingkan tugas yang penting karena

melakukan hal yang lain. Dalam keadaan seperti inilah mahasiswa sudah menunda mengerjakan tugas karena alasan yang tidak jelas.

Zimmerman (2002) menyatakan bahwa mahasiswa yang meregulasi diri dalam belajar dikarakteristikan sebagai pembelajar strategik, mampu mengontrol dan bertanggung jawab terhadap pembelajarannya, memiliki motivasi yang superior, metode belajar yang adaptif, sukses secara akademik, dan memandang masa depannya secara optimis.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suharsono dan Savira (2013) pada siswa sekolah SMA akselerasi di kota Malang yakni menunjukkan sebuah hubungan yang signifikan dan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik, hal ini ditunjukkan dengan adanya *self-regulated learning* yang dimiliki oleh seorang individu dapat mengurangi dampak perilaku prokrastinasi akademik. Pada penelitian ini *self-regulated learning* memberikan sumbangan sebesar 54,6% artinya individu tersebut memiliki perencanaan yang baik untuk dapat mengelola waktu dan mencapai tujuan belajar yang baik, mengorganisasi informasi secara startegis serta mempertahankan motivasi guna mendukung aktivitas belajarnya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hardhito dan Leonardi (2016) dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga dari total 115 mahasiswa menunjukkan bahwa 60,87% subjek terkategori memiliki *self-regulated learning* yang sedang, 32,17% subjek terkategori tinggi, dan 6,96% subjek terkategori rendah. Artinya, mayoritas dari seluruh subjek penelitian memiliki

*self-regulated learning* sedang. Sedangkan jika ditinjau dari jenis kelamin yakni perempuan dengan 35% memiliki kategori *self-regulated learning* yang tinggi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rizvi, dkk (1997) yang juga melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik ditinjau dari pusat kendali dan efikasi diri pada 111 Mahasiswa Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta, hasilnya menunjukkan bahwa 20,38% mahasiswa telah melakukan prokrastinasi akademik dan didapat hubungan positif antara prokrastinasi akademik dengan pusat kendali eksternal. Dengan demikian terbukti bahwa prokrastinasi akademik lebih besar kemungkinan muncul pada subjek mahasiswa dengan efikasi-diri rendah dan pusat kendali eksternal.

Menurut Pintrinch & Groot (dalam Kristiyani, 2016) Komponen-komponen penting dalam *self-regulated learning* meliputi strategi metakognitif untuk merencanakan, memonitor, dan memodifikasi kognisi mereka. Komponen kedua adalah manajemen diri yang dapat mengontrol usaha mereka dalam mengerjakan tugas yang sulit. Komponen ketiga adalah strategi kognitif aktual yang siswa lakukan untuk belajar, mengingat dan memahami materi. Ketiga komponen ini sangatlah penting untuk menilai ketiga komponen dari *self-regulated learning* untuk mengetahui perbedaan individu dalam motivasi dan untuk memahami bagaimana karakteristik individu berhubungan dengan keterlibatan kognitif siswa dan performansi akademik di dalam kelas.

Melihat dari pentingnya *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa, membuat penulis tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan hasil uraian latar belakang diatas, dirumuskan permasalahan apakah ada hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau.

#### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan yang diadakannya penelitian ini dapat diambil beberapa manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### 1) Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan atau menjadi sumber referensi yang berguna dalam bidang Psikologi, khususnya dalam Psikologi Pendidikan yang membahas mengenai hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau.



2) Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai masukan bagi pihak Universitas ataupun Fakultas dan mampu memberikan pemahaman mengenai *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Definisi Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka dan Yuen (2008) prokrastinasi berasal dari kata kerja “procrastinate” yang berasal dari gabungan dua kata bahasa latin yaitu *procrastinus*, dengan awalan “pro” yang berarti *forward* yang artinya maju atau mendorong ke depan, dan akhiran “crastinus” yang berarti *belonging to tomorrow* atau milik hari esok. Jika digabungkan menjadi “procrastinus” yang mempunyai arti *forward it to tomorrow* (teruskan sampai besok) atau dengan kata lain berarti “saya akan melakukannya nanti”. Dari kedua kata tersebut *pro-crastinus* adalah suatu keputusan untuk menunda pekerjaan ke hari berikutnya.

Menurut Solomon dan Rothblum (dalam Fauziah, 2015) prokrastinasi yang berkaitan dengan lingkup akademik, dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademik seperti mengerjakan tugas, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah sampai batas akhir waktu yang tersedia.

Knaus (2010) menjelaskan bahwa prokrastinasi adalah suatu masalah kebiasaan yang bersifat otomatis dalam menunda suatu hal atau kegiatan yang penting dan berjangka waktu sampai waktu yang telah ditentukan telah habis yang mana proses penundaana ini memiliki sebuah konsekuensi.

Wolters (2003) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas-tugas yang berada pada lingkup akademik dalam kurun waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai batas waktu terakhir.

Tuckman (1990) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik adalah hasil dari hilangnya kemampuan pengaturan regulasi diri dan kecenderungan untuk menunda atau menghindari aktivitas tertentu khususnya dalam bidang-bidang akademik. Penyebab prokrastinasi akademik menurut Tuckman (1990) adalah hasil dari kombinasi dari (a) ketidakpercayaan diri mengenai kemampuan dirinya untuk menyelesaikan suatu tugas, (b) ketidakmampuan untuk menunda hal yang menyenangkan bagi dirinya, dan (c) menyalahkan keadaan eksternal akan beban tugas yang di miliki.

Menurut Steel (2007) prokrastinasi akademik juga berarti perilaku sukarela untuk menunda suatu pengerjaan tugas atau tindakan yang sudah diinginkan sekalipun sudah dapat diprediksi bahwa penundaan akan memperburuk keadaan. Silver (dalam Ferrari dkk, 1995) juga menyatakan bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik tidak bermaksud untuk menghindari atau mengindahkan tugas yang dihadapi, akan tetapi individu hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya hingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu

Menurut Ferrari dkk (1995) prokrastinasi akademik adalah penundaan yang biasa dilakukan oleh pelajar atau mahasiswa yang khusus terjadi pada konteks tugas-tugas akademis. Sedangkan menurut Aitken (dalam Ferrari dkk, 1995) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan pada tugas formal di bidang akademik seperti menulis *paper*, membaca buku-buku literature, mengetik makalah, belajar untuk ujian, dan membuat karya ilmiah.

Berdasarkan pemaparan teori dari para tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat didefinisikan sebagai kegiatan untuk menunda atau melakukan sesuatu yang dilakukan oleh individu secara terus-menerus dan berulang-ulang dengan sengaja khususnya dalam bidang akademik dengan cara seperti membuang waktu dalam hal mengerjakan tugas atau dalam bidang akademik lainnya (mengerjakan tugas, belajar menghadapi ujian, membaca buku dan lain sebagainya), kesulitan dan menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai dan menyalahkan orang lain.

## 2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Tuckman (1990) menyatakan terdapat beberapa aspek-aspek prokrastinasi antara lain kecenderungan untuk menunda atau menunda melakukan sesuatu, kesulitan dan penghindaran dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai, menyalahkan orang lain. Adapun penjelasan dari setiap aspek-aspek tersebut adalah:

- a. Kecenderungan untuk menunda atau menunda melakukan sesuatu

Kecenderungan untuk menunda atau menunda melakukan sesuatu merupakan keinginan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal-hal lain yang kurang penting.

- b. Kesulitan dan menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai

Ini merupakan kecenderungan untuk merasa keberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan.

- c. Menyalahkan keadaan eksternal

Menyalahkan keadaan eksternal merupakan kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain atau lingkungan atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi dibagi menjadi tiga bagian, kecenderungan untuk menunda atau menunda melakukan sesuatu, kesulitan dan menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai, menyalahkan keadaan eksternal. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan aspek-aspek prokrastinasi yang dikemukakan oleh Tuckman (1990).

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi akademik

Menurut Ferrari (dalam Ghufron & Risnawita, 2010) memaparkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adapun penjelasan dari setiap faktor sebagai berikut:

#### a. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor tersebut meliputi:

##### 1. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu. Tingkat inteligensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irrasional yang dimiliki seseorang.

##### 2. Kondisi psikologis individu

Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi instrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas maka akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif.

1. Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan *avoidance procrastination* menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

2. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

## B. *Self-regulated Learning* (SRL)

### 1. Definisi *Self-regulated Learning*

*Self-regulated learning* menurut Zimmerman (dalam Kristiyani, 2016) adalah suatu proses mengatur diri sendiri sampai pada tingkat bahwa mereka adalah peserta yang aktif secara metakognisi, motivasi dan berperilaku dalam proses belajar mereka sendiri yang meliputi pembuatan pencapaian tujuan, perencanaan sesuai tujuan yang telah ditetapkan, penggunaan strategi, pemantauan terhadap pelaksanaan strategi, serta evaluasi diri terhadap seluruh proses belajar yang dijalani. *Self-regulated learning* dapat berlangsung apabila seseorang secara sistematis mengarahkan perilaku dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi-instruksi, tugas-tugas, melakukan proses dan menginterpretasikan pengetahuan, mengulang-ulang informasi untuk mengingatnya serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positif tentang kemampuan belajar dan mampu mengantisipasi hasil belajarnya.

Menurut Chin (dalam Kristiyani, 2016) *self-regulated learning* didefinisikan sebagai suatu proses dimana pelajar melakukan strategi dengan meregulasi kognisi, metakognisi, dan motivasi. Strategi kognisi meliputi usaha mengingat kembali dan melatih materi terus-menerus, elaborasi dan strategi mengorganisir materi. Strategi metakognisi meliputi merencanakan, memonitor dan mengevaluasi. Strategi motivasional meliputi menilai belajar sebagai kebutuhan diri dan tetap bertahan ketika menghadapi kesulitan.



Menurut Woolfolk (2009) *self-regulated learning* adalah kombinasi keterampilan belajar akademik serta pengendalian diri yang dimiliki seseorang dalam belajar. Sedangkan menurut Slavin (2009) *self-regulated learning* merupakan orientasi pembelajaran yang menggunakan strategi metakognisi untuk memperoleh kompetensi, pengetahuan dan peningkatan diri dibidang kemampuan yang diajarkan sehingga ketika siswa menghadapi rintangan mereka cenderung terus mencoba dan motivasi agar mengalami peningkatan dalam pembelajaran.

Santrock (2007) mengatakan bahwa *self-regulated learning* adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk dapat meningkatkan atau mencapai suatu tujuan tertentu. Tujuan ini berupa tujuan akademik meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevansi atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya).

Berdasarkan pemaparan teori dari para tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* dapat didefenisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mandiri dalam belajar yang secara aktif melibatkan kemampuan metakognitif yaitu kemampuan untuk merencanakan, mengatur strategi dan mengevaluasi aktivitas belajar, motivasi yaitu adanya keinginan untuk berhasil dan harapan yang ingin dicapai dalam proses belajar serta perilaku yang dapat mengatur waktu dan

lingkungan untuk mempermudah proses belajar dan berusaha mencoba mencari bantuan dari teman sebaya, dosen atau orang lain dengan tujuan dapat meningkatkan pemahaman dan mencapai hasil yang diinginkan dalam proses belajar.

## 2. Aspek-Aspek *Self-regulated Learning*

Menurut Zimmerman (dalam Kristiyani, 2016) *self-regulated learning* terdiri atas tiga aspek umum yang berperan penting di dalam proses pembelajaran ketiga aspek tersebut adalah metakognitif, motivasi serta perilaku. Adapun penjelasan dari setiap aspek tersebut adalah:

### a. Metakognitif

Metakognitif disini berkaitan dengan belajar yang diartikan sebagai kemampuan untuk memantau seberapa baik seseorang memahami sesuatu dan kemampuan untuk meregulasi aktivitas belajar. Metakognitif merupakan kesadaran siswa tentang kelebihan dan kelemahannya dalam bidang akademik secara umum dan sumber-sumber kognitif yang dapat diterapkan ketika berhadapan dengan tuntutan tugas tertentu. Metakognitif juga diartikan sebagai pengetahuan dan keterampilan siswa mengenai bagaimana bagaimana meregulasi keterlibatannya dalam suatu tugas untuk mengoptimalkan proses dan hasil belajar.

### b. Motivasi

Motivasi yaitu keinginan atau dorongan siswa untuk terlibat dan berusaha komit untuk menyelesaikan tugas. Motivasi mengacu

pada aktivitas yang mendorong individu terlibat pada tugas atau untuk mengejar tujuan di dalam belajar. Motivasi tampak dari pilihan siswa untuk terlibat dalam aktivitas tertentu dan intensitas dari usaha dan ketekunannya terhadap aktivitas tersebut.

c. Perilaku

Perilaku mengacu pada kemampuan individu dalam mengontrol perilakunya dalam belajar seperti kemampuan dalam mengatur waktu, mengatur lingkungan fisik, serta kemampuan dalam memanfaatkan orang-orang yang ada di lingkungan seperti keluarga, guru dan teman-teman sebaya yang ada di lingkungan dalam upaya meningkatkan keterampilan dalam proses belajar.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *self-regulated learning* dibagi menjadi tiga bagian, yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan aspek-aspek *self-regulated learning* yang dikemukakan oleh Zimmerman (dalam Kristiyani, 2016).

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-regulated Learning*

Menurut Zimmerman (1989) memaparkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* ditentukan oleh:

a. Faktor Dalam Diri (*Person*)

*Self-regulated learning* pada individu salah satunya dipengaruhi oleh proses dalam diri yang saling berhubungan. Proses personal diantaranya yaitu pengetahuan yang dimiliki individu, proses

pengambilan keputusan metakognitif, tujuan dan kognisi akademis dan kondisi afeksi.

#### 1. Pengetahuan yang dimiliki individu

Pengetahuan individu dapat dibedakan menjadi pengetahuan deklaratif dan pengetahuan regulasi atau pengetahuan tentang bagaimana mengarahkan diri.

##### a) Pengetahuan Deklaratif

Pengetahuan deklaratif diorganisasikan berdasarkan struktur, urutan dan hirarkinya. Pengetahuan deklaratif yaitu pengetahuan yang berupa pernyataan. Informasi yang diterima berupa pengetahuan yang didapat sesuai dengan lingkungan tanpa melalui proses pemikiran lebih lanjut.

##### b) Pengetahuan regulasi atau pengetahuan tentang bagaimana mengarahkan diri

Pengetahuan *self-regulated learning* individu diasumsikan ada dua, yakni pengetahuan prosedural dan pengetahuan bersyarat karena suatu kondisi tergantung oleh strategi yang digunakan individu. Pengetahuan prosedural mengarah pada pengetahuan bagaimana menggunakan strategi, sedangkan pengetahuan bersyarat merujuk pada pengetahuan kapan dan mengapa strategi tersebut berjalan efektif. Pengetahuan *self-regulated learning* tidak hanya tergantung pada pengetahuan

individu, melainkan juga proses metakognitif pada pengambilan keputusan dan performa yang dihasilkan.

## 2. Proses pengambilan keputusan metakognitif

Proses ini melibatkan perencanaan atau analisis tugas yang berfungsi mengarahkan usaha pengontrolan belajar dan mempengaruhi timbal balik dari usaha tersebut. Pengambilan keputusan metakognitif tergantung juga pada tujuan jangka panjang individu untuk belajar. Tujuan dan pemakaian proses kontrol metakognitif dipengaruhi oleh persepsi terhadap efikasi diri dan afeksi.

## 3. Tujuan dan kognisi akademis

Tujuan akademis menjadi alasan adanya variasi dalam penggunaan strategi *self-regulated learning* diantara individu yang berprestasi tinggi dan rendah. Setiap individu memiliki kemampuan dan alasan yang berbeda-beda.

## 4. Kondisi afeksi

Afeksi merupakan bentuk emosi yang dimiliki individu. Bentuk emosi yang dimiliki individu dapat bersifat menghambat atau memperlancar pencapaian prestasi akademis.

### b. Faktor Perilaku (*Behavior*)

Tiga cara respon individu yang berhubungan dengan perilaku *self-regulated learning* meliputi: observasi diri, penilaian diri, dan reaksi diri.

### 1. Observasi Diri

Observasi diri merupakan respon individu yang meliputi pemantauan secara sistematis terhadap performansi mereka sendiri. Proses ini dapat menghasilkan informasi yang mengenai seberapa baik seseorang mengalami kemajuan dalam mencapai tujuan. Observasi diri dipengaruhi oleh beberapa proses personal seperti efikasi diri, penetapan tujuan, dan perencanaan metakognisi.

### 2. Penilaian Diri

Penilaian diri merupakan respon individu yang meliputi secara sistematis membandingkan antara hasil yang sudah dicapai dengan dengan suatu hasil yang telah ditetapkan.

### 3. Reaksi Diri

Reaksi diri meliputi beberapa proses diri seperti penetapan tujuan, persepsi efikasi diri, dan perencanaan metakognisi, dimana hubungan ketiganya bersifat timbal balik.

