

**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP
TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK DI MASA
PANDEMI PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENGERJAKAN SKRIPSI**

S K R I P S I



Oleh

**Azmi Sholahuddin
NIM. 18410074**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2021**

**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP
TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK DI MASA
PANDEMI PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENGERJAKAN SKRIPSI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

AZMI SHOLAHUDDIN

NIM. 18410074

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2021

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK DI MASA PANDEMI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI

SKRIPSI

Oleh

Azmi Sholahuddin

NIM. 18410074

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Muhammad Jamaluddin, M. Si

NIP. 198011082008011007

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dekan Rifa Hidayah, M.Si.
NIP. 197611282002122001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK DI MASA PANDEMI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 11 Januari 2022

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Muhammad Jamaluddin, M. Si
NIP. 198011082008011007

Anggota Penguji Lain Penguji Utama



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si
NIP. 197405182005012002

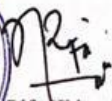
Anggota



Hilda Halida, M.Si, Psikolog
NIP. 19910512201911202273

Skripsi ini telah diterima sebagai saian satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 2022

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Rifa Hidayah, M.Si.
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Azmi Sholahuddin

NIM : 18410074

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Pengaruh *Self-Regulated Learning Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi***", adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya . Jika dikemudian hari hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang Januari 2022

Penulis,



Azmi Sholahuddin

NIM. 18410074

MOTTO

“Waktu bekerja orang rajin adalah sekarang, sedangkan waktu bekerja orang yang malas adalah besok .”-Abdullah Gymnastiar

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Bismillahirrohmanirrohim..”

Skripsi ini penulis mempersembahkan kepada keluarga besar tercinta yaitu Ar-Rasyid. Bapak Asep Sofa, Ibu Nuraisyah, Syauqillah, Zaki Ramdhani, Eulis Wahdah, fan ketiga adek saya Yayan Bayanillah, Ilma Nazihah dan Saiqulhak. Terimakasih telah mendoakan saya, memberikan perhatian yang lebih, memberikan tempat yang membuat saya nyaman, selalu menyemagati ketika saya sedang di titik terendah, memberikan kasih sayang yang tulus, sehingga saya bisa bertahan sampai detik ini.

Terimakasih kepada sahabat-sahabat saya Kirana, Rania, Adrian, Fikri, Fadil, Tazkya, Aslam, Daffa, Nila, Tahul, Sandi dan Mamat yang selalu ada untuk menyemangati, menjadi tempat cerita ketika saya mempunyai masalah, menjadi teman terbaik untuk berjuang selama di Malang, selalu memberikan perhatian ketika saya sakit, selalu ada di setiap suka maupun duka dan terimakasih sudah menerima saya apa adanya.

KATA PENGANTAR

Bismillah...

Puji serta syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena atas berkat hidayah dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan akhir dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi”. Sholawat beserta salam penulis panjatkan kepada beliau yakni Nabi Muhammad SAW yang telah membawa dari zaman kegelapan kedalam zaman yang mencerahkan ini. Peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. M. Zainuddin, MA, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr Rifa Hidayah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Muhammad Jamaluddin, M. Si, selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan motivasi, nasihat, masukan serta arahan
4. Elok Faiz Fatma El-Fahmi. M,si, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan motivasi, nasihat, masukan serta arahan
5. Dr. Yulia Sholichatun, M.Si, selaku dosen wali yang telah memberikan motivasi, nasihat, masukan serta arahan
6. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si, selaku dosen penguji satu yang telah memberikan masukan dan sarannya.
7. Hilda Halida, M. Si, Psikolog selaku dosen penguji dua yang telah memberikan masukan dan sarannya.
8. Segenap dosen dan sivitas akademika Fakultas Psikologi terkhusus dosen yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama perkuliahan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
9. Segenap seluruh Fakultas Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberika izin penelitian

10. Seluruh mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi yang bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.
11. Semua pihak yang ikut serta dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara materi maupun moral.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini lebih dari kata sempurna, maka dari itu peneliti berharap agar memberikan saran dan kritik untuk membangun menjadi lebih lebih dalam penulisan ini dan pada dasarnya untuk mengembangkan ilmu pengetahuan. Akhirnya, penulis berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Malang, Januari 2022

Penulis

Azmi Sholahuddin

NIM. 18410074

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGAJUAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Masalah	9
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Prokrastinasi Akademik	11
1. Definisi Prokrastinasi Akademik	11
2. Jenis – jenis Prokrastinasi Akademik.....	13
3. Karakteristik Prokrastinasi Akademik	15
4. Aspek – aspek Prokrastinasi Akademik.....	16
5. Faktor – faktor Prokrastinasi Akademik	18
6. Prokrastinasi dalam Prokrastinasi Akademik.....	20
B. <i>Self-regulated Learning</i>	21
1. Definsi <i>Self-regulated Learning</i>	21
2. Komponen – komponen <i>Self-regulated Learning</i>	22

3. Aspek – aspek <i>Self-regulated Learning</i>	23
4. Karakteristik <i>Self-regulated Learning</i>	27
5. Faktor – faktor <i>Self-regulated Learning</i>	38
6. <i>Self-regulated Learning</i> dalam prespektif Islam	30
C. Kerangka Penelitian	32
D. Hipotesis Penelitian	33
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	35
B. Identifikasi Masaah	35
C. Definisi Operasional	36
D. Populasi dan Sampel	37
E. Teknik Pengambilan Data	40
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	53
B. Hasil Penelitian	57
C. Pembahasan	70
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	83
B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Daftar Sampel Penelitian	43
Tabel 3.2	Skoring jawaban pada skala self-regulated learning dan prokratinasi akademik	45
Tabel 3.3	<i>Blue print</i> skala <i>self-regulated learning</i>	45
Tabel 3.4	<i>Blue print</i> skala prokratinasi akademik	47
Tabel 3.5	Hasil <i>pearson correlation</i> skala prokratinasi akademik	49
Tabel 3.6	Hasil <i>pearson correlation</i> skala <i>self-regulated learning</i>	50
Tabel 3.7	Spesifikasi <i>self-regulated learning</i>	50
Tabel 3.8	Hasil realibilitas <i>self-regulated learning</i>	52
Tabel 3.9	Hasil realiblitas prokratinasi akademik	52
Tabel 3.10	Kategorisasi penilaian	54
Tabel 4.1	Hipotetik <i>self-regulated learning</i>	61
Tabel 4.2	Kategorisasi <i>self-regulated learning</i>	61
Tabel 4.3	Hipotetik prokratinasi akademik	62
Tabel 4.4	Kategorisasi prokratinasi akademik	63
Tabel 4.5	Kategorisasi berdasarkan jenis kelamin.....	64
Tabel 4.6	Kategorisasi skala <i>self-regulated learning</i> berdasarkan pada jenis kelamin	65
Tabel 4.7	Kategorisasi prokratinasi akademik berdasarkan jenis kelamin	67
Tabel 4.8	<i>One sample-kolmogrov smirnov test</i>	70
Tabel 4.9	Hasil uji linieritas	71
Tabel 4.10	<i>Model Summary</i>	72
Tabel 4.11	ANOVA	73
Tabel 4.12	<i>Coefisient</i>	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Presentase hasil pra penelitian.....	6
Gambar 2.1	Kerangka berfikir.....	37
Gambar 4.1	Presentase skala <i>self-regulated learning</i>	62
Gambar 4.2	Presentase skala prokrastinasi akademik.....	64
Gambar 4.3	Presentase skala <i>self-regulated learning</i> pada mahasiswa perempuan	66
Gambar 4.4	Hasil presentase skala <i>self-regulated learning</i> pada mahasiswa laki - laki	67
Gambar 4.5	Hasil presentase skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa laki – laki	68
Gambar 4.6	Presentase skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa perempuan	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Penelitian	94
Lampiran 2	Validitas <i>Self-regulated Learning</i>	98
Lampiran 3	Validitas Prokrastinasi Akademik	99
Lampiran 4	Kategorisasi <i>Self-regulated Learning</i>	100
Lampiran 5	Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	100
Lampiran 6	Uji Normalitas	101
Lampiran 7	Uji Linearitas	102
Lampiran 8	Uji Hipotesis	102
Lampiran 9	Bukti Konsultasi	104
Lampiran 10	Surat Resmi Pengambilan Data	105

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Self-regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Maliki Malang) yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi. Terdapat pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi maka akan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi.

Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 238 orang dari total keseluruhan populasi yaitu 2.375 orang. Penelitian ini dikhusus bagi mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi. Variabel – variabel dalam penelitian ini diukur menggunakan dua alat ukur, yaitu alat ukur *Self-regulated Learning* dan prokrastinasi akademik, yang tertuju pada model skala likert yang telah dimodifikasi dengan menggunakan empat alternatif pilihan jawaban. Hasil penelitian kemudian diolah dengan menggunakan koefisien *correlation product moment* dari *Pearson*, sehingga kemudian diperoleh validitas. Untuk reliabelitas instrument diuji dengan menggunakan teknik *alpha* dari *Chrobach*. Variabel *Self-regulated Learning* memperoleh validitas berkisar antara 0,074 – 0,827 dengan reliabilitas sebesar .900, sedangkan untuk variabel prokrastinasi akademik memperoleh validitas sebesar 0,318 – 0,758 dengan nilai reliabilitas sebesar 0,887.

Berdasarkan hasil analisis data maka dapat menunjukkan adanya korelasi yang positif dan signifikan antara variabel *Self-regulated learning* yang diajukan dalam penelitian ini diterima, terdapat pengaruh *Self-regulated learning* pada prokrastinasi akademik yaitu sebesar (β /koefisien regresi) = 0,197 dengan nilai signifikansi 0,000, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sedangkan untuk nilai koefisien determinasi atau (R Square) adalah 4,6 % artinya pengaruh *Self-regulated Learning* pada Prokrastinasi Akademik hanya berkontribusi sebesar 4,6% yang tersisa dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata kunci : *Self-Regulated Learning* dan prokrastinasi akademik

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of Self-Regulated Learning on Academic Procrastination of Students Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Maliki Malang) who are Working on Thesis during the Pandemic. The hypothesis proposed is that there is an effect of self-regulated learning on the academic procrastination of students who are working on their thesis, students who have high self-regulated learning will have a high level of procrastination. This study used a probability sampling technique. The sample in this study was 238 people from the total population of 2.375 people. This research is specifically for UIN Maliki Malang students who are working on a thesis during the pandemic.

The variables in this study were measured using two measuring instruments, namely self-regulated learning and academic procrastination, which were based on a modified Likert scale model using four alternative answer choices. The results of the study were then processed using the product moment correlation coefficient from Pearson, so that later validity was obtained. The reliability of the instrument was tested using the alpha technique from Chrobach. The self-regulated learning variable obtained validity ranging from .900 to reliability value 0,074 – 0,827, while the academic procrastination variable obtained validity from 0.318 to 0.758 with a reliability value of 0.887.

Based on the results of data analysis, it can be seen that there is a positive and significant correlation between the variables proposed in this study. Self-regulated learning is accepted, there is an effect of Self-regulated learning on academic procrastination, namely (b/regression coefficient) = 0.197 with a significance value of 0.000 , so that the hypothesis proposed in this study is accepted. Meanwhile, the value of the coefficient of determination (R Square) is 4.6%, meaning that the effect of Self-regulated Learning on Academic Procrastination only contributes 4.6%, the remaining is influenced by other variables.

Keyword : Self-regulated learning, Academic Procrastination

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير التعلم المستقل على التسويق الأكاديمي للطلاب في جامعة الدولة الإسلامية في مولانا مالك إبراهيم مالانج (UIN Maliki Malang) الذين يعملون على أطروحة أثناء الوباء. الفرضية المقترحة هي أن هناك تأثيرًا للتعليم المنظم ذاتيًا على التسويق الأكاديمي للطلاب الذين يعملون على أطروحتهم ، والطلاب الذين لديهم تعليم مستقل عالي سيكون لديهم مستوى عالٍ من التسويق. استخدمت هذه الدراسة تقنية أخذ العينات العشوائية. كانت العينة في هذه الدراسة 238 شخصًا من إجمالي عدد السكان البالغ 2375 شخصًا. هذا البحث مخصص لطلاب الذين يعملون على أطروحة أثناء الوباء.

تم قياس المتغيرات في هذه الدراسة باستخدام أداتين قياس ، وهما التعلم المستقل والمماثلة الأكاديمية ، والتي استندت إلى نموذج مقياس ليكرت المعدل باستخدام أربعة اختيارات بديلة للإجابة. تمت معالجة نتائج الدراسة بعد ذلك باستخدام معامل الارتباط اللحظي للمنتج من Pearson ، بحيث تم الحصول على الصلاحية لاحقًا. تم اختبار موثوقية الأداة باستخدام تقنية ألفا من Crobach. حصل متغير التعلم المستقل على صلاحية تتراوح بين 0.74 - 0.827 بموثوقية 0.900 ، بينما حصل متغير التسويق الأكاديمي على صلاحية 0.318 - 0.758 بقيمة موثوقية 0.887.

بناءً على نتائج تحليل البيانات ، يمكن ملاحظة أن هناك علاقة إيجابية ومعنوية بين المتغيرات المقترحة في هذه الدراسة. يتم قبول التعلم المنظم ذاتيًا ، وهناك تأثير للتعليم المنظم ذاتيًا على التسويق الأكاديمي ، أي (ب / معامل الانحدار) = 0.197 بقيمة دلالة 0.000 ، لذلك يتم قبول الفرضية المقترحة في هذه الدراسة. في حين أن معامل التحديد (R Square) البالغ 4.6٪ يعني أن تأثير التعلم الذاتي التنظيم على المشروع الأكاديمي يساهم فقط بنسبة 4.6٪ ، بينما يتأثر الباقي بمتغيرات أخرى.