### c. Faktor Lingkungan (*Enviromnent*)

Terdapat dua jenis pengaruh lingkungan yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning*, yaitu:

#### 1. Pengalaman sosial

Salah satu pengalaman sosial yang mempengaruhi *self-regulated learning* adalah belajar melalui pengamatan secara langsung terhadap perilaku diri perilaku sendiri dan hasil yang diperoleh dari perilaku.

## 2. Struktur lingkungan

Lingkungan diilustrasikan sebagai tindakan individu sebagai tindakan proaktif seperti: meminimisir gangguan berupa polusi udara, mengatur cahaya, mengatur ruangan belajar.

### C. Hubungan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Riau

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu masalah yang sering dilakukan oleh mahasiswa yang terjadi di dalam dunia akademik. Prokrastinasi bisa diartikan sebagai penundaan dalam penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan aktivitas akademik seperti menulis, mengarang, belajar menghadapi ujian dan lainnya. Kegiatan tersebut juga dilakukan oleh individu secara sengaja dan berulang-ulang atau terus-menerus sehingga menyebabkan terbuangnya waktu secara sia-sia dan tugas menjadi tidak selesai.

Penundaan dalam mengerjakan tugas akademik dilakukan dalam kurun waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai batas waktu terakhir (Wolters, 2003). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2013) yang mengatakan bahwa indikator yang paling berpengaruh pada perilaku prokrastinasi akademik yaitu pada indikator penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Adapun sumbangan efektif indikator tersebut sebesar 76%. Pada penelitian tersebut juga didapati adanya hubungan negatif signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dengan koefisien korelasi -0,652 dan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Prokrastinasi akademik juga dapat berakibat negatif pada mahasiswa dengan melakukan penundaan pada kegiatan akademik seperti banyak waktu yang terbuang sia-sia, tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya tidak maksimal. (Ferrari dalam Ghufron, 2003). Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang akan datang apabila perilaku ini terus di ulang-ulang dan tentunya akan mempengaruhi hasil akhir atau prestasi akademik mahasiswa. Munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa dikarenakan banyak mahasiswa yang melakukan kegiatan belajar tanpa melakukan perencanaan, pemantauan, pengontrolan dan evaluasi dalam belajarnya sendiri (Fasikhah & Fatimah, 2013).

Perilaku prokrastinasi akademik muncul dikarenakan adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual individu. Seorang individu mungkin telah merencanakan akan mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditetapkan akan tetapi ketika saat waktu tiba mengerjakan individu tersebut tidak juga melakukan sesuai dengan apa yang telah direncanakannya sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai (Ghufron & Risnawita, 2011). Penelitian terkait juga dilakukan oleh Alfina (2014) bahwa prokrastinasi akademik dikategorikan cenderung sedang yakni sekitar 50% menungkapkan bahwa banyaknya toleransi waktu yang diberikan oleh guru membuat individu sering emnunda dalam memulai mengerjakan dan menyelesaikan sebuah tugas yang telah diberikan.



Kemampuan seseorang dalam hal mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan menggunakan strategi-strategi tertentu dan melibatkan unsur-unsur kognitif, motivasi, perilaku disebut dengan *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* menunjuk kepada belajar yang sebagian besar terjadi dari pikiran, perasaan, strategi, dan perilaku yang dihasilkan individu sendiri yang ditujukan kepada pencapaian tujuan. Mahasiswa yang meregulasi diri dalam belajar dikarakteristikan sebagai pembelajar strategi, mampu mengontrol dan bertanggung jawab terhadap pembelajarannya, memiliki motivasi yang superior, metode belajar yang adaptif, sukses secara akademik, dan memandang masa depannya secara optimis. Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam *self-regulated learning* maka akan dengan mudah melakukan prokrastinasi akademik (Zimmerman. 2002).

Hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Rohmaniyah (2013) terhadap 65 mahasiswa anggota BEM di Universitas X maka didapati terdapat hubungan negatif signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien sebesar -0,468 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* individu maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa tersebut. Maksudnya adalah semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki oleh individu, maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada individu tersebut dan akan terhindar dari perilaku menunda-nunda tugas yang berhubungan dalam bidang akademik

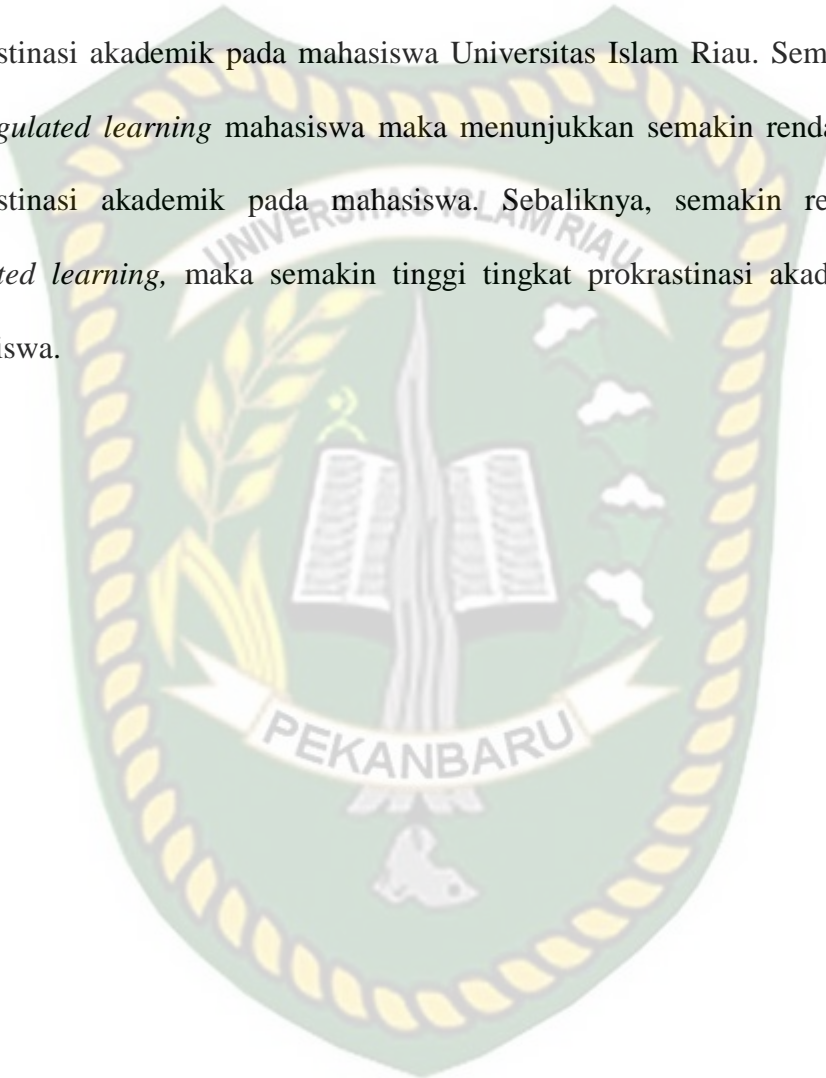
begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa dan mahasiswa tersebut lebih mudah melakukan prokrastinasi akademik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharsono (2013) mengenai hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik didapati bahwa adanya hubungan negatif dan sangat signifikan antara variabel *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dimana koefisien korelasinya sebesar  $(r) = -0,73$  dengan nilai signifikansi  $(p) = 0,000$  artinya semakin besar *self-regulated learning* yang dimiliki oleh seorang individu maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* mempengaruhi prokrastinasi akademik dengan memiliki *self-regulated learning* yang baik, maka mahasiswa dapat terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik dan dapat dengan mudah menyelesaikan tugas-tugas dengan cepat dan tepat waktu. Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan diatas, hal ini memberikan ketertarikan tersendiri bagi penulis untuk meneliti “*Self-regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Riau.

#### D. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti merumuskan hipotesis yaitu adanya hubungan hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Semakin tinggi *self-regulated learning* mahasiswa maka menunjukkan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah *self-regulated learning*, maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Bungin (2006) variabel adalah sebuah fenomena yang bervariasi (berubah-ubah) dalam bentuk kualitas, kuantitas, mutu, standar dan sebagainya.

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- 1) Variabel Bebas (X) : *Self-regulated Learning*
- 2) Variabel Terikat (Y) : Prokrastinasi Akademik

#### B. Definisi Operasional

##### 1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik dapat didefinisikan sebagai kegiatan untuk menunda atau melakukan sesuatu yang dilakukan oleh individu secara terus-menerus dan berulang-ulang dengan sengaja khususnya dalam bidang akademik dengan cara seperti membuang waktu dalam hal mengerjakan tugas atau dalam bidang akademik lainnya (mengerjakan tugas, belajar menghadapi ujian, membaca buku dan lain sebagainya), kesulitan dan menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai dan menyalahkan keadaan eksternal.

##### 2. *Self-Regulated Learning*

*Self-regulated learning* dapat didefenisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mandiri dalam belajar yang secara aktif melibatkan

kemampuan metakognitif yaitu kemampuan untuk merencanakan, mengatur strategi dan mengevaluasi aktivitas belajar, motivasi yaitu adanya keinginan untuk berhasil dan harapan yang ingin dicapai dalam proses belajar serta perilaku yang dapat mengatur waktu dan lingkungan untuk mempermudah proses belajar dan berusaha mencoba mencari bantuan dari teman sebaya, dosen atau orang lain dengan tujuan dapat meningkatkan pemahaman dan mencapai hasil yang diinginkan dalam proses belajar.

### **C. Subjek Penelitian**

#### **1. Populasi Penelitian**

Menurut Bungin (2006) populasi merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, objek-objek itu dapat menjadi sasaran sumber data penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan mahasiswa aktif yang ada di Universitas Islam Riau. Penelitian ini menggunakan populasi yaitu mahasiswa Universitas Islam Riau yang terdiri dari 9 fakultas yang berjumlah 27.337 orang (IT UIR, 2019).

#### **2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah objek atau subjek yang berasal dari bagian populasi yang terpilih menjadi sasaran penelitian. Penentuannya dilakukan dengan melakukan ketelitian baik menentukan keterwakilan yang sesuai dengan karakteristik maupun sifatnya (Sugiyono, 2008).

**a. Jumlah Sampel**

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 348 mahasiswa Universitas Islam Riau. Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan tabel pedoman penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu dengan tingkat kesalahan sebesar 5% (Sugiyono, 2008).

**b. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *random assignment*. *Random assignment* merupakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara pemilihan sampel secara acak untuk memilih kelompok (*group*) mana yang akan dijadikan sebagai sampel dalam sebuah penelitian. Adapun cara pengambilan sampel yaitu:

- 1) Pada tahap pertama peneliti merandom pengambilan wilayah sampel pada 9 fakultas yang ada di Universitas Islam Riau, kemudian wilayah yang terpilih adalah Fakultas Pertanian, Fakultas Teknik, Fakultas Psikologi, Fakultas Ekonomi.
- 2) Pada tahap kedua peneliti merandom program studi pada masing-masing fakultas, kemudian program studi yang terpilih adalah Fakultas Pertanian dengan prodi Agroteknologi, Fakultas Teknik dengan prodi Teknik Sipil, Fakultas Psikologi dengan prodi Ilmu Psikologi dan Fakultas Ekonomi dengan prodi Manajemen.

- 3) Pada tahap ketiga peneliti merandom semester pada masing-masing fakultas yang telah terpilih adalah yang sedang menjalani semester 1, 3 dan 5.

#### **D. Metode Pengumpulan data**

Menurut Bungin (2006) metode pengumpulan data adalah suatu instrumen pengumpulan data yang akan menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian. Adapun metode pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan skala. Azwar (2014) skala adalah sejumlah pernyataan tertulis yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui pernyataan yang dijawab oleh responden dalam penelitian tersebut.

Dalam penelitian ini skala yang digunakan terdiri dari dua bagian skala yaitu skala prokrastinasi akademik dan skala *self-regulated learning* yang disusun dengan menggunakan model skala *likert*. Model skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang terhadap fenomena (Sugiyono, 2008). Skala *likert* terdiri dari aitem-aitem pernyataan yang harus di jawab oleh subjek dengan cara memilih satu dari alternative jawaban yang telah disediakan yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Skala dalam penelitian ini terdiri atas dua macam pernyataan sikap yaitu pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Menurut Azwar (2017) pernyataan yang *favorable* yaitu berisi konsep berperilaku yang sesuai atau mendukung atribut yang diukur. Sedangkan pernyataan yang *unfavorable* yaitu konsep

keperilakuan yang bertentangan atau tidak mendukung ciri perilaku yang dikehendaki oleh indikator keperilakuannya.

Skala yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari 4 respon jawaban yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Hal ini dilakukan peneliti dengan alasan untuk menghilangkan *central tendency effect* yaitu kecenderungan subjek memilih jawaban netral sebagai jawaban aman (Supratiknya, 2014).

Masing-masing jawaban memiliki skor yang berbeda-beda dimulai dari 1 sampai 4. Skor untuk respon pernyataan *favorable* Sangat Setuju = 4, Setuju = 3, Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak Setuju = 1. Sebaliknya untuk respon *unfavorable* Sangat Tidak Setuju = 4, Tidak Setuju = 3, Setuju = 2, Sangat Setuju = 1.

#### **1. Skala Prokrastinasi Akademik**

Skala yang digunakan pada penelitian ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Tuckman (1990) yaitu: (1) kecenderungan untuk menunda atau melakukan sesuatu (2) kesulitan untuk menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai (3) menyalahkan keadaan eksternal. Aspek-aspek tersebut dijabarkan dalam bentuk aitem yang terdiri dari pernyataan. Skala prokrastinasi akademik sebelum diuji coba terdiri dari 40 butir dengan *favorable* sebanyak 20 butir dan *unfavorable* sebanyak 20 butir.



**Tabel 3.1**

**Tabel *Blueprint* Prokrastinasi Akademik Sebelum *Try Out***

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kecenderungan untuk menunda atau menunda dalam melakukan sesuatu	- Membuang waktu dalam hal mengerjakan tugas atau dalam bidang akademik lainnya (mengerjakan tugas, belajar untuk menghadapi ujian, menulis <i>paper</i> , dan membaca buku-buku <i>literature</i> )	1, 2, 6, 16	3, 7, 8, 10	8
2.	Kesulitan dan menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai	- Melakukan aktivitas lain yang perlu dilakukan atau aktivitas yang dianggap menghibur	15, 16, 24, 27, 28	4, 11, 12, 21, 30	10
		- Tidak yakin akan kemampuan diri	5, 23, 29	9, 13, 22	6
3.	Perilaku	- Menyalahkan orang lain	14, 17, 36, 37	25, 26, 33, 40	8
		- Menyalahkan keadaan atau lingkungan	19, 20, 31, 32	34, 35, 39, 38	8
Jumlah					40

## 2. Skala *Self-regulated Learning*

Skala yang digunakan pada penelitian ini menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (dalam Kristiyani, 2016) yaitu: (1) metakognitif, (2) motivasi, (3) perilaku. Aspek-aspek tersebut dijabarkan dalam bentuk aitem yang terdiri dari pernyataan. Skala *self-regulated*

*learning* sebelum diuji coba terdiri dari 60 butir dengan *favorable* sebanyak 30 butir dan *unfavorable* sebanyak 30 butir.

**Tabel 3.2**  
**Tabel *Blueprint Self-regulated Learning* Sebelum Try Out**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Metakognitif	- Kemampuan untuk merencanakan strategi belajar yang akan digunakan	1, 3, 4, 8, 11, 18, 21	2, 5, 6, 7, 12, 15, 22	14
		- Mampu mengatur strategi untuk mengatasi kegagalan	9, 10, 13, 14	16, 17, 23, 24	8
		- Mampu mengevaluasi aktivitas belajar	19, 26, 29, 32	20, 25, 30, 33	8
2.	Motivasi	- Adanya keinginan untuk meraih keberhasilan	27, 31, 35, 36, 39	28, 34, 37, 38, 41	10
		- Adanya harapan yang dicapai dalam proses belajar	40, 42, 43	46, 47, 51	6
3.	Perilaku	- Mengatur waktu dan lingkungan untuk mempermudah proses belajar	44, 45, 48, 53	49, 52, 54, 58	8
		- Berusaha mencoba mencari bantuan dari teman sebaya, dosen dan orang lain	50, 56, 59	55, 57, 60	6
Jumlah					60

## E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari *validity* yang diartikan sebagai ketepatan atau kecermatan alat ukur yang sesuai dengan tujuan dan fungsi pada penelitian. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran (Azwar, 2014).

Validitas yang digunakan dalam penelitian yaitu validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement*. Aitem-aitem skala harus mewakili setiap komponen-komponen dalam keseluruhan aspek yang akan diukur serta sejauh mana aitem-aitem pada skala yang mencerminkan ciri pada perilaku yang akan diukur (aspek relevansi) (Azwar, 2014).