الكلمات المفتاحية : التعلم المستقل والمماثلة الأكاديمي

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Saat ini Indonesia di landa pandemi virus *Covid-19* bahkan seluruh negara di dunia. Pandemi adalah wabah penyakit yang menyebar dengan pesat dan sangat meluas. Menurut Zhou, (2020 : 46) *coronavirus* merupakan jenis baru penyakit yang sebelumnya belum teridentifikasi pada manusia dan untuk menetapkan wabah virus corona pada tanggal 30 Januari 2020 oleh WHO yang telah menjadi sebagai darurat publik yang meresahkan dunia. Seluruh sektor yang ada di Indonesia terkena dampaknya baik sektor ekonomi, perdagangan bahkan sektor pendidikan. Maka dari itu untuk menjaga penyebaran *Covid-19* kita dihimbau untuk tidak keluar rumah, tidak membuat keramaian, memakai masker, menjaga jarak dengan orang sekitar dan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah di anjurkan. Sahu (2020 : 4) menjelaskan bahwa pandemi *Covid-19* juga menjadi persoalan di bidang pendidikan yang mengakibatkan penurunan kualitas belajar sehingga pembelajaran dilaksanakan secara daring sedangkan menurut (Sintema, 2020: 2) pada masa pandemi saat ini sistem pembelajaran menghancurkan mengganti dengan pembelajaran secara *online* atau dalam jaringan (daring). Masalah ini sesuai dengan yang dikatakan Purwanto, dkk bahwa dengan adanya pemberlakuan pembelajaran secara *online* di masa pandemi akan meminimalisir jumlah yang terkena virus *covid-19*.

Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) menyatakan bahwa pendidikan merupakan salah satu yang terdampak oleh *covid* yang memutuskan beberapa negara membuat untuk memberhentikan pembelajaran dengan tatap muka di sekolah ataupun di perguruan tinggi sehingga pelaksanaan kegiatan belajar dilakukan secara *online* atau dalam jaringan (daring) Purwanto, dkk (2020 : 1).

Pembelajaran daring diberikan oleh Kemendikbud menjadikan solusi pada pelajar pada masa darurat *Covid-19*. Dewi, (2020 : 2) kebijakan pemberlakuan pembelajaran dalam jaringan berlaku untuk semua jenjang pendidikan, dari PAUD, sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Belajar secara *online* dipertimbangkan mampu mengurangi penularan virus *Covid-19* karena tidak perlu belajar dengan cara tatap muka melainkan pembelajaran jarak jauh antara pelajar, pendidik bahkan tenaga pengajarnya Suryono, (2020 : 5). Kemudian sejalan dengan pendapat Prawiyogi (2020 : 94) Pembelajaran *online* atau jarak jauh adalah pembelajaran yang menggunakan alat media yang berbasis internet, yang memungkinkan agar bisa berinteraksi antara guru dan siswa dengan baik. Maka dari itu banyak perubahan dalam dunia pendidikan, dimana guru harus mempersiapkan materi secara langsung, datang ke sekolah atau kampus, belajar dengan tatap muka, serta melakukan kegiatan lainnya, hal ini akan berubah dalam bentuk daring atau dalam jaringan. Moore, dkk dalam Theadora dan Harlina (2021 : 47) menjelaskan pembelajaran *online* adalah pembelajaran yang mengenakan jaringan internet yang stabil untuk menghasilkan interaksi belajar dengan baik. Alat pendukung untuk melakukan pembelajaran seperti smartphone, laptop, tablet dan perangkat teknologi lainnya bukan hanya itu metode pembelajaran *online* ini membutuhkan jaringan

internet yang stabil seperti kuota atau *wi-fi* agar dapat terkoneksi dalam media pembelajaran seperti *E-Learning*, *Zoom*, *Classroom* atau *Whatsapp*. Keberhasilan media atau model pembelajaran tergantung dari peserta didik dengan kesiapan atau cara ia memperhatikannya. Ketidaksiapan mengikuti pembelajaran melalui media *online* dapat mengakibatkan dampak negatif pada mahasiswa, sulit memahami materi yang disampaikan, kurang mampu mengatur diri sendiri dalam belajar, mudah bosan, dan memiliki kecemasan dengan hasil belajar. Suhadianto (2020 : 319)

Menurut Argheni (2020 : 100) pembelajaran jarak jauh memiliki dampak terhadap mahasiswa, seperti kurang produktif, kurang kreatif, menimbulkan kebingungan, menjadi pasif, mengalami *burnout* dan ketertinggalan informasi atau konsep yang telah diberikan. Dari penelitian sebelumnya oleh Tezer et al, (2020 : 150) siswa atau mahasiswa yang menggunakan internet lebih dari 4 jam cenderung menggunakan dengan cara yang menyimpang atau melakukan prokrastinasi akademik yang lebih tinggi daripada yang menggunakannya dibawah waktu tersebut. Hal ini menunjukkan bahwasanya pengguna internet dalam pembelajaran *online* berpeluang lebih besar untuk menyalahgunakan untuk mengakses hal-hal lain yang juga tidak digunakan untuk kepentingan belajar.

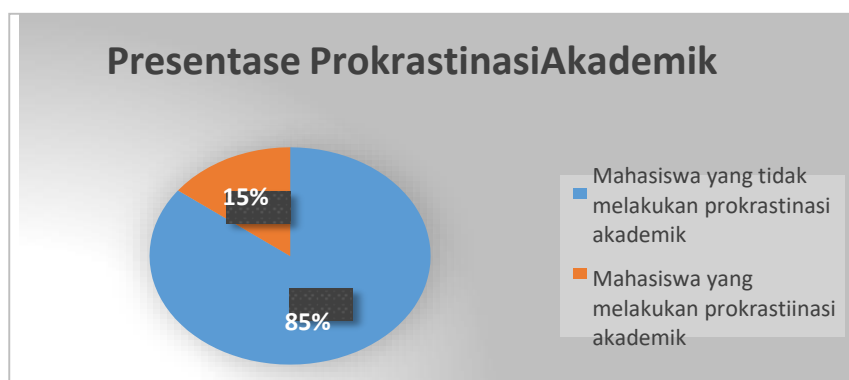
Sedangkan menurut Anugraha dalam Oktariani (2020 : 18) menjelaskan bahwa ada beberapa kendala selama pembelajaran *online* seperti terkendalanya sinyal, tugas menumpuk dan kurang pemahaman materi yang di sampaikan. Dengan sistem pembelajaran *online* juga berdampak mengalaminya *cabin fever* di mana seseorang akan mengalami bosan, gelisah, rasa sedih, bahkan mudah

tersinggung juga perasaan – perasaan negatif lainnya karena jika berada di satu tempat terlalu lama, tidak ada interaksi dengan teman - teman, interaksi dengan lingkungan sekitar, bahkan mahasiswa juga kurang dorongan atau motivasi karena pembelajaran hanya dilakukan dari rumah. Hal tersebut membuat mahasiswa tidak semangat untuk mengerjakan tugas kuliah dan tugas akhir atau skripsi. Bukan hanya itu untuk mengerjakan segala sesuatu yang berkaitan dengan tugas kuliah akan menimbulkan rasa putus asa dan kegelisahan karena terlalu lama di rumah. Menurut Marantika, dkk (2020 : 355) selain kendala dalam kegiatan pembelajaran *online* dan pelaksanaan pembelajaran, masih meninggalkan masalah - masalah yang menjadi efek sampingnya, salah satu dari efek tersebut adalah menunda pekerjaan atau tugas yang harus diselesaikan, hal ini disebut dengan prokrastinasi.

Steel (2007 : 66) mendefinisikan prokrastinasi sebagai penundaan tugas atau pekerjaan yang disengaja yang berdampak negatif atau buruk meskipun mereka mengetahuinya tetapi tetap memilih kegiatan yang diinginkan. Menurut Solomon dan Rothblum (1984 : 503) juga mengatakan penundaan akademik ialah keterlambatan dalam menyelesaikan tugas – tugas akademik, seperti menunda mengurus keperluan administrasi yang berkaitan dengan perkuliahan, menunda mengerjakan latihan soal, mencari referensi untuk menjadi bahan pembuatan makalah, artikel dan lain – lain administratif. Selain itu Wolters (2003 : 182) juga mengatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas akademik hingga batas mendekati tenggat waktu atau kegagalan dalam menyelesaikan tugasnya. seseorang yang melakukan prokrastinasi dapat dikatakan prokrasinotor.

Berdasarkan enelitian terdahulu dilakukan dilakukan oleh Yuni Aklima dkk (2020 : 924) di SMA Negeri 1 Muara Batu yang mana menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi meningkat mencapai 80% kategori prokrastinasi akademik tinggi dan 20% menunjukan prokrastinasi akademik rendah. Sedangkan penelitian sebelum masa pandemi yang telah dilakukan oleh Utaminingsih & Setyabudi (2012 : 54) menunjukan bahwa 43,70% memiliki prokrastinasi akademik tinggi dan 56,30% memiliki prokrastinasi akademik rendah. Bisa dilihat dari penelitian sebelumnya bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa meningkat di masa pandemi atau sedang melaksanakan pembelajaran *online* dibandingkan sebelum masa pandemi atau sedang melaksanakan pembelajaran secara *offline*.

Berdasarkan survey yang telah dilakukan kepada 134 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim melalui google form bahwasanya pembelajaran daring ini juga dirasakan oleh mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi akademik meningkat terutama pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.



Gambar 1.1 Presentase hasil pra penelitian

Survey ini menunjukkan hasil bahwa warna “biru” dengan total presentase 85% atau 102 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik yang meningkat

di masa pandemi sedangkan warna oren dengan presentase 15% atau 31 mahasiswa menunjukkan bahwa tidak mengalami peningkatan prokrastinasi di masa pandemi. Hal ini, mengakibatkan pembelajaran *online* kurang kondusif karena membutuhkan bimbingan dengan dosen lebih intensif, memberikan interaksi positif dengan mahasiswanya dan kurang berinteraksi dengan lingkungan secara langsung serta dosen untuk mendapatkan informasi mengenai materi.

Selain itu survey yang dilakukan pada tanggal 16 September – 1 Oktober untuk mendapat informasi – informasi pada penelitian ini melalui wawancara *online* secara tidak langsung dengan menggunakan *google form* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi di masa pandemi. Hasil dari wawancara pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi bahwasannya ada faktor – faktor yang menyebabkan seseorang mampu melakukan prokrastinasi akademik seperti, malas, kurang motivasi, tidak bisa mengatur waktu, merasa jenuh, lingkungan rumah yang kurang mendukung, jaringan yang tidak stabil dan sulit dalam mengikuti pembelajaran karena keterbatasan dengan kuota.

Selama masa pandemi pembatasan sosial juga diberlakukan yang memberikan hambatan tersendiri. Bukan hanya itu, yang muncul pada mahasiswa yaitu beban mental yang menginginkan lulus dengan tepat waktu yang menjadi harapan dari orang tua dan tidak dapat membayar uang kuliah, hal ini menjadi tekanan bagi mahasiswa. Jika hal tersebut tidak ditangani dengan baik, maka akan terkena dampak yang dapat menyebabkan resiko dengan penundaan untuk menyelesaikannya tugas kuliah atau biasa disebut dengan prokrastinasi akademik. Menurut Lumongga (2014) (dalam Alfiandy, dkk, 2020 : 356) salah satu penyebab

terjadinya prokrastinasi karena dipengaruhi oleh *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* adalah suatu konsep yang mampu menurunkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengenai bagaimana seseorang bisa mengatur pada dirinya sendiri atau regulator. Menurut Zumbrun (2011 : 285) *Self-regulated learning* adalah sebuah proses agar mampu membantu mahasiswa dalam memperbaiki emosi, pikiran juga perilaku yang dimiliki sehingga dapat menunjukkan pengalaman belajarnya. Selain itu *self-regulated learning* merupakan pembelajaran yang dilakukan oleh mahasiswa sebagai proses belajar untuk mencapai tujuannya yang mampu berusaha untuk mengatur, memonitor dan mengendalikan kognisi dan motivasi. Pintech (dalam Schunk 2008 :27) sejalan dengan pendapat Wolters (2003 : 181) bahwa *self-regulated learning* merupakan suatu proses aktif dan konstruktif mahasiswa dengan menentukan arah untuk memproses belajarnya, mengontrol kognisi, mengatur diri, motivasi, memonitor dan tingkah laku individu, yang selanjutnya akan di arahkan semuanya untuk didorong oleh tujuan individu.

Prokrasinasi akademik merupakan suatu masalah bagi mahasiswa, khususnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi terlebih dimasa pandemi, masalah yang sering terjadi selama masa pandemi untuk memulai mengerjakan tugas akhir dimasa pandemi ialah faktor internal dan faktor eksternal, yang muncul dalam dirinya atau disebut dengan faktor internal seperti, kecemasan, stress dan masalah lainnya, faktor eksternal yang muncul diluar dirinya seperti susah nya jaringan, keterbatasan kuota, dan kurang memahami dengan bimbingan secara *online*. Menangani masalah diatas mahasiswa harus memiliki

motivasi yang kuat, pengaturan diri dan berusaha mencari bantuan jika ada yang kurang dipahami, hal tersebut dinamakan dengan *self-regulated learning*. Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mampu untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik.

Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mengetahui bagaimana menjaga diri untuk tetap fokus dari gangguan – gangguan selama proses belajar. Mahasiswa mengetahui cara mengatasi saat mengantuk, cemas atau malas,. Jika mahasiswa memiliki *self-regulated learning* yang baik akan mengalami kebiasaan melakukan perilaku prokrastinasi akademik yang rendah Corno, Snow & Jacson dalam Woolflok, (2004 : 107). Pernyataan ini didukung oleh penelitian terdahulu oleh Hariri, (2010 : 23) yang mengatakan bahwa *self-regulated learning* efektif dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik. Diperkuat dengan pernyataan Zimmerman dan Martinez-Pon (1990: 56) bahwa dalam penelitiannya menjelaskan bahwa, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan memiliki arah diri untuk belajar, membuat perencanaan (*plan*), mengarahkan dirinya (*self-instruction*), dan mengembangkan dirinya (*self-evaluation*) dalam proses pengetahuan serta dapat meningkatkan prestasi belajar. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan fenomena prokrastinasi akademik memiliki kecenderungan tinggi di kalangan mahasiswa.

Dilihat dari penelitian terdahulu bahwa *self-regulated learning* mampu menurunkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi, sehingga akan efektif jika digunakan dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan , maka dapat disimpulkan rumusan masalahnya sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik di masa pandemi *covid-19* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ?
2. Bagaimana tingkat *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ?
3. Bagaimana pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ?

C. Tujuan Masalah

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka didapatkan tujuan dari penelitian sebagai berikut :

1. Menjelaskan tingkat prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Menjelaskan tingkat *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
3. Menjelaskan pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

D. Manfaat Masalah

a. Manfaat Teoritis

Menambah referensi bagi psikologi pada umumnya dan menjadi bahan kajian untuk para peneliti yang tertarik meneliti mengenai *self-regulated learning* atau prokrastinasi akademik

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Instansi

Penelitian ini diharapkan menjadi sebuah rencana kedepannya agar bisa mengembangkan *self-regulated learning* dalam rancangan pembelajaran.

2) Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi khususnya kepada para mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir agar bisa mengetahui bahwa pentingnya mengembangkan *self-regulated learning* untuk mengurangi prokrastinasi akademik di masa pandemi *covid-19*.

3) Bagi Penulis

Untuk menambahkan wawasan dan pengetahuan - pengetahuan baru tentang pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi di masa pandemi yang meningkat.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin yaitu *procrastinare*, kata *pro* berarti ke depan, bergerak maju, sedangkan *crastinus* yang artinya besok menjadi hari esok, Ferrari dalam Hendrianur (2015 : 528). Jadi, prokrastinasi berasal dari kata penundaan pekerjaan sampai hari esok atau suka mengejakan pekerjaannya di hari selanjutnya. Steel (2007 : 66) mendefinisikan perilaku prokrastinasi merupakan penundaan pekerjaan atau tugas dengan kesengajaan yang diinginkan meskipun individu mengetahuinya bahwa perilaku menunda-nunda dapat berdampak negatif. Steel (2010 : 926) juga mengatakan bahwa prokrastinasi merupakan penundaan yang di sengaja oleh seorang individu terhadap pekerjaan atau tugasnya walaupun mengetahuinya bahwa yang mereka lakukan akan berdampak negatif di masa depan.

Ghufron dan Risnawati (2010: 20) mengatakan pendapat lain bahwa jika seseorang tidak bisa menyelesaikan pekerjaan yang telah direncanakan sesuai dengan jadwalnya dan sering mengalami keterlambatan yang menjadi indikasi perilaku prokrastinasi. Berbeda dengan sudut pandang Ferrari, dkk (1995 : 7) bahwasannya prokrastinasi dapat bersifat positif karena memiliki usaha yang komplusif agar berguna dan dapat menghindari kegiatan-kegiatan yang tidak terlalu penting. Sedangkan bersifat negatif karena kebiasaan buruk menunda-

nunda dan menghindari pekerjaan. Namun jika dilihat dari beberapa pendapat para ahli, prokrastinasi atau penundaan lebih banyak bersifat buruk. Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator.

Noran dalam Akinsola, dkk (2007 : 363) mengartikan prokrastinasi akademik sebuah bentuk penghindaran dari pekerjaan atau tugas yang seharusnya dikerjakan dan diselesaikan pada saat itu juga. Mahasiswa lebih condong menghabiskan waktu untuk bermain dengan teman-temannya atau melakukan hal-hal yang kurang penting juga melakukan aktivitas yang sebenarnya tidak begitu penting dibandingkan untuk mengerjakan tugas yang seharusnya di selesaikan dengan batas waktu yang sudah pasti. Selain itu, siswa akan memilih menonton televisi atau film dari pada harus belajar untuk ujian atau kuis.

Menurut Vestervelt dalam Sia Tjundjing (2006 : 2) pada umumnya selain termasuk pada komponen perilaku, prokrastinasi juga mencakup komponen kognitif dan afektif. Komponen kognitif sebagai ketidaksesuaian kronis antara prioritas, niat, atau menetapkan tujuan yang berkaitan dengan melakukan tugas yang telah ditentukan sedangkan komponen afektif atau perilaku menunda-nunda ditunjukkan oleh kecenderungan kebiasaan penundaan tugas, kemalasan untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas di waktu yang mendekat. Vestervelt juga mengingatkan individu tidak berprokrastinasi jika ada kesalahan mengenai jadwal yang salah atau tidak memperhatikan keterlambatannya. Selain itu, prokrastinasi harus disertai afeksi negatif, misalnya tidak nyaman atau tertekan.

Secara umum, prokrastinasi akademik hampir sering terjadi dalam proses akademik resmi. Biasanya proses akademik membebankan dengan tugas – tugas yang diberikan dosen pada mahasiswa mulai dari tugas kuliah sampai tugas akhir atau skripsi atau tugas akhir. Diungkapkan oleh Ghufron (2010) bahwa prokrastinasi akademik adalah jenis prokrastinasi yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik. Berdasarkan Ferrari (1995) prokrastinasi yang gagal di bidang akademik karena mereka menghindarinya untuk mengerjakan tugas dan merasa takut jika tidak bisa menyelesaikan tugas.

Berdasarkan paparan yang diungkapkan para ahli tentang prokrastinasi akademik, dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku prokrastinasi adalah kecenderungan individu untuk melakukan penundaan menyelesaikan atau mengerjakan tugas oleh mahasiswa secara sadar dengan melakukan kegiatan yang tidak begitu penting dan jangan lupa dengan waktu sehingga pada akhirnya akan menyebabkan kecemasan karena tidak maksimal pengerjaannya atau bahkan gagal dan tidak bisa menyelesaikan dengan tepat waktu.

2. Jenis Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dalam Ghufron, (2010) perilaku prokrastinasi dibagi menjadi dua, yaitu :

1. Functional Procrastination

Functional Procrastination adalah menunda - nunda dalam melaksanakan tugas dengan tujuan untuk memyajikan informasi yang lengkap dan akurat. Biasanya yang berhubungan penelitian merupakan

tugas pening yang diberikan oleh dosen sehingga dapat mengumpulkan referensi, data, atau informasi lain yang bersangkutan.. Jadi untuk pendataannya membutuhkan waktu singkat lama, tergantung pada situasi jenis informasi apa yang akan yang dicari.

2. *Dysfunctional Procrastination*

Dysfunctional Procrastination adalah menunda - nunda dalam mengerjakan tuga atau tugas akhir yang tidak mempunyai tujuan, dapat menyebabkan masalah baru dan berdampak negatif. Bentuk penundaan tidak memilik alasan yang dapat menguntungkan penunda atau dengan yan lainnya. Sehingga menimbulkan masalah jika penunda tidak mampu melepaskan dari zona nyaman yaitu melakukan kebiasaan yang berhubungan dengan penundaan.

Rizvi dkk (1997 : 56) menambahkan bentuk *Dysfunctional Procrastination* berdasarkan tujuan melakukan penundaan, yaitu:

a. *Decisional Procrastination*

Decisional Procrastination adalah bentuk keterlambatan dalam mengambil keputusan. Hal ini terjadi karena kegagalan Biasanya ini terjadi karena kegagalan untuk mengidentifikasi tugas yang perlu dilakukan mampu mengakibatkan masalah dari diri individu dan akhirnya memutuskan untuk menundanya. *Decisional Procrastination* dikaitkan dengan kegagalan pemrosesan kognitif seperti, pelupa, tetapi tidak terkait dengan kurangnya intelejensi individu.

b. *Avoidance Procrastination* atau *Behavioral Procrastination*

Avoidance Procrastination atau *Behavioral Procrastination* merupakan perilaku yang terlihat dalam bentuk penundaannya. Bentuk cara menhindari tugas biasanya ini dilakukan sebagai cara menghindari dari tugas yang dirasa sulit dikerjakan atau kurang menyenangkan dengan tugas tersebut. Selain itu, akan berdampak penilaian yang negatif jika tidak menghindari kegagalan dan terus dibiarkan. Dengan keinginan untuk menjauhkan dari tugas – tugas yang implusif dan sulit disebut dengan penundaan keputusan.

3. Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Perilaku prokrastinasi akademik dapat diidentifikasi berdasarkan ciri – ciri dan kecenderungan tingkah laku yang terlihat. Ada beberapa fitur yang bisa dilihat pada prokrastinasi akademik. Syafi'i (2001 : 15)

a. *Perfectionis*

Perfectionis adalah perilaku prokrastinasi mempunyai keinginan untuk menyelesaikan tugasnya dengan hasil yang sempurna. Mereka melihat suatu tugas harus dikerjakan dengan sebaik mungkin (sempurna). Jika selama proses kerja dirasa ada hal - hal yang kurang baik, maka mereka memilih untuk menunda – nunda terhadap tugas atau pekerjaannya.

b. *Dreamer*

Dreamer, ialah seseorang yang mempunyai suatu gagasan atau banyak ide tetapi tidak melakukan dengan baik. Penundaan terjadi dalam pengerjaan tugas karena banyak waktu yang dihabiskan hanya untuk perencanaan dan mencari informasi dengan berlebihan.

c. *Worrier*

Worrier, yaitu seseorang yang selalu berfikir negatif dengan tugas yang akan di kerjakan sehingga melakukan prokrastinasi. Kemampuan seseorang menjadi alasan utama untuk melakukan prokrastinasi karena memiliki pemikiran seperti takut tidak maksimal, takut gagal, dan takut dengan percaya diri.

d. *Defier*

Defier, merupakan penundaan yang condong menentang dan tidak mau menerima masukan atau nasihat dari orang – orang sekitar. Hal ini prokrastinator terjebak dalam kebuntuan sehingga sulit untuk menunda pekerjaan.

e. *Crisis Maker*

Crisis Maker, ialah seseorang keseringan melakukan keterlambatan dalam memulai suatu pekerjaan. Prokrastinator merasa senang menunda tugas atau pekerjaannya, dan memulai mengerjakan di waktu *deadline* sehingga tidak dapat mengumpulkan dengan tepat waktu.

f. *Over Doer*

Over Doer, merupakan penundaan karena terlalu banyak tugas atau pekerjaannya. Prokrastinator sering menerima pekerjaan yang diajukan sehingga tidak dapat mengatur energi dan waktu mereka.

4. Aspek–Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Schouwenburg dalam Ferrari, dkk (1995 : 17) menyatakan bahwa perilaku prokrastinasi akademik mampu termanifestasikan sesuai

dengan indikator – indikator yang dapat diamati dan diukur, aspek-aspek sebagai berikut :

- a. *Perceived time* (individu yang melakukan perilaku prokrastinasi ialah mereka yang gagal menepati target waktu)

Individu akan mempertimbangkan pada masa kini dan tidak mempertimbangkannya di masa depan. Prokrastinator mengetahui tugas yang sedang dihadapi harus diselesaikan dengan waktu yang telah ditargetkan, tetapi mereka menunda - nunda untuk memulai mengerjakan atau menyelesaikannya. Hal ini yang mengakibatkan seseorang yang tidak bisa mengumpulkan dengan tepat waktu karena gagal dalam memprediksi waktu untuk mengerjakan.

- b. *Intention-action* (kesenjangan antara tindakan dan keinginan)

Perbedaan antara tindakan dan keinginan nyata terwujud atas kegagalan pada mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik begitupun mahasiswa juga memiliki keinginan untuk mengaplikasikannya. Ini juga terkait dengan celah waktu antara kinerja yang direncanakan dan aktual. Prokrastinator mengalami kesulitan melakukan sesuatu dengan diberikan batas waktu. Mahasiswa mungkin memiliki rencana untuk mulai melakukan pekerjaannya sendiri dengan waktu yang telah ia tentukan, tetapi jika saatnya tiba dia tidak melakukan apa-apa sesuai dengan apa yang telah dia rencanakan sebelumnya, sehingga menyebabkan kegagalan atau keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademiknya.

c. *Emotional distress* (memiliki kecemasan ketika melakukan prokrastinasi)

Perilaku prokrastinasi akan membawa perasaan tidak nyaman bagi pelaku, prokrastinasi memiliki konsekuensi negatif yang menimbulkan rasa cemas dalam dirinya. Pada awalnya mahasiswa tenang karena merasa masih banyak waktu yang tersedia, tanpa ia sadari waktu telah hampir selesai, ini akan menimbulkan rasa kecemasan pada seseorang karena belum bisa menyelesaikan tugasnya.

d. *Perceived ability* (kepercayaan pada kemampuan seseorang)

Meskipun prokrastinasi tidak terkait dengan kemampuan kognitif, tetapi meragukan kemampuannya dapat menyebabkan seseorang menunda-nunda. Masalah ini ditambah dengan ketakutan akan kegagalan yang menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sendiri karena ketidakmampuan untuk menghindarinya ketika perasaan muncul, individu dapat menghindari tugas kuliah karena takut mengalami kegagalan.

5. Faktor – Faktor Prokrastinasi Akademik

Faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik terbagi menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal Ghufroon (2003)

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan yang muncul dalam diri seseorang untuk mempengaruhi penundaan atau prokrastinasi. Faktor ini meliputi kondisi psikologis dan kesehatan, yaitu:

1) Kondisi fisik individu.

Faktor dari dalam diri yang mempengaruhi penyebab perilaku

prokrastinasi akademik berupa kondisi kesehatan fisik individu seperti kelelahan. Seseorang yang mengalami kelelahan akan mempunyai kebiasaan untuk menunda suatu pekerjaan atau tugas daripada mereka yang tidak melakukan. Perilaku prokrastinasi seseorang tidak mempengaruhi pada tingkat kecerdasan yang dimilikinya. meskipun Penundaan seringkali disebabkan oleh keyakinan yang irasionalitas.

2) Kondisi psikologis individu.

Trait kepribadian seseorang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, seperti sifat kemampuan individu yang tercermin dalam *self-regulated* dan tingkat kecemasan yang terhubung secara sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan berdampak negatif terhadap prokrastinasi, di mana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, maka kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik akan semakin rendah.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi.

1) Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete dalam Ghufroon (2003 : 20) menemukan bahwa tingkat pola asuh otoriter ayah mengakibatkan munculnya kecenderungan individu untuk melakukan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian perempuan, sedangkan

tingkat pola asuh ayah yang otoritatif menghasilkan anak perempuan yang tidak suka penundaan dalam segala bentuk. Ibu juga mempunyai kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan juga untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

2) Kondisi lingkungan

Lingkungan yang *lenient* merupakan perilaku prokrastinasi akademik lebih banyak seseorang yang melakukannya di lingkungan yang kurang terkontrol daripada lingkungan diawasi secara penuh.

Millgram, dkk. Dalam Rizvi (1997 : 55)

6. Prokrastinasi dalam Presfektif Islam

Anjuran untuk menghargai waktu terhadap sesuatu merupakan renungan dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Abi Mas'ud Al-Anshori yang meriwayatkan bahwa Nabi Muhammad SAW menasehati umatnya untuk bersegera melaksanakan shalat ketika waktunya telah tiba sesuai dengan Al-Qur'an Surat An- Nisa ayat 142:

إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَدَعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كَسَالَى

يُرَاعُونَ النَّاسَ وَلَا يَدْرِكُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا

Artinya :

142. Sesungguhnya orang-orang munafik itu menipu Allah, dan Allah akan membalas tipuan mereka. Dan apabila mereka berdiri untuk shalat mereka berdiri dengan malas. Mereka bermaksud riya (dengan shalat) di hadapan manusia. dan tidaklah mereka menyebut Allah kecuali sedikit sekali.

Anjuran Islam sesuai dengan ayat di atas pada umat umat muslim untuk selalu menghormati dan memanfaatkan waktu dengan baik juga mampu mencerminkan dalam perintah ibadah yang selalu dikaitkan dengan keutamaan waktu, misalnya perintah tentang mengaji, sholat, hadits diriwayatkan oleh Abdullah bin Mas'ud menjelaskan bahwa pekerjaan yang paling dicintai Allah adalah shalat di waktu yang tepat juga ada surat At-Taubah ayat 54:

وما منعهم أن تقبل منهم نفقاتهم إلا أنهم كفروا بالله وبرسوله ولا يأتون الصلوة إلا وهم كسالى ولا ينفقون إلا وهم كرهون

Artinya :

54. dan tidak ada yang menghalangi mereka untuk diterima dari mereka nafkah-nafkahnya melainkan karena mereka kafir kepada Allah dan RosulNya dan mereka tidak mengerjakan sembahyang, melainkan dengan malas dan tidak (pula) menafkahkan (harta) mereka, melainkan dengan rasa enggan.

Beberapa ayat Al-Qur'an diatas telah memberikan penjelasan bahwasanya Islam sangat menganjurkan dalam segala hal sebagai umat manusia harus selalu memperindah ajaran tentang keutamaan waktu termasuk waktu-waktu dalam kegiatan akademik atau kegiatan pekerjaan.

B. Self-Regulated Learning

1. Definisi *self-regulated learning*

Self-regulated learning merupakan proses di mana mahasiswa melakukan strategi dengan mengatur kognitif, motivasi dan perilaku. Strategi kognitif meliputi upaya mengingatkan dan mempraktekkan materi materi secara konsisten, strategi dan elaborasi. mengorganisasikan materi sebagai strategi metakognisi termasuk dalam perencanaan, pemantauan, dan evaluasi. Strategi

motivasi termasuk menilai belajar menjadi sebuah kebutuhan diri sendiri atau intrinsik, harga diri, dan bertahan dalam menghadapi kesulitannya. Titik Kristiyani (2016 : 12)

Menurut Wolters (2003 : 63) menyatakan *self-regulated learning* merupakan suatu proses aktif dan konstruktif mahasiswa untuk proses pembelajaran dalam menetapkan suatu tujuan dan berusaha mengatur, memantau, mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku, yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan yang memprioritaskan konteks lingkungan. Zimmerman (1990 : 80) mengartikankan *self-regulated learning* ialah tingkat kognitif, motivasi, dan perilaku seseorang dalam memproses belajar yang dilakukan untuk menggapai tujuan belajarnya.

Sedangkan menurut para ahli psikologi sosial dan kognitif menyatakan *self-regulated learning* merupakan suatu proses yang mampu mengubah dengan cara pelatihan. Ormrod (2006 : 12) pelatihan disini sebagai sebuah proses dalam *self-regulated learning* mencakup penciptaan untuk mencapai tujuan, rencana yang sesuai dengan tujuan awal, monitoring implementasi strategi, penggunaan strategi, serta mengevaluasi diri untuk seluruh proses selama pembelajaran. *self-regulated learning* juga sebagai suatu *spirit* yang termasuk dalam harapan hasil belajar, efikasi diri, pemaparan keberhasilan atau kegagalan untuk menyelesaikan tugas, nilai tugas, kepuasan diri untuk individu, bahkan minat dalam mengerjakan tugas. Zimmerman (2002 : 66).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas bahwa *self-regulated learning* adalah suatu proses aktif dan konstruktif untuk melakukan

strategi – strategi dengan mengatur kognisi, metakognisi, motivasi dan perilaku, sehingga bisa memprioritaskan dengan konteks lingkungan supaya bisa didorong atau diarahkan sesuai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

2. Komponen-komponen *Self-Regulated Learning*

a. Komponen metakognitif

Hubungannya dengan belajar, metakognisi dipandang sebagai pengetahuan tentang apa yang mereka ketahui. Metakognisi didefinisikan sebagai suatu kemampuan individu untuk memahami dan mengetahui sesuatu untuk meregulasi dirinya dalam kegiatan belajar Flavell (1979 : 902). Komponen ini berfungsi untuk memantau, merencanakan, mengevaluasi cara berfikir dan memodifikasinya. Komponen metakognitif Pintrich (1992 : 151) meliputi perencanaan, penetapan tujuan, pengorganisasian, pemantauan diri, dan evaluasi diri. Komponen ini memungkinkan mahasiswa sadar akan kondisi diri sendiri, sadar akan ilmu yang dimiliki, dan mampu menentukan pendekatan pilihan belajarnya.

b. Komponen Motivasi

Motivasi adalah sebuah keinginan atau dorongan siswa untuk berusaha komitmen dengan menyelesaikan tugasnya. Motivasi siswa akan tampak jika siswa tersebut melakukan aktivitas dan intensitas dengan baik atas ketekunan dan usahanya terhadap suatu kegiatan. Pintrich & Schauraben (1992: 154) Komponen ini merupakan kontrol diri dan pengaturan upaya dalam mengerjakan tugas, seperti mengatasi gangguan untuk tetap memiliki komitmen atau kemampuan untuk bertahan dalam

mengerjakan tugas yang sulit.

c. **Komponen Kelola Sumber Daya**

Komponen kelola sumber daya termasuk memilih, mengelola, dan pengendalian terhadap lingkungan untuk mengoptimalisasikan pembelajaran. Komponen ini termasuk mencari bantuan para ahli, mencari pemberitahuan, dan tempat yang paling sesuai untuk melakukan belajar, untuk mengajar diri sendiri, dan untuk memberikan penguatan diri.

3. **Aspek-aspek *Self-Regulated Learning***

Self regulated adalah landasan dalam proses sosialisasi yang mencakupi fisik, kognitif dan perkembangan emosi. Untuk mencapai tujuan alkademiknya dengan baik siswa harus mampu memiliki regulasi diri dan kontrol diri pada tingkat yang tinggi. *Self regulated* itu diterapkan dalam *self-regulated learning*, untuk fokuskan pada proses regulasi diri agar mendapatkan kemampuannya dalam akademik.

Self regulated diterapkan dalam *self-regulated learning* menuntut siswa agar fokus pada suatu proses untuk meregulasi dirinya agar dapat mendapatkan kemampuan akademik. Menurut Zimmerman (1989 : 329), terdiri dari tiga aspek umum pembelajaran akademik, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

Berdasarkan aspek-aspek diatas, menurut Wolter, dkk memaparkan secara jelas penerepan strategi pada setiap aspek *self-regulated learning* sebagai berikut:

a) Kognisi

Strategi untuk mengatur atau mengontrol kognisi, termasuk berbagai

aktivitas metakognitif dan kognitif yang dilakukan seseorang untuk beradaptasi dan merubah kognisi mereka. Strategi untuk meregulasi kognisi termasuk:

1. Strategi pengulangan (*rehearsal*) termasuk upaya untuk meningkatkan materi dengan mengulangi berkali-kali.
2. Strategi elaborasi (*elaboration*) mencerminkan “pembelajaran mendalam” dengan mencoba meringkas materi dengan menggunakan kalimat sendiri
3. Strategi organisasi (*organisation*) mencakupu “proses mendalam” melalui penggunaan berbagai titik seperti membuat catatan, menggambar diagram dan grafik untuk mengatur materi.
4. Strategi metakognisi (*metacognition regulation*) meliputi perencanaan, pemantauan, dan strategi untuk mengatur pembelajaran, seperti menentukan tujuan kegiatan menulis, membuat atau memahami penyesuaian pada perubahan sehingga ada peningkatan dalam mengerjakan tugas.

b) Motivasi

Strategi ini untuk mengatur motivasi yang turut terlibat dalam kegiatan dimana siswa memiliki tujuan tertentu untuk mencoba memulai, mengatur, atau meningkatkan keinginan untuk memulainya dan mempersiapkan tugas – tugas selanjutnya. Regulasi motivasi mencakup beberapa tindakan, perilaku dan pemikiran, hal ini siswa mencoba mempengaruhi pilihan dan perilaku keserusan mereka untuk tugas

akademiknya. Regulasi motivasi meliputi:

1. *Mystery self-talk* adalah berpikir tentang berorientasi pada menguasai tujuan, seperti memenuhi rasa ingin tahu, menjadi lebih meningkat perasaan otonom dan lebih kompeten.
2. *Extrinsic self-talk* adalah ketika siswa menghap dengan menginginkan untuk mengakhiri proses belajar, siswa akan memikirkan untuk mendapatkan nilai yang tinggi atau berprestasi di kelas menjadikan salah satu cara untuk meyakinkan diri mereka sendiri serta meneruskan aktivitas mereka pelajari itu.
3. *Relative ability self-talk* adalah ketika siswa berfikir tentang kinerja tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran, dengan melakukan upaya yang lebih baik daripada yang lain untuk terus berusaha keras.
4. Strategi peningkatan yang relevan (*relevance enhancement*) melibatkan upaya siswa untuk meningkatkan keterikatan atau makna tugas dengan kehidupan atau kepentingan individu.
5. Strategi peningkatan minat situasional (*situational interest enhancement*) merupakan gambaran kegiatan siswa ketika mencoba untuk meningkatkan motivasi intrinsik dalam melakukan tugas melalui salah satu situasi atau ketertarikan pribadi.
6. *Self-consequating* adalah bahwa siswa menentukan dan mempersiapkan diri mereka sendiri dengan konsekuensi intrinsik untuk konsisten dalam aktivitas mereka belajar. Siswa dapat menggunakan *reward* dan *punishment* yang sesuai secara verbal sebagai bentuk

konsekuensi.

7. Strategi penyusunan lingkungan (*environment structuring*) menjelaskan siswa untuk berkonsentrasi untuk mengurangi gangguan di lingkungan belajar mereka atau lebih umum untuk meregulasi dan mengelola kesiapan fisik dan mental mereka untuk menyelesaikan tugas akademis.

c) Perilaku

Strategi perilaku merupakan untuk mengatur perilakunya yang melibatkan upaya seseorang untuk mengatur perilaku mereka sendiri. Siswa juga dapat mengatur waktu dengan baik dan mempelajarinya suasana dengan mengontrol pembelajaran bersama mengenakan rencana dan jadwal belajar yang dibuatnya jika akan belajar. Regulasi perilaku meliputi:

1. *Effort Regulation* adalah meregulasikan usaha
2. *Time/study environment* adalah untuk mempermudah jadwal proses belajar siswa mampu mengatur waktu dan tempat untuk belajar
3. *Help-seeking* adalah berusaha mencari bantuan dari teman dekat, orang yang lebih dewasa, dan guru.