### 2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang mempunyai arti kepercayaan atau konsistensi. Menurut Azwar (2014) reliabilitas adalah sejauh mana suatu pengukuran dapat dipercaya untuk mengukur suatu objek ukur. Tujuan dari reliabilitas adalah untuk mengetahui sejauh mana pengukuran data dapat memberikan hasil relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran pada subjek yang sama atau dengan kata lain untuk

menunjukkan adanya kesesuaian antara sesuatu yang diukur dengan jenis alat pengukur yang dipakai.

Uji reliabilitas yang peneliti gunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan pendekatan konsistensi internal yaitu formula *Alpha Cronbach*. Adapun reliabilitas berkisar antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 maka reliabilitas alat ukur semakin tinggi, dan jika koefisien reliabilitas alat ukur mendekati 0 maka semakin rendah tingkat reliabilitasnya. Hasil uji reliabilitas skala pada penelitian ini menggunakan program komputer *SPSS 19.0 for Windows*.

## **F. Metode Analisis Data**

Metode analisa data adalah cara yang digunakan dalam mengolah dan menganalisis data yang diperoleh sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan. Analisa data juga menggunakan aplikasi *SPSS 19.0 for windows*.

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah skor variabel yang diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak. Menurut Hadi (2000) ada anggapan bahwa skor variabel yang dianalisis mengikuti hukum sebaran normal baku (kurva) dari Gauss. Jika sebaran normal, artinya tidak ada perbedaan signifikan antara frekuensi yang diamati dengan frekuensi teoritis kurva. Kaidah yang dipakai bila  $p$  dari nilai  $Z$  (*kilmogrov-Smirnov*)  $> 0,05$  maka sebaran normal, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran tidak

normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS 19.0 for Windows*.

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas dapat mengetahui taraf keberartian penyimpangan dari linearitas hubungan tersebut, apabila penyimpangan tersebut tidak berarti, maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dianggap linear. Dengan melihat nilai  $p$  dari nilai  $F$  (*Deviation from linearity*). Jika  $p > 0,05$  maka hubungan linear, tetapi jika  $p < 0,05$  maka hubungan tidak linear. Perhitungan uji linearitas menggunakan program komputer *SPSS 19.0 for Windows*.

## 3. Uji Hipotesis

Uji asumsi atau uji prasyarat terdiri dari uji normalitas data dan uji linearitas kemudian dilakukan uji hipotesis. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui adanya hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji analisis korelasi *pearson product moment* yang bertujuan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan) dua variabel antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat. Perhitungan analisis dilakukan dengan bantuan program *SPSS 19.0 for Windows*.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Persiapan Penelitian

##### 1. Orientasi Kancha Penelitian

Tahapan pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah menentukan lokasi penelitian akan dilakukan dan juga mempersiapkan segala keperluan dalam penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Riau. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *random assignment*. Peneliti mengundi fakultas yang akan dijadikan kelompok penelitian di Universitas Islam Riau. Cara pemilihan dimulai dari kelompok yang terbesar hingga terkecil, sehingga terpilih jumlah sampel yang sesuai tabel 4.1 dibawah ini.

**Tabel 4.1**  
**Penyebaran Sampel**

Fakultas	Prodi	Semester	Sampel	Total
Psikologi	Ilmu Psikologi	1	26	87
		3	29	
		5	32	
Pertanian	Agribisnis	1	30	88
		3	29	
		5	29	
Ekonomi	Manajemen	1	28	87
		3	30	
		5	29	
Teknik	Teknik Sipil	1	28	86
		3	29	
		5	29	
<b>Jumlah</b>				<b>348</b>

## 2. Proses Perizinan

Sebelum proses penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu harus menentukan tempat dimana penelitian akan berlangsung dan mempersiapkan segala keperluan yang berkaitan dengan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian yang ditetapkan. Peneliti juga mengurus administrasi dan surat permohonan izin penelitian yang di keluarkan oleh Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

## 3. Pengembangan Alat Ukur Penelitian

Tahapan yang dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian adalah mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian. Ada beberapa tahapan yang peneliti lakukan dalam mempersiapkan alat ukur yaitu: penulisan aitem, uji validitas isi, uji coba skala (*try out*), analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala.

### a. Skala Prokrastinasi Akademik

Tahapan yang peneliti lakukan dalam mempersiapkan alat ukur prokrastinasi akademik yaitu: penulisan aitem, validitas isi, uji coba skala (*try out*), analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala.

#### 1. Penulisan aitem

Penulisan aitem dilakukan berdasarkan teori yang digunakan dalam penelitian. Penulisan aitem dimulai dari mencari aspek dari teori yang digunakan kemudian peneliti membuat indikator perilaku dari setiap aspek. Setelah membuat indikator dari masing-masing aspek peneliti kemudian membuat

aitem yang sesuai dengan indikator yang telah ditentukan. Penulisan aitem dibagi menjadi dua tipe yaitu aitem *favorable* dan *unfavorable*.

2. Validitas isi aitem

Validitas isi dengan cara meminta *judgement* kepada professional untuk menilai kesesuaian aitem dengan konstruk teori yang digunakan. Dalam proses validasi isi terdapat beberapa aitem yang harus diperbaiki hingga dibuang.

3. Uji coba (*try out*)

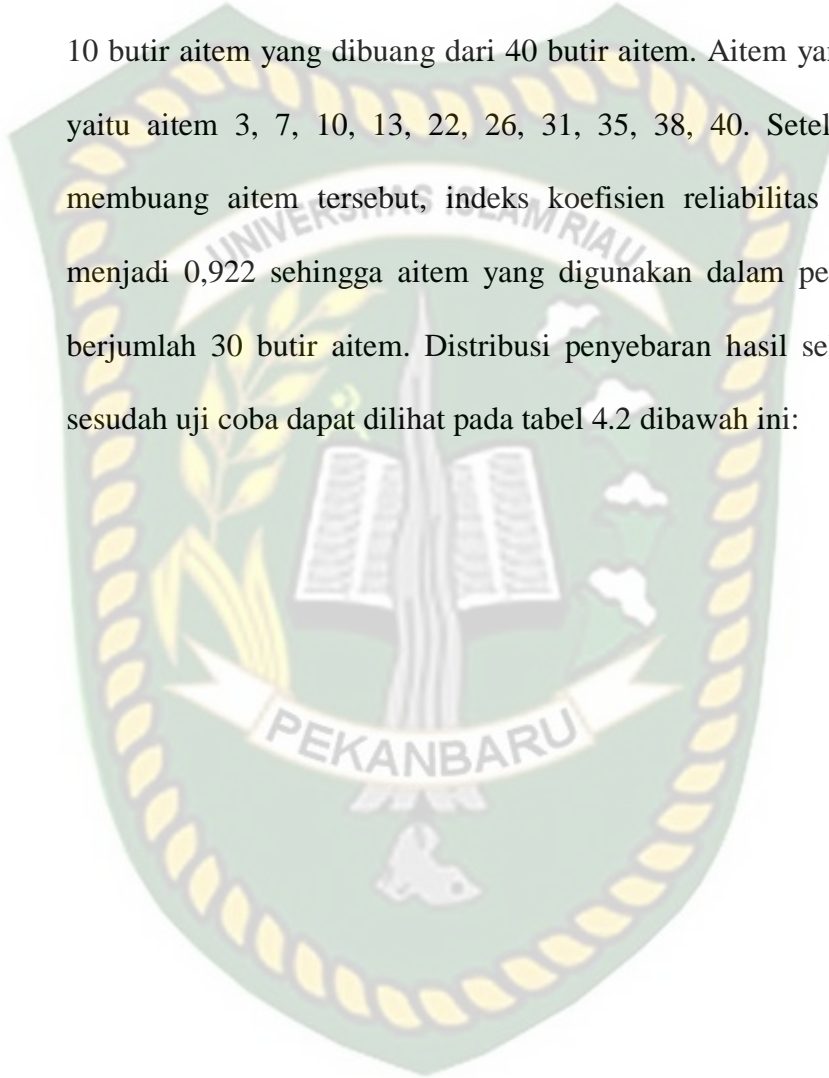
Uji coba skala dilaksanakan pada tanggal 08 Oktober 2019 dengan 80 mahasiswa di Universitas Islam Riau yang dilakukan selama 3 hari. Proses penyebaran skala dilakukan oleh peneliti dengan cara membagikan skala kepada mahasiswa yang ada disekitaran Universitas Islam Riau dan diambil pada hari yang sama.

4. Analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala

Analisis daya beda aitem bertujuan untuk melihat kemampuan aitem yang membedakan subjek dengan *trait* tinggi dan rendah. Menurut Azwar (2014) aitem yang baik memiliki koefisien daya beda  $\geq 0,25$ . Daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur diketahui dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* dengan bantuan perangkat lunak *SPSS 19.0 for Windows*.