4. Karakteristik *Self-regulated Learning*

Menurut Zimmerman dalam Schunk dan Zimmerman (1998 : 10) karakteristik yang berhubungan pada *self-regulating person* sama dengan karakteristik yang berhubungan dengan dengan performa yang tinggi, gaya bicara yang tinggi (*high-capacity students*), sebagai bentuk dari performa yang rendah atau ketidakberhasilan dalam belajar (*learning disabilities*).

Penelitian yang dilakukan oleh Corno dalam Mukhid (2008: 2) menemukan karakteristik peserta didik yang belajar menggunakan *self-regulated* dengan yang tidak adalah:

- 1) Mereka terbiasa dan tahu bagaimana menggunakan serangkaian strategi kognitif (pengulangan, elaborasi, dan organisasi), yang membantu mereka untuk menyelesaikan, mengubah, mengatur, menguraikan, dan memperoleh kembali informasi. Mereka tahu bagaimana mengendalikan, merencanakannya, dan mengatur proses mental mereka menuju pencapaian sebuah tujuan pribadi (metakognisi).
- 2) Mereka tau bagaimana mengedalikan, mengatur, dan merencanakan proses mental menuju mencapai tujuan pribadi (metakognisi)
- 3) Mereka menunjukkan seperangkat keyakinan motivasi, seperti penggunaan tujuan pembelajaran, perasaan efikasi diri akademik, mengembangkan emosi positif terhadap tugas (misalnya, kepuasan, kegembiraan, dan antusiasme).
- 4) Mereka mampu mengontrol waktu dan merencanakan usaha yang dibutuhkan untuk digunakan mengerjakan tugas, dan mereka juga mengetahuinya cara membangun dan menciptakan lingkungan belajar yang baik, seperti: mencari bantuan dari guru/teman sekelas ketika kesulitan untuk menemui dan menemukan tempat yang cocok untuk belajar.
- 5) Mereka memperluas dari konteeks yang telah diberikan, mereka memperlihatkan usaha yang lebih besar untuk mengambil sebagian dalam mengatur tugas akademiknya, struktur kelas, suasana, organisasi kelompok

kerja kelas dan desain tugas kelas.

Karakteristik *self-regulated learning* ialah mereka melihat diri mereka sendiri sebagai agen dari perilaku mereka sendiri, mereka percaya belajar adalah proses pro-aktif, mereka memiliki motivasi diri dan menggunakan strategi yang memungkinkan mereka untuk meningkatkan hasil akademik yang diinginkan dan mencapai tujuan yang telah direncanakan.

5. Faktor-faktor *Self-Regulated Learning*

Upaya seseorang untuk mengarahkan atau mengatrr waktu dalam pembelajaran yang di pengaruhi oleh faktor-faktor yang muncul didalam diri, perilaku dan lingkungan belajarnya.

1) Faktor dalam diri

Dalam diri siswa tentunya memiliki faktor yang berpengaruh salah satunya ialah *self-konwledgw* atau pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang. Zimmerman (1989 : 302) menerangkan bahwa pengetahuan dalam *self-regulated learning* terbagi menjadi tiga enis pengetahuan yaitu:

- a. Pengetahuan deklaratif (*declarative knowledge*)
- b. Pengetahuan pose-dural (*procedural knowledge*)
- c. Pengetahuan kondisional (*conditional knowledge*)

2) Faktor Perilaku

Self-regulated learning dipengaruhi oleh perilaku yang dimunculkan ketika sedang mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan. Perilaku ini mempengaruhi satu sama lain, dan perilaku ini termasuk, yaitu:

- a. Pengamatan diri (*self-observation*) adalah tanggapan individu yang melibatkan pada pemantauan yang sistematis pada kinerja sendiri.

- b. Penilaian diri (*self-judgment*) adalah membandingkan kemampuan individu pada kinerja dengan individu lain sesuai dengan tujuan yang diinginkan untuk bisa di ditetapkan atau di capainya.
- c. Reaksi diri (*self reaction*) adalah respon peningkatan dari tujuan yang ditetapkan oleh individu. Bandura dalam Schunk, (1991 : 78)
- d. Reaksi diri dari lingkungan (*enviromental self reaction*) adalah upaya mengatur lingkungan agar nyaman untuk belajar atau menemukan makna dalam belajar.

3) Faktor Lingkungan

Struktur lingkungan belajar untuk menerapkan *self-regulated learning* merupakan situasi lingkungan belajar yang menyenangkan dan mempunyai peran penting, yang memberikan kebebasan pada siswa ialah faktor lingkungan karena membuat pilihan dorongan siswa untuk terlibat secara mental, emosional dan fisik serta memproses untuk melaksanakan pembelajaran, hal ini, mampu mengaplikasikan aktivitas yang produkti serta memeiliki ide kreatif, Degeng (2001).

Demikian dalam lingkungan belajar, apapun situasi dan kondisi pengaturannya, harus diarahkan agar siswa mudah untuk mempelajarinya. Cara menggunakan suasana di dalam kelas karena mempengaruhi keadaan belajar, komunikasi dan dialog didalam kelas dengan baik, dan mempunyai efek metakognisi serta kepentingan emosi pada siswa, Arends (2007 : 93-107). Dua pendapat ahli psikologis diatas menjelaskan bahwa faktor lingkungan belajar mempengaruhi kegiatan belajar peserta didik.

6. *Self-Regulated Learning* dalam Perspektif Islam

Islam adalah agama yang menganjurkan umatnya untuk selalu menghargai waktu dengan sungguh-sungguh dalam melakukan segala sesuatu. Salah satu yang mendukung pernyataan tersebut adalah QS. Al-Asr: dalam ayat 1-3 yang berbunyi:

والعصر (1) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خَسْرٍ (2) إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وتواصوا بالحقِّ وتواصوا بالصَّبْرِ (3)

Artinya :

1. Demi masa
2. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian
3. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal shaleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran

Ayat di atas menjelaskan bahwa orang yang tidak dapat memanfaatkan waktunya dengan sebaik-baiknya termasuk orang-orang yang merugikan dirinya sendiri.

Manusia diperintahkan untuk selalu berusaha dengan berusaha dan berdoa, begitu pula siswa dituntut untuk dapat mengatur, mengontrol waktu dan kegiatannya sesuai dengan kemampuan dan tujuan hidupnya. Dalam konteks ini, ini adalah pembelajaran yang diatur sendiri. Semua hasil diserahkan kepada Allah SWT, sehingga apapun hasilnya, siswa dapat menerimanya dengan ikhlas dan amanah. Dijelaskan dalam firman Allah QS. Ar-Ra'd ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَغَيِّرُ مَا بَقِيَتْ حَتَّىٰ يَغْيِرُوا مَا بَأَنفُسِهِمْ" وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدٍّ
له" وما لهم مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَّالٍ (11)

Artinya :

11. Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan, yang ada pada dirinya mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka taidak yang dapat menolaknya; dan sekali-kali taka da pelindung bagi mereka selain dia.

Menurut firman Allah, jelas bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dalam hal ini merupakan pelajaran, terutama bagi siswa untuk menetapkan tujuan belajarnya dengan baik agar dapat mencapai tujuannya.

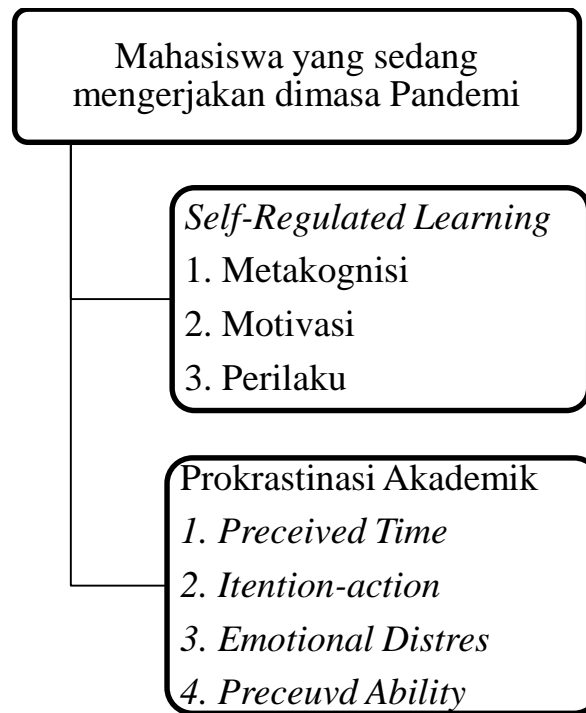
C. Kerangka Penelitian

Di masa pandemi perilaku prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang meningkat dalam dunia pendidikan dan sangat mempengaruhi terhadap pencapaian hasil belajar. Penelitian sebelumnya menunjukan bahwa prokrastinasi akademik di masa pandemi *covid-19* cukup tinggi dengan presentase 80 % Yuni Aklima, dkk (2020 : 924)

Salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu *self-regulated learning*. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang di lakukan oleh Wolters (2003: 183) dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan beberapa kompenen penting dari *self-regulated learning*. Salah satu komponen tersebut adalah kognitif yang dapat digunakan oleh individu untuk mengontrol kognisi dalam proses belajar.

Rendahnya kemampuan *self-regulated learning* menjadi penyebab terjadi prokrastinasi akademik pada individu. *Self-regulated learning* dibagi menjadi 3 aspek yaitu kognitif (*reherseal, elaboration*), motivasi (*mastery self talk, extrinsic self-talk, relative ability self-talk, relevance enhancement, situational interest*

enclamen), dan perilaku (*effort rgulation, time/study envirinmentm help sekking*). Semakin tinggi *self-regulated learning* yang dimiliki maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik, karena individu yang memiliki *self-regulated learning* yang baik diharapkan mampu menyeimbangkan peran yang harus dijalankan dan cenderung lebih mampu mengatur waktu belajar dalam menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya.



Gambar 2.1 Kerangka berfikir

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban yang sementara dari rumusan masalah yang diajukan oleh peneliti dan dijelaskan oleh landasan teori dan harus diuji kebenarannya melalui data yang telah dikumpulkan Arikunto (2015: 18).

Semua penelitian dimulai dari pertanyaan yang diajukan oleh peneliti, hipotesis pada dasarnya adalah jawaban penelitian terhadap pertanyaan yang telah diajukan itu, jawaban ini diberikan sebelum penelitian itu sendiri. Karena itu, jawaban ini masih perlu diuji kebenarannya (hipotesis diuji, bukan dibuktikan kebenarannya), dengan kata lain hipotesis adalah jawaban sementaram dari peneliti terhadap pertanyaan itu sendiri. Prasetya (1999: 47)

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian apakah ada pengaruh *self-regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Ho : Tidak ada pengaruh *Self-regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik di masa pandemi *covid-19* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Ha : Ada pengaruh *Self-regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik di masa pandemi pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, karena data yang diperoleh akan diwujudkan dalam bentuk angka-angka dan dianalisis dengan menggunakan pendekatan asosiatif kausal. Menurut Sugiyono (2013 : 13) pendekatan kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, penelitian ini digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel dengan menggunakan teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *probability sampling*. Dalam penelitian ini, analisis data dalam penelitian ini bersifat statistik yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang sudah ditetapkan, penelitian ini menggunakan pendekatan asosiatif kausal. Alasan menggunakan pendekatan asosiatif kausal ialah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan atau pengaruh yang bersifat sebab dan akibat pada salah satu variabel *independent* yang mempengaruhi variabel *dependent*.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Setiap melakukan kegiatan penelitian perlu memfokuskan perhatiannya pada beberapa gejala utama dan fenomena lainnya yang relevan. Dalam penelitian psikologi dan sosial termasuk kedalam fenomena yang merupakan konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat subjek penelitian yang bervariasi. Hal ini disebut dengan variabel Azwar (2007 :

60). Sejalan dengan pendapat Sugiyono (2009 : 58) variabel penelitian merupakan suatu sifat atau atribut dari individu, obyek, atau kegiatan yang menetapkan untuk dipelajarinya dan membuat kesimpulan. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang digunakan yaitu, *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik. Variabel terikat atau *dependent variabel* (Y) yaitu prokrastinasi akademik sedangkan variabel bebas atau *independent variable* (X) *self-regulated learning*.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu definisi membahas variabel-variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel tersebut yang diamati. Azwar (2011 : 74) adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang ada pada penelitian ini sebagai berikut:

1. *Self-Regulated Learning*

Definisi operasional *Self-Regulated Learning* adalah pengaturan diri bersifat aktif atau konstruktif untuk mengedalikan dirinya terhadap belajar agar bisa memunculkan strategi-strategi dalam kemampuan belajar untuk pengorganisasian, pemantauann perencanaan dan pelaksanaan evaluasi terhadap suatu aktivitas ketika belajar yang dilakukan oleh individu dalam mencapai tujuan berdasarkan aspek-aspek *self-regulated learning* yang meliputi metakognisi, motivasi, dan perilaku, kemudian semuanya mampu mengarahkan dan didorong oleh tujuan dengan mengutamakan konteks lingkungan.

2. Prokrastinasi Akademik

Definisi operasional prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan perilaku mahasiswa dalam menanggapi tugas-tugas atau pekerjaannya yang melibatkan elemen menunda-nunda pekerjaan, baik untuk memulainya atau menyelesaikan tugas, sehingga kemampuan untuk belajar mengakibatkan kegagalan atau keterlambatan untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan sehingga akan menyebabkan kecemasan. Untuk mengetahui prokrastinasi akademik mahasiswa akan diukur melalui skala prokrastinasi akademik. Skala tersebut berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang meliputi: *Perceived* (keterlambatan dalam memulai dan menyelesaikan tugas akademik), *Intention-atin* (kesenjangan waktu antara kinerja yang direncanakan dan aktual), *Emotional distress* (memiliki kecemasan ketika melakukan prokrastinasi), dan *Perceived ability* (kepercayaan pada kemampuan seseorang).

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari objek atau individu yang akan diteliti dengan memiliki karakteristik yang sama Latipun (2011 : 25). Sedangkan menurut Azwar populasi diartikan sebagai suatu kelompok individu yang mencoba untuk menggeneralisasikan hasil penelitian. Kelompok individu atau biasa disebut dengan subjek ini harus mempunyai karakteristik atau ciri-ciri bersama yang membedakan dari

kelompok subjek lainnya Azwar (2011 : 77). Adapun, populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Jumlah populasi pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang saat ini sedang mengerjakan skripsi adalah 2.375 mahasiswa

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai ciri-ciri yang sama dengan populasi. Teknik pengambilan sampel pada Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* yaitu sampling yang memberikan kesempatan yang sama untuk setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota dari sampel. Sampel merupakan separuh dari jumlah populasi yang akan diteliti. Arikunto (2006 : 112) apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sedangkan untuk subyek yang lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10- 15% atau 20-25% atau lebih.

Mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi memiliki jumlah 2.375 mahasiswa dari 7 fakultas yaitu fakultas ilmu tarbiyah dan keguruan, fakultas syariah, fakultas humaniora, fakultas psikologi, fakultas ekonomi, fakultas sains dan teknologi dan fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, untuk menemukan sampel dalam penelitian ini dari jumlah populasi tersebut diambil 10% dari populasi sehingga jumlahnya adalah $10\% \times 2.375$ mahasiswa = 238 mahasiswa. Maka sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini

berjumlah 238 subyek. Data tersebut diambil dari masing – masing fakultas dengan menggunakan pengajuan surat resmi.

Teknik pengambilan sampel adalah teknik sampling Sugiyono (2010 : 56). Alasan menggunakan teknik ini *probability sampling* karena populasi dalam penelitian ini ialah mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi yang terbagi menjadi 7 fakultas, agar semua fakultas dapat terwakili maka sampel diambil dari setiap fakultas dengan proporsi yang sama, dalam pengambilan sampelnya peneliti mencapur subjek-subjek di dalam populasi sehingga semua subjek dianggap sama, dengan demikian peneliti memberikan hak-hak yang sama kepada setiap subjek untuk memperoleh kesempatan yang di pilih menjadi sampel (Arikunto, 2010 : 177). Hal tersebut dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 3.1 Daftar Sampel Penelitian

No.	Nama Fakultas	Jumlah Mahasiswa	Presentase	Sampel
1	Humaniora	160	10%	16
2	Ilmu Tarbiyah dan keagamaan	586	10%	59
3	Ekonomi	250	10%	25
4	Psikologi	323	10%	32
5	Syariah	166	10%	17
6	Sains dan Teknologi	776	10%	77
7	Kedokteran	114	10%	14
	Jumlah	2.375		238

E. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto teknik pengumpulan data adalah bagaimana cara data tersebut mengenai variabel dalam penelitian yang dapat diperoleh, dalam penelitian ini pengumpulan data ialah langkah yang sangat penting karena akan menjawab permasalahan-permasalahan dalam penelitian yang digunakan.

1. Wawancara

Wawancara merupakan sebuah dialog yang dilakukan antara subjek dan pewawancara untuk memperoleh informasi Arikunto (2006 : 155). Tujuan penelitian ini menggunakan metode wawancara ialah untuk menggali dan melengkapi data pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Data wawancara yang di peroleh dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi dilakukan untuk pra penelitian yang di lakukan pada tanggal 16 September – 1 Oktober. Hal ini untuk memperoleh informasi tentang pandangan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, hambatan apa saja yang sering terjadi selama mengerjakan skripsi, dan kondisi psikologis selama pengerjaan skripsi.

2. Skala

Penelitian ini diukur menggunakan metode skala prokrastinasi akademik dan *self-regulated learning*. Skala adalah sejumlah pernyataan atau pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis Azwar (2007:5). Tujuan pemberian skala pada subjek adalah untuk mendapatkan data yang

relevan dan mendapatkan data yang realibilitas dan validitas.

Penelitian ini menggunakan dua jenis skala yang terdiri dari prokrastinasi akademik dan *self-regulated learning*. Menurut Azwar (2007 : 6) dalam mengisi penelitian ini menggunakan skala Likert, dimana setiap skala memiliki empat karakteristik jawaban alternatif yang dipisahkan yang menjadi *favorable* dan *un-favorable*, dengan penilaian rentangan empat poin jawaban yaitu sebagai berikut:

1. SS= Sering Sekali
2. S = Sering
3. J = Jarang
4. TP = Tidak Pernah

Tabel 3.2 Skoring tiap jawaban pada skala *self-regulated learning* dan skala prokrastinasi akademik

Kategori Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS	4	1
S	3	2
J	2	3
TP	1	4

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik.

1. *Self-Regulated Learning*

Self regulation diterapkan dalam *self-regulated learning* menuntut siswa untuk fokus pada proses regulasi diri untuk memperoleh kemampuan akademik. Menurut Zimmerman (1989 :

329), terdiri dari tiga aspek umum pembelajaran akademik, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

Tabel 3.3 *Blue Print* Skala *Self Regulated Learning*

No	Aspek-aspek	Indikator	Item	
			Favorable	Unfavorable
1	Kognisi	Strategi pengulangan(<i>rehearsal</i>)	1	2
		Strategi elaborasi (<i>alaboration</i>)	3	4
		Strategi Organisasi (<i>Organisation</i>)	5	6
		Strategi metakognisi (<i>metacognition regulation</i>)	7	8
2.	Motivasi	<i>Mystery self-talk</i> (memuaskan keingintahuan menjadi lebih kompeten)	9	10
		<i>Extrinsic Self-talk</i> (berfikir untuk memperoleh prestasi lebih tinggi)	11	12
		<i>Relative ability self-talk</i> (melakukan usaha yang lebih baik)	13	14
		<i>Relevance enchancement</i> (meningkatkan keterhubungan tugas dengan kehidupan)	15	16
		<i>situational interest enhacement</i> (meningkatkan motivasi)	17	18
		<i>Self-consequating</i> (Konsekuensi diri)	19	20
		<i>environment struMotcturing</i> (Penyusunan lingkungan)	21	22
	Perilaku	<i>Effort regulation</i> (usaha)	23	24

		<i>Time/study enviorment</i> (mengatur waktu untuk mempermudah proses belajar)	25	26
		<i>Help-sekking</i> (mencoba mendapatkan bantuan dari teman sebaya)	27	28
	Jumlah		14	14

2. Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari, dkk (1995) mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi akademik mampu termanidestasikan sesuai dengan aspek dan indikator yang dapat diukur dan diamati, berikut ini *blue print* skala prokrastinasi akademik yang disajikan pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.4 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik

No	Aspek-aspek	Indikator	Item	
			Favorable	Unfavorable
1	<i>Perceived time</i> (gagal dalam menempati deadline)	Gagal menyelesaikan tugas	1, 2	3, 4
		Gagal mengatur waktu	5	6
2.	<i>Intencebtion-action</i> (kesenjangan antara rencana dan kinerja)	Kesulitan melakukan sesuatu	7, 8	9, 10
		Kesulitan membagi waktu	11, 12	13, 14
3.	<i>Emotional distress</i> (kecemasan ketika menunda tugas)	Perasaan tidak menyenangkan	15	16
		Merasa yakin dapat menyelesaikan dibawah tekanan	17	18
4.		Takul Gagal	19	20

	<i>Perceived ability</i> (kepercayaan pada kemampuan seseorang)	Ragu –ragu	21	22
Jumlah			11	11

F. Validitas dan Realibilitas

1. Validitas

Validitas (*validity*) memiliki arti sejauh mana kecermatan atau ketepatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. Suatu instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurannya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukan pengukuran tersebut. Tes dapat dikatakan validitasnya rendah jika tes tersebut menghasilkan data yang tidak relevan (Azwar, 2007 : 5).

Koefisien validitas memiliki arti jika bergerak dari 0.00 sampai 1.00 dan batas minimum koefisien korelasi dianggap memuaskan jika $r \geq 0.30$ (Azwar 2012: 143). Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji validitas *pearson correlation* yaitu pengujian terhadap korelasi antar tiap butir (item) dengan skor total nilai jawaban sebagai kriteria.

Selanjutnya skala *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik yang telah melakukan ujicoba pada item untuk membedakan kelompok yang memiliki atribut dengan yang tidak memiliki atribut yang dapat diukur (Azwar, 2007: 41). Daya beda ini diperoleh dengan

koefisien validitas yang memiliki arti jika bergerak dari 0.00 sampai 1.00 dan batas minimum koefisien korelasi dianggap memuaskan jika $r \geq 0.30$ koefisien korelasi dianggap tidak memuaskan (Azwar 2012: 143). Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji validitas *pearson correlation* yaitu pengujian terhadap korelasi antar tiap butir (item) dengan skor total nilai jawaban sebagai kriteria..

Uji coba dalam penelitian ini melibatkan 40 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Setelah data terkumpul, kemudian perhitungan untuk mengetahui validitas item maka penelitian ini menggunakan bantuan dengan perangkat lunak menggunakan *software IBM SPSS.25 for Windows*. Hasil analisis pengukuran skala prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa 22 item yang di ujikan, terdapat 22 item yang baik.

Tabel 3.5 Hasil *Pearson correlation* skala prokrastinasi

No	Pearson Corelation	No	Pearson Corelation
1.	,490"	12.	,738"
2.	,598"	13.	,637"
3.	,499"	14.	,638"
4.	,476"	15.	,340"
5.	,446"	16.	,554"
6.	,338"	17.	,755"
7.	,528"	18.	,418"
8.	,401"	19.	,494"
9.	,644"	20.	,321"
10.	,404"	21.	,652"
11.	,533"	22.	,618"

Hasil analisis pengukuran skala *self-regulated learning* oleh 40 mahasiswa yang mengisi menunjukan bahwa dari 28 item yang telah di

ujikan, mendapatkan 24 item yang baik dan 6 item yang gugur. Pada skala *self-regulated learning*, proporsional setiap aspek yang tidak seimbang. Hal ini dapat dipertanggung jawabkan dengan aspek-aspek yang tidak memiliki tujuan ukur yang berbeda secara spesifik satu sama lain melainkan dimensi saja dari satu tujuan alat ukur yang luas (Azwar, 2007: 44).

Tabel 3.6 *Pearson correlation* skala *Self-regulated learning*

No	Pearson Corelation	No	Pearson Corelation
1.	,781''	15.	,506''
2.	,738''	16.	,238''
3.	,713''	17.	,391''
4.	,136''	18.	,497''
5.	,752''	19.	,450''
6.	,741''	20.	,579''
7.	,692''	21.	,692''
8.	,658''	22.	,667''
9.	,389''	23.	,448''
10.	,350''	24.	-,063''
11.	,553''	25.	,622''
12.	,334''	26.	,663''
13.	,519''	27.	,438''
14.	,617''	28.	,223''

Selain itu, dari 24 item yang terpilih berdasarkan koefisien korelasi yang tinggi, item – item tersebut masih menghasilkan realibilitas dengan hasil yang memuaskan..

Tabel 3.7 Spesifikasi *Self-Regulated Learning*

Aspek	Indikator	No. Item Baik		No. Item Gugur	
		Favo	Unfavo	Favo	Unfavo
Motivasi	Strategi pengulangan (<i>rehearsal</i>)	1	2		
	Strategi elaborasi (<i>elaboration</i>)	3	-		4

	Strategi Organisasi (<i>organisation</i>)	5	6		
	Strategi metakognisi (<i>metacognition regulation</i>)	7	8		
Kognisi	<i>Mystery self-talk</i> (memuaskan keingintahuan menjadi lebih kompeten)	9	10		
	<i>Extrinsic Self-talk</i> (berfikir untuk memperoleh prestasi lebih tinggi)	11	12		
	<i>Relative ability self-talk</i> (melakukan usaha yang lebih baik)	13	14		
	<i>Relevance enchancement</i> (meningkatkan keterhubungan tugas dengan kehidupan)	15			16
	<i>Situational interest enchancement</i> (meningkatkan motivasi)	17	18		
	<i>Self-consequating</i> (Konsekuensi diri)	19	20		
	<i>Environment structuring</i> (Penyusunan lingkungan)	21	22		
		<i>Effort regulation</i> (usaha)	23	-	
	<i>Time/study envoirment</i> (mengatur waktu untuk mempermudah proses belajar)	25	26		
	<i>Help-sekking</i> (mencoba mendapatkan bantuan dari teman sebaya)	27	-		28

2. Reliabilitas

Reliabilitas (*reability*) adalah suatu pengukuran yang mempunyai reliabilitas disebut dengan pengukuran yang dapat

(*reliable*). Walaupun reliabilitas memiliki beberapa nama seperti kepercayaan, keteguhan, keandalan, stabilitas dan konsistensi, ide utama yang termasuk dalam konsep reliabel adalah sejauh mana suatu hasil pengukuran dapat dipercaya Azwar (2007 : 4). Pengukuran realibilitas da;am penelitian ini dilakukan perhitungan realibilitas *koefisien alpha Cronbach*. Pengukuran realibilitas dianggap reliabel apabila melebihi dari nilai $r_{xx}=0,700$.