Berdasarkan hasil analisa skala prokrastinasi akademik sebelum dilakukan analisis daya beda aitem, reliabilitas skala prokrastinasi akademik adalah 0,907 setelah dilakukan analisi daya beda, terdapat 10 butir aitem yang dibuang dari 40 butir aitem. Aitem yang dibuang yaitu aitem 3, 7, 10, 13, 22, 26, 31, 35, 38, 40. Setelah peneliti membuang aitem tersebut, indeks koefisien reliabilitas meningkat menjadi 0,922 sehingga aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 butir aitem. Distribusi penyebaran hasil seleksi aitem sesudah uji coba dapat dilihat pada tabel 4.2 dibawah ini:



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

Tabel 4.2

Tabel *Blueprint* Prokrastinasi Akademik Sesudah Try Out

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kecenderungan untuk menunda atau menunda dalam melakukan sesuatu	- Membuang waktu dalam hal mengerjakan tugas atau dalam bidang akademik lainnya (mengerjakan tugas, belajar untuk menghadapi ujian, menulis <i>paper</i> , dan membaca buku-buku <i>literature</i> )	1, 2, 6, 16	<b><u>3, 7, 8, 10</u></b>	8
2.	Kesulitan dan menghindari dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai	- Melakukan aktivitas lain yang perlu dilakukan atau aktivitas yang dianggap menghibur	15, 16, 24, 27, 28	4, 11, 12, 21, 30	10
		- Tidak yakin akan kemampuan diri	5, 23, 29	9, <b><u>13, 22</u></b>	6
3.	Perilaku	- Menyalahkan orang lain	14, 17, 36, 37	25, <b><u>26</u></b> , 33, <b><u>40</u></b>	8
		- Menyalahkan keadaan atau lingkungan	19, 20, <b><u>31</u></b> , 32	34, <b><u>35</u></b> , 39, <b><u>38</u></b>	8
Jumlah					40

**Keterangan:** aitem yang **ditebalkan** (*bold*) dan diberi **garis bawah** (*underline*) adalah aitem yang gugur

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa setelah dilakukan *try out* nomor aitem yang gugur adalah 3, 7, 10, 13, 22, 26, 31, 35, 38, 40 sehingga aitem tersebut tidak dimasukkan kedalam *blue print* skala prokrastinasi akademik untuk penelitian yang menjadi 30 aitem.

**b. Skala *Self-regulated Learning***

Tahapan yang peneliti lakukan dalam mempersiapkan alat ukur prokrastinasi akademik yaitu: uji coba skala (*try out*), analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala.

1) Penulisan aitem

Penulisan aitem dilakukan berdasarkan teori yang digunakan dalam penelitian. Penulisan aitem dimulai dari mencari aspek dari teori yang digunakan kemudian peneliti membuat indikator perilaku dari setiap aspek. Setelah membuat indikator dari masing-masing aspek peneliti kemudian membuat aitem yang sesuai dengan indikator yang telah ditentukan. Penulisan aitem dibagi menjadi dua tipe yaitu aitem *favorable* dan *unfavorable*.

2) Validitas isi aitem

Validitas isi dengan cara meminta judgement kepada professional untuk menilai kesesuaian aitem dengan konstruk teori yang digunakan. Dalam proses validasi isi terdapat beberapa aitem yang harus diperbaiki hingga dibuang.

3) Uji coba (*try out*)

Uji coba skala dilaksanakan pada tanggal 08 Oktober 2019 dengan 80 mahasiswa di Universitas Islam Riau yang dilakukan selama 3 hari. Proses penyebaran skala dilakukan oleh peneliti dengan cara membagikan skala kepada mahasiswa yang ada disekitaran Universitas Islam Riau dan diambil pada hari yang sama.

4) Analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala

Analisis daya beda aitem bertujuan untuk melihat kemampuan aitem yang membedakan subjek dengan trait tinggi dan rendah. Menurut Azwar (2014) aitem yang baik memiliki koefisien daya beda  $\leq 0,25$ . Daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur diketahui dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* dengan bantuan perangkat lunak *SPSS 19.0 for Windows*.

Berdasarkan hasil analisa skala *self-regulated learning* sebelum dilakukan analisis daya beda aitem, reliabilitas skala prokrastinasi akademik adalah 0,944 setelah dilakukan analisi daya beda, terdapat 7 butir aitem yang dibuang dari 60 butir aitem. Aitem yang dibuang yaitu aitem 2, 4, 15, 42, 50, 53, 56. Setelah peneliti membuang aitem tersebut, indeks koefisien reliabilitas meningkat menjadi 0,948 sehingga aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 53 butir aitem. Distribusi penyebaran hasil seleksi aitem sesudah uji coba dapat dilihat pada tabel 4.3 dibawah ini:

Tabel 4.3

Tabel *Blueprint Self-regulated Learning* Sesudah Try Out

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Metakognitif	- Kemampuan untuk merencanakan strategi belajar yang akan digunakan	1, 3, <b><u>4</u></b> , 8, 11, 18, 21	<b><u>2</u></b> , 5, 6, 7, 12, <b><u>15</u></b> , 22	14
		- Mampu mengatur strategi untuk mengatasi kegagalan	9, 10, 13, 14	16, 17, 23, 24	8
		- Mampu mengevaluasi aktivitas belajar	19, 26, 29, 32	20, 25, 30, 33	8
2.	Motivasi	- Adanya keinginan untuk meraih keberhasilan	27, 31, 35, 36, 39	28, 34, 37, 38, 41	10
		- Adanya harapan yang dicapai dalam proses belajar	40, <b><u>42</u></b> , 43	46, 47, 51	6
3.	Perilaku	- Mengatur waktu dan lingkungan untuk mempermudah proses belajar	44, 45, 48, <b><u>53</u></b>	49, 52, 54, 58	8
		- Berusaha mencoba mencari bantuan dari teman sebaya, dosen dan orang lain	<b><u>50</u></b> , <b><u>56</u></b> , 59	55, 57, 60	6
Jumlah					60

**Keterangan:** aitem yang **ditebalkan (*bold*)** dan diberi **garis bawah (*underline*)** adalah aitem yang gugur

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa setelah dilakukan *try out* nomor aitem yang gugur adalah 2, 4, 15, 42, 50, 53, 56 sehingga aitem tersebut tidak dimasukkan kedalam *blue print* skala *self-regulated learning* untuk penelitian yang menjadi 53 aitem.

## **B. Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian dilakukan pada tanggal 18 November 2019 sampai 15 Desember 2019 dengan jumlah sampel 348 mahasiswa yang ada di Universitas Islam Riau. Skala diberikan kepada mahasiswa dan diambil kembali pada hari yang sama. Pelaksanaan uji coba dilakukan dengan cara mengunjungi subjek yang berada di fakultas mereka masing-masing. Sebelumnya peneliti juga telah memohon izin kepada subjek untuk melakukan penelitian.

## **C. Deskripsi Data Penelitian**

Deskripsi data pada penelitian ini adalah tentang hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Hasil data penelitian lapangan tentang *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau data dimasukkan ke dalam tabel *excel* kemudian dilakukan skoring dan diolah dengan program *SPSS 19.0 for Windows* diperoleh gambaran seperti yang disajikan dalam tabel 4.4 dibawah ini.

**Tabel 4.4**  
**Deskripsi Data Penelitian**

Variabel penelitian	Skor x yang diperoleh (empirik)				Skor x yang dimungkinkan (hipotetik)			
	XMin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Prokratinasi Akademik	40	65	52.25	5.849	30	120	1800	15
<i>Self-Regulated Learning</i>	147	198	172.91	9.646	53	212	5618	26.5

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa untuk data hipotetik nilai *mean* (rata-rata) untuk prokrastinasi akademik adalah 1800 dengan standar deviasi sebesar 15, sedangkan nilai *mean* yang diperoleh dari variabel *self-regulated learning* adalah 5618 dengan standar deviasi 26,5. Dilihat dari data empirik dengan menggunakan program *SPSS 19.0 for Windows* diperoleh *mean* untuk prokrastinasi akademik adalah 52,25 dengan standar deviasi 5,849. Sedangkan untuk variabel *self-regulated learning* diperoleh *mean* sebesar 172,91 dengan standar deviasi 9,646.

Berdasarkan dari tabel diatas, skor prokrastinasi akademik dengan *self-regulated learning* dibuat kategorisasi. Kategorisasi dilakukan dengan tujuan untuk mengelompokkan kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menggunakan aspek yang akan diukur. Pengelompokan dilakukan berdasarkan pada data empirik dari tabel 4.4. rumus kategorisasi pada penelitian ini dapat dilihat dari tabel 4.5 dibawah ini.

**Tabel 4.5**  
**Rumus Kategorisasi**

Kategorisasi	Rumus
<b>Sangat Tinggi</b>	$X \geq M + 1,5 SD$
<b>Tinggi</b>	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
<b>Sedang</b>	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
<b>Rendah</b>	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
<b>Sangat Rendah</b>	$X < M - 1,5 SD$

*Keterangan:*

*M: Mean*

*SD: Standar Deviasi*

Dilihat dari tabel diatas, maka untuk variabel prokrastinasi akademik dalam penelitian ini terbagi atas 5 bagian yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Kategori skor prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel 4.6 di bawah ini.

**Tabel 4.6**  
**Rentang Nilai Dan Kategorisasi Subjek Skala Prokrastinasi Akademik**

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
<b>Sangat tinggi</b>	$X \leq 61$	43	12
<b>Tinggi</b>	$55 \leq X < 60$	51	15
<b>Sedang</b>	$49 \leq X < 55$	164	47
<b>Rendah</b>	$43 \leq X < 49$	83	24
<b>Sangat rendah</b>	$X < 43$	7	2
<b>Jumlah</b>		348	100

Berdasarkan kategorisasi variabel perilaku prokrastinasi akademik pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian ini memiliki skor prokrastinasi akademik pada kategori sedang sebanyak 164 dari 348 orang yang menjadi subjek dengan persentase sebesar 47%. Selanjutnya kategorisasi skor *self-regulated learning* pada tabel 4.7 dibawah ini.



**Tabel 4.7**  
**Rentang Nilai Dan Kategorisasi Subjek Skala *Self-regulated Learning***

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
Sangat tinggi	$X \leq 187$	27	8
Tinggi	$178 \leq X < 187$	85	24
Sedang	$168 \leq X < 178$	134	39
Rendah	$158 \leq X < 168$	78	22
Sangat rendah	$X < 158$	24	7
<b>Jumlah</b>		348	100

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel *self-regulated learning* pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki skor *self-regulated learning* pada kategori sedang sebanyak 134 dari 348 orang yang menjadi subjek dengan persentase sebesar 39%.

Berdasarkan dari hasil yang telah diperoleh, dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa Universitas Islam Riau secara keseluruhan memiliki skor sedang pada variabel prokrastinasi akademik dan memiliki skor yang sedang pada variabel *self-regulated learning*.

#### **D. Hasil Analisis Data**

##### **1. Uji Asumsi**

Sebelum melakukan uji hipotesis telah dilakukan terlebih dahulu uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

##### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan apakah data yang diteliti telah mengikuti distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan pada kedua variabel yaitu variabel *self-regulated learning* dan

prokrastinasi akademik dengan bantuan program *SPSS 19.0 for Windows*. Jika data yang didapatkan normal, artinya tidak ada perbedaan signifikan antara subjek yang diamati dengan jumlah subjek menggunakan teoritis kurva. Seharusnya, bila  $p$  dari nilai  $Z$  (*Kilmogrov-Smirnov*)  $> 0,05$  maka sebaran normal, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran dapat diartikan tidak normal (Hadi, 2000). Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan *one sample kilomogrov-smirnov test* maka didapatkan hasil seperti tabel 4.8.

**Tabel 4.8**  
**Hasil Uji Normalitas Skala *Self-Regulated Learning* dan prokrastinasi akademik**

Variabel	Signifikansi	Keterangan
<b>ProkrastinasiAkademik</b>	0,062 ( $p > 0,05$ )	Normal
<b>Self-RegulatedLearning</b>	0,081 ( $p > 0,05$ )	Normal

Hasil uji normalitas diatas menunjukkan bahwa variabel *self-regulated learning* sebesar 0,081 ( $p > 0,05$ ) dan variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai signifikansi sebesar 0,062 ( $p > 0,05$ ). Artinya bahwa kedua data dari kedua variabel yaitu *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik berdistribusi normal.

## b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan dengan tujuan untuk melihat bentuk hubungan anatar kedua variabel penelitian. Variabel bebas akan cenderung diikuti oleh variabel terikat apabila memiliki nilai  $p > 0,05$  maka kedua variabel dikatakan linier, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka kedua variabel dikatakan tidak linier (Hadi, 2000). Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah dilakukan, nilai perhitungan *deviation from linierity* untuk prokrastinasi akademik dan *self-regulated learning* menghasilkan  $F (deviation) = 1,299$  dengan  $p = 0,106$  ( $p > 0,05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik adalah linier.

**Tabel 4.9**  
**Hasil Uji Linieritas Skala Prokrastinasi Akademik dengan**  
*Self-Regulated Learning*

<i>Deviation for Linerity</i>	<i>P</i>	<b>Keterangan</b>
1,299	0,106	Linier

## 2. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diberikan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Analisis yang dilakukan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Berdasarkan dari hasil uji korelasi antara prokrastinasi akademik dengan *self-regulated learning*, maka diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,415 dan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Semakin tinggi *self-regulated learning* yang dilakukan mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* yang dilakukan mahasiswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Dengan demikian hasil uji analisis data ini menyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini **diterima**.

**Tabel 4.10**  
**Hasil Uji Hipotesis Skala Prokrastinasi Akademik dengan *Self-regulated Learning***

		SelfRegulatedLearning	ProkrastinasiAkademik
SelfRegulatedLearning	Pearson Correlation	1	-,415**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	348	348
ProkrastinasiAkademik	Pearson Correlation	-,415**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	348	348

**a. Uji Koefisien Determinasi**

Koefisien determinasi (*r-squared*) pada intinya mengukur seberapa sumbangan efektif yang diberikan variabel-variabel bebas terhadap variabel terikat. Pada tabel 4.11 dibawah ini dapat dilihat variabel X (*Self-regulated Learning*) memberikan kontribusi dalam mempengaruhi variabel Y (Prokrastinasi Akademik) yakni:

**Tabel 4.11**  
**Hasil Koefisien Determinasi**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Prokrastinasi Akademik* Self-regulated learning	-,415	,172	,554	,307

Berdasarkan hasil uji determinan nilai koefisien (*r-squared*) dalam penelitian ini sebesar 0,172 artinya *self-regulated learning* memberikan sumbangan efektif sebesar 17,2% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya sebesar 82,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

#### **E. Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Hal ini ditunjukkan dengan adanya nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,415 dan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Koefisien bertanda negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* pada mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dan begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* pada mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Diterimanya hipotesis ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang ikut mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rohmaniyah (2018) hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada anggota BEM Universitas X dimana penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada anggota BEM Universitas X dengan nilai koefisien yang didapat sebesar -0,468 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $P > 0,05$ ). Individu yang memiliki *self-regulated learning* yang baik mampu mengontrol dan merencanakan strategi pengelolaan waktunya sehingga terhindar dari perilaku menunda-nunda. Semakin efektif individu dalam mengembangkan perencanaan strategi pengelolaan diri maka akan semakin tinggi tingkat *self-regulated learning*.

Hasil dari uji determinan nilai koefisien (*r-squared*) dalam penelitian ini sebesar 0,172 yang artinya *self-regulated learning* memberikan sumbangan efektif sebesar 17,2% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya sebesar 82,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini misalnya faktor kondisi fisik individu, pola asuh orang tua, rendahnya kontrol diri, pengawasan diri yang rendah dan motivasi instrinsik yang rendah (Ferrari, dalam Ghufron 2010).

Berdasarkan hasil dari data deskriptif diatas dari 348 subjek, pada variabel prokrastinasi akademik pada kategori sangat rendah sebanyak 7 orang atau 2%, kategori rendah sebanyak 83 orang atau 24%, kategori sedang sebanyak 164 orang

atau 47%, kategori tinggi sebanyak 51 orang atau 15% dan kategori sangat tinggi sebanyak 43 orang atau 12%. Jadi hal ini menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa memiliki tingkat kategori sedang sebesar 47%.

Selanjutnya pada variabel *self-regulated learning* dinyatakan pada kategori sangat rendah sebanyak 24 orang atau 7%, kategori rendah sebanyak 78 orang atau 22%, kategori sedang sebanyak 134 orang atau 39%, kategori tinggi sebanyak 85 orang atau 24% dan kategori sangat tinggi sebanyak 27 orang atau 8%. Jadi hal ini menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning* yang terjadi pada mahasiswa memiliki tingkat kategori sedang sebesar 39%.