Tabel 3.8 Hasil reliabilitas *Self-regulated Learning*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.900	28

Berdasarkan pengolahan data diatas yang telah dilakukan untuk memperoleh reliabilitas untuk alat ukur tingkat *self-regulated learning* adalah 0,900 sehingga dinyatakan reliabilitas pada skala *self-regulated learning* yang memuaskan.

Tabel 3.9 Hasil Realibilitas Prokrastinasi Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.887	22

Dapat dilihat dari pengolahan data diatas yang telah dilakukan untuk memperoleh reliabilitas untuk alat ukur tingkat prokrastinasi akademik adalah 0,887 sehingga dapat dikatakan reliabilitas pada skala prokrastinasi akademik memuaskan.

G. Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan suatu bentuk analisis data penelitian untuk menguji hasil penelitian. Untuk melakukan analisis deskriptif melalui pengujian hipotesis deskriptif. Perhitungan ini dilakukan untuk melihat tingkat *self regulated learning* pada prokrastinasi akademik, sehingga dapat diketahui tingkatannya, apakah tergolong tinggi, sedang atau rendah.

- a. Mencari Mean Hipotetik dengan rumus sebagai berikut :

$$\mu \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k$$

Keterangan :

μ : Rerata hipotetik

i_{\max} : Skor Maksimal item

i_{\min} : Skor minimal item

$\sum k$: Jumlah item yang valid

- b. Mencari standar deviasi

Sebelum masuk ke perhitungan klasifikasi, terlebih cari dulu rata-rata skor kelompok (M) dan standar deviasi kelompok (SD) dengan menentukan standar deviasi dengan rumus sebagai berikut:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2 - (\sum x)^2}{N - 1}}$$

Keterangan:

SD = Standar Deviasi

X = Skor x

N = Jumlah Responden

a. Menentukan Kategorisasi

Mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian harus melakukan analisis data terlebih dahulu. Analisis data adalah untuk menjawab dari rumusan masalah dalam penelitian ini. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasi, yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh terhadap dua variabel atau lebih.

Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi dan tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, dikategorisasikan berdasarkan model distribusi normal Azwar (2007 : 106). Kategori penilaian masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 3.10 Kategori Penilaian

Kategori	Kriteria Jenjang
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) < X < (M + 1,0 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$

a. Analisis Prosentase

Setelah mengetahui *mean* dan standar deviasi, maka dihitung dengan rumus prosentase, berikut rumusnya:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P= Prosentase

F= Frekuensi

N= Jumlah responden

Analisis deskriptif ialah untuk menguji hasil penelitian. Untuk mengetahui hasil penelitian, peneliti menggunakan program kategorisasi dari *excel* yaitu Kateg versi 0.1.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Menurut Umar (2011:181) mengatakan bahwa uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel terikat, variabel bebas atau keduanya mendekati secara normal atau terdistribusi secara normal. Menurut Sugiyono (2015:323) penggunaan uji normalitas dapat menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dengan kriteria - kriteria yang berlaku, jika hasil signifikan $> 0,005$ yang berarti residual berdistribusi normal. Sebaliknya $< 0,005$ yang berarti residual tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono (2015:323) uji linearitas dapat digunakan untuk mengetahui apakah variabel terikat atau variabel bebas memiliki pengaruh linear atau tidak linier secara signifikan. Untuk melakukan uji linearitas dapat dilakukannya melalui *test of linearity*. Kriteria dalam uji ini yang berlaku adalah jika hasil signifikan pada $linearity < 0,05$ maka dapat diartikan bahwa antara variabel bebas dan variabel terikat yang terdapat pengaruh yang linear tetapi jika $> 0,05$ maka dapat diartikan bahwa antara variabel bebas dan variabel terikat tidak terdapat pengaruh.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk melihat apakah ada pengaruh yang signifikan pada *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik yang signifikan terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi, maka dilakukan uji hipotesis yang bertujuan untuk menguji pengaruh antara dua variabel menggunakan analisis regresi sederhana untuk menentukan dasar peramalan dari satu distribusi data yang terdiri dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dapat di proses dengan jenis data kemudian disajikan dalam bentuk tabel menggunakan *SPSS Versi 25*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. PELAKSANAAN PENELITIAN

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan salah satu perguruan tinggi yang secara umum mencirikan Agama Islam berada dibawah binaan Departemen Agama dan secara akademik dibawah pengawasan Departemen Pendidikan Nasional.

UIN Maliki Malang memiliki perubahan status yang berasal dari Institut Agama Islam Negeri (IAIN) berubah menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang. STAIN Malang ini merupakan pemindahan dari fakultas ilmu tarbiyah IAIN Sunan Ampel Surabaya dengan berdasarkann surat keputusan Presiden Republik Indonesia nomor 11 tahun 1997 tanggla 21 Maret 1997 tentang pendirian sekolah tinggi Agama Islam Negeri, surat keputusan menteri Agama Republik Indonesia nomor 296 tanggal 30 Juni 1997 tentang organisasi dan tata kerja STAIN Malang. Surat keputusan Dirjen Bina Kelembagaan Agama Islam nomor E/ 136/ 1997 tanggal 30 Juni 1997 tentang alih status dari Fakultas Tarbiyah menjadi Sekolah Tingggi Agama Islam Negeri (STAIN)

Pada tanggal 23 Januari 2002 melakukan penandatanganan persetujuan pendidikan dalam bentuk Universitas Islam Indonesia-Sudan (UIIS) antara Menteri Agama dengan Menteri Riset dan

Pendidikan Sekoalh Tinggi Republik Indonesia-Sudan di Khatoun Sudan.

Setelah itu, pada tanggal 23 Januari 2003 terjadi penandatanganan kembali surat keputusan Mentei Pendidikan Nasional dengan Menteri Agama RI nomor 1/0/SKB/2004 dan NB/B.V/HK.00.1/058/04 tentang perubahan bentuk Universitas Islam Indonesia Sudan menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. Kemudian pada tanggal 21 Juni 2004 lahir Keputusan Presiden RI nomor 50/2004 tantang perubahan Universitas Islam Indonesia Sudan (UIIS) menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang.

Pada tanggal 27 Januari 2009, Presiden Republik Indonesia, Dr. H. Susilo Bambang Yudhoyono menamai Universitas ini dengan nama Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Mengingat nama yang cukup panjang untuk dilafalkan, maka dalam sambutannya yang ke empat, Rektor menyampaikan singkatan nama Universitas ini menjadi UIN Maliki Malang.

2. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan estimasi waktu untuk melakukan penyebaran skala dalam penelitian dimulai pada tanggal 9 Desember 2021 - 25 Desember 2021 seluruh subjek mengisi skala yang telah diberikan secara personal atau individu. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Maliki Malang dan mahasiswa yang sedang

mengerjakan skripsi di masa pandemi.

3. Jumlah Subjek Penelitian yang Dianalisa

Populasi dalam penelitian ini ialah mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi sebanyak 2.375 mahasiswa. Mahasiswa yang mengisi skala ini terdiri dari 7 fakultas yang ada di UIN Maliki Malang, yaitu Fakultas Humaniora, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keagamaan, Fakultas Syariah, Fakultas Psikolog, Fakultas Sanins dan Teknologi, Fakultas Ekonomi serta Fakultas Kedokteran.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini melakukan *probability sampling*, karena subjek penelitian ini lebih dari 100 orang, maka subjek akan diambil antara 10-15% atau lebih dari itu. Dalam penelitian ini untuk mengambil subjek sebanyak 10% dari jumlah populasi. Mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi yang berjumlah 2.375 mahasiswa dari 7 fakultas, untuk menemukan sampel dalam penelitian ini adalah jumlah keseluruhan populasi yang diambil hanya 10%. Jadi, jumlahnya adalah $10\% \times 2.375$ mahasiswa = 238 mahasiswa. Maka subjek yang digunakan sebanyak 238 mahasiswa.

4. Prosedur Administrasi dan Pengambilan Data

Pengambilan data mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi peneliti memberikan surat resmi yang telah di lampirkan. Jumlah fakultas yang ada di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebanyak tujuh fakultas. Hal ini, dilakukan pada tanggal 22 Oktober 2021.

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala *online* yang telah dibuat oleh peneliti melalui *google form* terhadap 238 subjek. Sebelum subjek mengisi skala yang telah diberikan oleh peneliti subjek terlebih dahulu membaca petunjuk pengisian dan mengisi identitas yang disediakan pada *google form*. Dalam penyebaran skala ini juga peneliti mendapatkan bantuan dari teman-teman yang berbeda fakultas untuk menyebarkan link skala penelitian.

5. Hambatan – Hambatan

Pengambilan data yang diberikan pada fakultas – fakultas yang ada di UIN Maliki Malang, ada beberapa fakultas yang menjadi penghambat karena prosesnya yang sulit sehingga data dapat terkumpul harus menunggu 8 hari kerja. Bukan hanya itu, hambatan lain juga dilakukan ketika penelitian berlangsung. Karena saat penyebaran skala pada grup angkatan kesetiap fakultas kurang diperhatikan dan hanya beberapa orang yang mengisi skala tersebut. Sehingga yang menjadikan solusi agar bisa mengisi yang sesuai kriteria yaitu dengan cara *chat* personal.

B. HASIL PENELITIAN

1. Analisis Deskriptif

a. Analisis Data *self-regulated learning*

Penelitian ini untuk mempermudah pembaca hasil data deskriptif dalam penelitian ini yang terdapat tiga bagian subjek dalam skala *Self-regulated learning* ialah rendah, sedang dan tinggi

dengan menggunakan data hipotetik. Untuk mengetahui hasil analisis deskriptif ini peneliti menggunakan program *excel* kategorisasi atau kateg versi 0.1. berikut tabel yang memberikan gambaran:

Tabel 4.1 Hipotetik *self-regulated learning*

Variabel	N	Skor Minimal	Skor Maksimal	Mean	Std. Deviasi
Hipotetik	238	1	4	60	12

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Maliki Malang pada 238 subjek dibagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Presentase nilai dan klasifikasi pada *self-regulated learning* pada. Berikut tabel kategorinya :

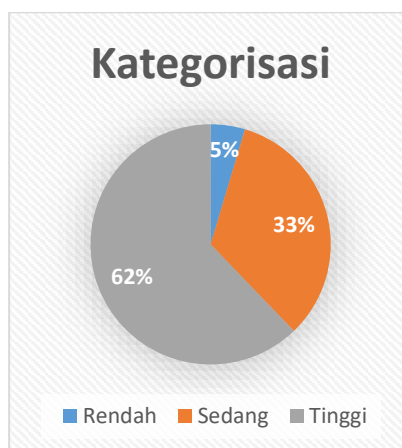
Tabel 4.2 Kategorisasi *Self-regulated learning*

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 48$	Rendah	11
$\leq X < 72$	Sedang	79
≥ 72	Tinggi	148
Jumlah		238

Hasil data analisis diatas bahwa tingkat *self-regulated learning* dalam mengerjakan skripsi dimasa pandmei masih dalam kategori tinggi sebanyak 143 orang artinya mereka mampu mengatur dan memiliki strategi untuk mengerjakan tugas akhirnya hingga tugas dapat terselesaikan dengan tepat waktu, 79 orang dengan kategorisasi sedang mereka masih mempunyai strategi untuk belajar meskipun tidak konsisten, dan kategori rendah sebanyak 11

artinya mahasiswa dengan *self-regulated learning* yang rendah mereka tidak bisa mengatur waktu untuk mengerjakan skripsi.

Berikut presentase dari kategorisasi ini :



Gambar 4.1 Presentase Kategorisasi *Self-regulated Learning*

Dilihat dari gambar diatas menyatakan bahwa warna “biru” dengan presentase 5% menunjukkan rendah, warna “oren” dengan presentase 33% menunjukkan sedang dan warna “abu-abu” dengan presentase 62% menunjukkan tinggi. Sehingga mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi memiliki *self-regulated learning* yang tinggi.

b. Analisis Data Prokrastinasi Akademik

Analisis data dalam skala prokrastinasi akademik, menggunakan tiga kategori yang terdiri dari rendah, sedang dan tinggi dengan menggunakan program *excel* kategorisasi atau kategori 0.1. berikut tabel hipotetik:

Tabel 4.3 Rata-rata Hipotetik Prokrastinasi Akademik

Variabel	N	Skor Minimal	Skor Maksimal	Mean	Std. Deviasi
Hipotetik	238	1	4	55	11

Prokrastinasi akademik dikategorikan seperti pengkategorisasi sebelumnya rendah, sedang dan tinggi. Presentase nilai dan klasifikasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Berikut kategorisasinya :

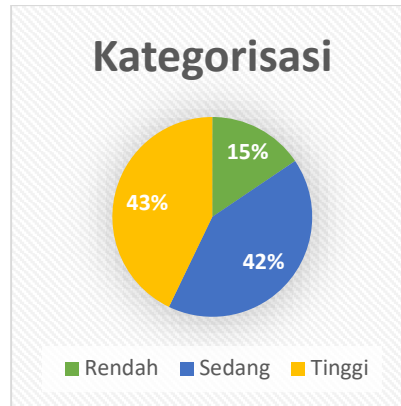
Tabel 4.4 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 44$	Rendah	37
$44 \leq X < 66$	Sedang	99
$X \geq 66$	Tinggi	102
Jumlah		238

Dapat dilihat dari tabel kategorisasi bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Maliki Malang dengan memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi sebanyak 105 orang artinya mereka mudah terpengaruh dengan hal-hal yang kurang manfaat untuk dilakukan sehingga mengalami penundaan untuk mengerjakan tugas akhir, sedang sebanyak 96 orang, mereka dengan kategori sedan masih bisa mengontrol untuk tidak melakukan kegiatan yang menurut kurang manfaat dan rendah sebanyak 37 orang artinya mereka yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah ialah mahasiswa yang mampu melawan keinginan atau keluar dari zona nyamannya. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Maliki Malang yang

melakukan prokrastinasi akademik memiliki taraf yang tinggi.