Subjek pada penelitian ini secara umum berada pada kategori sedang yakni pada variabel *self-regulated learning* sebesar 39% atau sebanyak 134 orang dan pada variabel prokrastinasi akademik sebesar 47% atau sebanyak 164 orang hal tersebut menandakan bahwa mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* mampu mengontrol, merencanakan dan mengarahkan secara mandiri pikiran, motivasi dan perilakunya ke arah tujuannya dalam belajar sehingga cenderung tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan pernyataan Zimmerman (2008) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki *self-regulated learning* yang baik adalah seseorang yang memiliki metakognitif dan motivasi yang mampu merencanakan, mengatur dan mengerahkan diri dalam setiap tugas yang dijalani.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Sawitri dan Santika (2016) yang dilakukan pada siswa kelas XI SMAN 2 Purwokerto mengungkapkan bahwa individu yang memiliki perencanaan yang terarah seperti pengalokasian waktu pada kegiatan belajar akan dapat menunjang pencapaian tujuan belajarnya dan secara tidak langsung akan memiliki pola waktu yang terstruktur sehingga individu tersebut tidak akan melakukan prokrastinasi akademik seperti keterlambatan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik dan akan segera mungkin untuk dapat menyelesaikan tugas sesuai jadwal belajar tanpa menyalahgunakan waktu yang ada.

Menurut Ferrari (1995) faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik adalah faktor internal atau faktor yang berasal dari dalam individu yaitu kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2016) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik sangat dipengaruhi oleh kepercayaan diri individu. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dari proses belajar individu perlu mempunyai rasa percaya diri agar mampu menyelesaikan tugas-tugas yang dimilikinya hingga selesai dengan memiliki kepercayaan diri individu akan yakin dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga akan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

Mahasiswa juga harus memiliki motivasi dalam melakukan kegiatan-kegiatan yang telah direncanakannya. Motivasi yaitu keyakinan diri untuk dapat terlibat dan memunculkan perilaku yang dapat menunjang tujuan dalam belajar. Seseorang yang memiliki motivasi tinggi akan terhindar dari keyakinan negatif terhadap ketidakmampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang telah



diberikan sehingga dapat menciptakan perilaku yang produktif dalam tujuan belajar. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki seseorang ketika menghadapi tugas-tugas yang telah diberikan, maka akan semakin rendah untuk seseorang melakukan prokrastinasi akademik. (Briordy, dalam Ghufroon & Risnawita, 2010).

Hasil dari penelitian dan pembahasan-pembahasan di atas menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik. Apabila mahasiswa memiliki *self-regulated learning* yang tinggi, maka mahasiswa tersebut akan terhindar dari perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas-tugas yang berhubungan dengan akademik atau yang dikenal dengan prokrastinasi akademik.

Kekurangan dari penelitian ini adalah referensi teori yang sedikit dan sangat kurang khususnya pada variabel prokrastinasi akademik. Dari hasil pengisian skala penelitian ada beberapa responden yang memberikan jawaban sama dan terkesan asal-asalan, hal tersebut dikarenakan responden mempunyai kesibukan dan akibatnya lebih memilih jawaban asal atau meniru jawaban responden lainnya.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi *self-regulated learning* yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang akan dilakukan oleh mahasiswa begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* yang dilakukan oleh mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dan akan semakin mudah mahasiswa untuk menunda-nunda melakukan kegiatan yang berhubungan dengan bidang akademik.

Berdasarkan uji determinan nilai koefisien (*r-squared*) hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau dalam penelitian ini sebesar sebesar 0,172 yang artinya *self-regulated learning* memberikan sumbangan efektif sebesar 17,2% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya sebesar 82,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## B. Saran

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, maka terdapat beberapa hal saran yaitu:

### 1. Mahasiswa

Diharapkan bagi mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang untuk dapat meningkatkan *self-regulated learning* dengan cara merencanakan dan mengelola strategi dalam pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah diharapkan mampu mempertahankan *self-regulated learning* sehingga akan dapat terhindar dari prokrastinasi akademik dalam kegiatan akademiknya.

Untuk dapat mengatasi prokrastinasi akademik, salah satu strategi yang bisa dicapai yaitu dapat mengatur waktudalam belajar, mampu merencanakan, mengatur strategi dan mengevaluasi aktivitasnya dalam belajar. Mahasiswa juga harus melakukan penetapan tujuan belajar dan penyelesaian aktivitas yang terkait tujuan yang telah ditetapkan. Selain itu, tekun dan fokus pada tujuan akademik akan membantu mahasiswa mengatasi prokrastinasi akademik.

### 2. Peneliti selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti maupun mengembangkan penelitian serupa, peneliti menyarankan untuk dapat mengkaitkan dengan variabel-variabel lainnya yang memiliki hubungan dan berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik misalkan pola asuh orang tua, rendahnya kontrol diri, dan motivasi intrinsik yang rendah. Bagi peneliti

selanjutnya juga diharapkan bisa mengganti subjek penelitian misalkan pada subjek di Universitas lain atau mengambil populasi yang lebih besar seperti wilayah atau suatu daerah.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

**Perpustakaan Universitas Islam Riau**

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan Validitas (edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Alfina, I. (2014). Hubungan self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa akselerasi. *Ejournal Psikologi*, 2 (2), 227-237.
- Bungin. (2006). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Edisi Kedua*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Burhani, I. I. (2016). Pemaknaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Naskah Publikasi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Burka, J. B & Yuen, L. M. (2008). *PROCRASTINATION: Why You Do It, What To Do About It NOW*. Cambridge: Da Capo Press (*E-book Online* diunduh 06 Juli 2019)
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press (*E-book Online* diunduh 11 Juli 2019)
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). *Self-regulated learning* dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1, 145-155
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Hardhito, R., & Leonardi, T. (2016). Gambaran *Self-Regulated Learning* Pada Mahasiswa Yang Tidak Menyelesaikan Skripsi Dalam Waktu Satu Semester Di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 5 (1), 1-11
- <https://www.statisticssolutions.com/random-sampling-vs-random-assignment/>  
(Diunduh 25 Maret 2020)
- Knaus, W. (2010). *END Procrastination NOW!*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc. (*E-book Online* diunduh 06 Juli 2019)

- Kurniawan, Rizki. (2013). Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang. *Skripsi Publikasi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Kusumawati, P., & Cahyani, B. H. (2013). Peran Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri Pada Pembelajaran Matematika Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal SPIRITS*. 4 (1), 1-84.
- Kristiyani, Titik. (2016). *Self-Regulated Learning (Konsep, Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa Di Indonesia)*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press
- Lastary, L. P., & Rahayu. A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau yang Berkuliah di Jakarta. *IKRAITH-HUMANIORA*. 2 (2), 17-23
- Putri, N. D. A. (2016) Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Rivzi, A., Johana, E. P., & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat Kendali Dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika*, 3, 51-66.
- Rohmaniyah, A. (2018). Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik pada Anggota BEM Universitas X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 5 (2), 1-6.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolesence Perkembangan Remaja* (edisi keenam). Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W (2009). *Psikologi Pendidikan* (edisi tiga). Jakarta: Salemba Humanika
- Sawitri, D. R., & Santika, W. S. (2016). *Self-Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X1 SMA Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*. 5 (1), 44-49
- Siswoyo, Dwi. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Suharsono, Y., & Savira, F. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 01 (01), 66-75.

- Sutanto, N., Siaputra, I. B., & Ursia, N. R. (2013). Prokrastinasi Akademik dan *Self-control* pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Social Humaniora*. 17 (1), 1-18
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency And Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4), 503-509.
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination: A Meta-Analytic And Theoretical Review Of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*. 133 (1), 65-94.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Alfabeta
- Surijah, E. A., & Tjundjing, S. (2007) Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik Dan Conscientiousness. *Anima Indonesia Psychological Journal*, 22 (4), 352-374.
- Sutriyono., R., & Prasetya, B. E. A. (2012). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Berdasarkan Tipe Kepribadian A Dan B. *Satya Widya*. 28 (2), 127-135.
- Tuckman, B. W. (1990). Measuring Procrastination Attitudinally And Behaviorally. *Paper Present At Meeting Of American Educational Research Association*. Boston.
- Wolters, C. A. (2003). Self Regulated Learning and College Students Regulation of Motivation. *Journal of Educational Psychology*, 90, 224-235.
- Woolfolk, A. (2009). *Educational psychology active learning edition* (edisi kesepeuluh bagian kedua). Yogyakarta: Sanata Pelajar.
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81 (3) 329-339.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory into practice*, 41 (2) 63-70
- Zimmerman, B. J. (2008) Investigating Self-regulation and Motivation: Historical Background Methodological Developments and Future prospects. *American Educational Research Journal* 45 (1).