Berikut gambar presentase :



Gambar 4.2 Presentase Kategorisasi Prokrasinasi Akademik

Berdasarkan gambar presentase diatas menyatakan bahwa warna “hijau” dengan presentase 15,% menunjukkan rendah, warna “biru” dengan presentase 42% menunjukkan sedang dan warna “kuning” dengan nilai presentase 43% melakukan prokrastinasi akademik untuk mengerjakan skripsi di masa pandemic menunjukkan tinggi.

c. Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategorisasi dilihat dari jenis kelamin untuk menemukan kategorisasi dalam penelitian ini pada 238 subjek dengan menggunakan *IBM SPSS* versi 25.0. berikut tabel hasil kategorisasi berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 4.5 Kategorisasi berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1.	Laki – Laki	101	42,4%
2.	Perempuan	137	57,6%
Total		238	100%

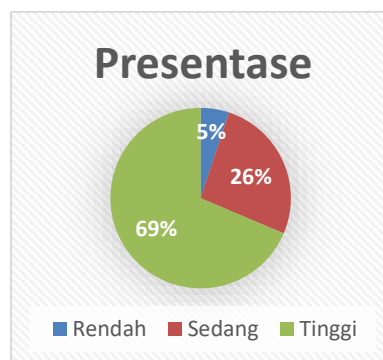
Adapun untuk melihat kategorisasi dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin pada skala *self-regulated learning* dengan menggunakan program excel yaitu kategorisasi atau kateg versi 0.1. Berikut tabel hasil kategorisasi pada skala *self-regulated learning*:

Tabel 4.6 Kategorisasi skala *self-regulated learning* berdasarkan jenis kelamin

No	Klasifikasi	Kategori skor	Frekuensi	
			Laki-laki	Perempuan
1.	$X < 48$	Rendah	4	7
2.	$48 \leq X < 72$	Sedang	43	36
3.	$X \geq 72$	Tinggi	54	94
Jumlah			101	137

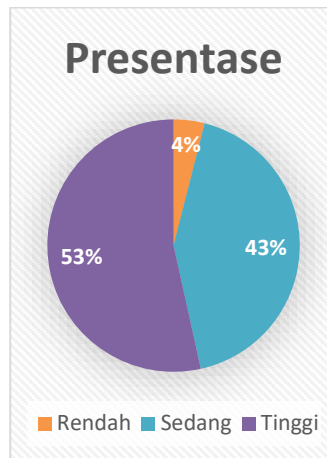
Hasil data analisis diatas pada skala *self-regulated learning* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa mahasiswa laki – laki dan perempuan memiliki perbedaan yang signifikan. Hal ini jumlah pada mahasiswa laki – laki sebanyak 101 mahasiswa yang terbagi kedalam tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Kategorisasi rendah pada laki – laki sebanyak 4 mahasiswa, sedang sebanyak 43 mahasiswa dan untuk untuk kategori skor tinggi sebanyak 54

mahasiswa sedangkan untuk hasil kategorisasi pada mahasiswa perempuan dengan kategori skor rendah 4 mahasiswa, sedang 36 mahasiswa dan 94 mahasiswa termasuk kedalam kategori tinggi dari 137 mahasiswa perempuan. Dari paparan diatas bahwasannya mahasiswa perempuan lebih memiliki *self-regulated learning* untuk mengerjakan skripsi perbandingan dengan mahasiswa laki – laki, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyu, dkk (2018: 137) bahwa siswa perempuan memiliki keterampilan *self-regulated learning* yang lebih baik daripada siswa laki-laki Berikut gambar presentase:



Gambar 4.3 Presentase skala *self-regulated learning* pada mahasiswa perempuan

Gambar diatas menunjukkan hasil presentase pada skala *self-regulated learning* pada mahasiswa perempuan yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi, terdapat tiga kategori yaitu warna “biru” dengan presentase 5% termasuk kategori rendah, untuk kategori sedang pada warna “merah” dengan presentase 26% dan warna “hijau” dengan presentase 69% termasuk kategori tinggi. Berikut hasil presentase pada mahasiswa laki – laki:



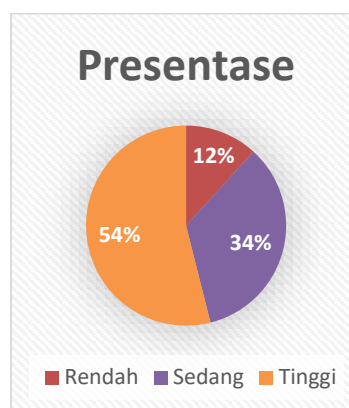
Gambar 4.4 Presentase skala *self-regulated learning* pada mahasiswa laki – laki

Hasil presentase pada skala *self-regulated learning* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi, terdapat tiga kategori yaitu warna “kuning” dengan presentase 4% termasuk kategori rendah, untuk kategori sedang pada warna “hijau” dengan presentase 43% dan warna “ungu” dengan presentase 53% termasuk kategori tinggi. Dibawah ini tabel kategorisasi pada skala prokrastinasi akademik:

Tabel 4.6 Kategorisasi skala prokrastinasi akademik berdasarkan jenis kelamin

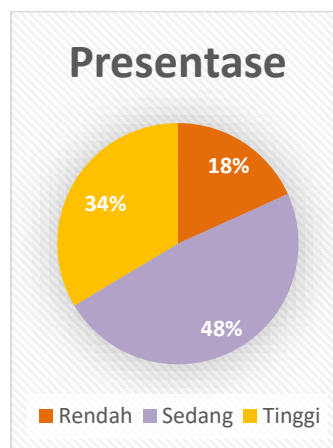
No	Klasifikasi	Kategori skor	Frekuensi	
			Laki-laki	Perempuan
1.	$X < 44$	Rendah	12	25
2.	$44 \leq X < 66$	Sedang	35	64
3.	$X \geq 66$	Tinggi	55	46
Jumlah			101	137

Berdasarkan hasil data analisis skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa laki – laki yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi dengan tiga kategori skor yaitu, rendah, sedang dan tinggi. pada mahasiswa laki – laki dengan kategori skor rendah sebanyak 12 mahasiswa, yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik dalam kategori sedang sebanyak 35 mahasiswa dan untuk 55 mahasiswa termasuk kedalam kategori tinggi dari 101 mahasiswa laki – laki sedangkan untuk 137 mahasiswa perempuan yang termasuk kedalam kategori rendah ialah 25 mahasiswa, kategori sedang 64 mahasiswa dan 46 termasuk kategori tinggi. dari pemaparan diatas diatas bahwasanya tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa laki–laki dan perempuan memiliki perbedaan, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Erfan (2021: 8) bahwasanya perbedaan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa laki-laki lebih tinggi daripada mahasiswa perempuan. Berikut presentase pada mahasiswa laki–laki.



Gambar 4.5 Presentase skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa laki – laki.

Dari gambar presentase pada skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa laki – laki yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa warna “merah” dengan presentase 12% termasuk pada kategori rendah, warna “ungu” dengan presentase 34% termasuk kedalam kategori sedang dan untuk warna “oren” termasuk kategori tinggi dengan presentase 54%. Dibawah ini hasil presentase pada mahasiswa perempuan:



Gambar 4.6 Presentase skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa perempuan.

Hasil presentase skala prokrastinasi akademik diatas mahasiswa perempuan yang sedang mengerjakan skripsi, warna “oren” dengan presentase 18% termasuk kategori “rendah”. Kategori sedang atau warna “kuning” dengan presentase 34% termasuk kategori “sedang” dan warna :ungu muda” dengan presentase 48% termasuk kedalam kategori tinggi.

Berdasarkan paparan diatas kategorisasi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang

mengerjakan skripsi dimasa pandemic bahwasanya tingkat *self-regulated learnig* mayoritas pada mahasiswa perempuan dibandingkan dengan mahasiswa laki – laki, tingkat prokrastinasi akademik banyak dilakukan pada mahasiswa laki – laki daripada mahasiswa perempuan.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Hasil Uji Normalitas

Pengujian normalitas ialah agar mengetahui data tersebar dari jawaban jawaban subjek yang mengandung normal atau tidak normalnya penelitian ini. Pengujian normalitas yang dilakukan terhadap skor *self-regulated learning* dan total skor prokrastinasi akademik. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *One Sample Kolmogrov Smirnov Test* pada program *IBM SPSS* versi 25.0. Berikut hasil yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.7 *One-Sample Kolmogrov-Smirnov Test*

Unstandardized Residual			
N			
Normal Parameters	Mean	,0000000	
	Standar Deviasi	4.25320100	
Most Extreme Differences	Absolute	,074	
	Positive	,074	
	Negative	-,061	
Test Statistic		0,74	
Asymp. Sig. (2-tailed)		,003 ^c	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	,137	
	99 % Convidence Interval	Low Bound	: ,129
		Up Bound	: ,146

Hasil uji normalitas pada skala *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada 238 subjek sudah memenuhi kriteria dengan nilai signifikansi ,137 karena lebih $>0,05$ sehingga dapat dikatakan normalitas

b. Hasil Uji Linieritas

Dilakukannya uji linieritas ialah untk mengetahui apakah ada pengaruh pada variable *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Uji dalam penelitian ini menggunakan dengan *Test for Linearity* pada program *IBM SPSS* versi 25.0. Berikut hasil yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	P(>0,05)	Keterangan
<i>Self-regulated learning*</i> Prokrastinasi Akademik	11.339	0,001	Linier

Dilihat dari tabel diatas bahwa nilai signifikansi dari uji linieritas antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik adalah 0,001 ($p < 0,05$), karena nilai signifikasi dalam penelitian ini 0,001 dan angka tersebut $< 0,05$. Maka dapat dikatakan variabel *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi keduanya linier.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesos dalam penelitian ini menggunakan teknik *Pearson Product Moment* yang terdapat pada program *IBM SPSS* versi 25.0. Berikut hasil yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.9 Model Summary

Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
	,215 ^a	,046	0,42	4,650

a. Predictors (Constant) : *Self-regulated Learning*

Berdasarkan tabel *model summary* diatas uji regresi sederhana diatas menjelaskan bahwa besarnya nilai korelasi (R) yaitu sebesar 0,215 dan dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi atau (R square) 0,046 yang memiliki pengertian bahwa pengaruh variabel bebas atau *self-regulated learning* terhadap variabel terikat atau prokrastinasi akademik adalah sebesar 4,6 %.

Tabel 4.10 Anova

Model		Sum of Square	DF	Mean Square	F	Sig.
	Regression	246.570	1	204,161	11.404	,001 ^b
	Residual	4287,263	236	18,166		
	Total	4494.424	237			

a. Dependent Variable : Prokrastinasi Akademik

b. Predictors (Constant) : *Self-regulated Learning*

Dari output tersebut diketahui bahwa F hitung adalah 11.404 dengan tingkat signifikansi sebesar ,001^b kurang dari angka <0,05, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi *self-regulated learning* atau dengan kata lain ada pengaruh *self-regulated learning* (X) dengan prokrastinasi akademik (Y)

Tabel 4.11 Coefisient

Model	Unstandardized Coefisients		Standardized Coefisients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		

(Constant)	64,701	5,002		12.935	.000
SRL	,197	,058	,215	3.377	.001

a. Dependen Variable : Prokrasrinasasi Akademik

Keterangan :

Ho : Tidak ada pengaruh antara antar dua variabel

Ha : Ada pengaruh antara dua variabel

Dapat diketahui nilai *constant* (a) sebesar 64,701 sehingga mengandung arti nilai variabel partisipasi, sedangkan nilai *self-regulated learning* (b / koefisien regresi) sebesar 0,197, mengatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self-regulated learning*, maka nilai partisipasi bertambah 0,197. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif mengikuti arah

Berdasarkan nilai signifikans dari tabel coefisients dapat memperoleh sebesar 0,001 berarti lebih kecil $<0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* (X) berpengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y). Jika dilihat dari nilai t, bahwa nilai $t_{hitung} 3,377 > t_{tabel} 1,970$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* (X) berpengaruh pada variabel prokrastinasi akademik (Y) artinya H_a diterima dan H_o ditolak.

Dilihat dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa jika *self-regulated learning* tinggi maka prokrastinasi akademik tinggi. Sedangkan jika memiliki prokrastinasi akademiknya tinggi maka *self-regulated learning* tinggi. Hal ini terjadi dimasa pandemi.

C. PEMBAHASAN

1. Tingkat *Self-Regulated Learning* Mahasiswa UIN Maliki Malang yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi

Dapat diketahui dari pemamparan di atas bahwa tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi dengan kategori rendah 11 orang mahasiswa (5%), sedang 79 orang mahasiswa (33%) dan kategori tinggi sebanyak 143 orang mahasiswa (62%) dengan jumlah subjek sebanyak 238 orang mahasiswa.

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi menempati kategori tinggi dengan presentase 62% atau sebanyak 143 mahasiswa. Bandura (1977: 41) *Self-regulated learning* yang baik tergantung pada keyakinan seseorang pada kemampuan mereka untuk mencapai sesuatu yang didominasi dalam pengerjaan sesuatu. Ini berarti bahwa seorang pembelajar memiliki strategi khusus, memiliki rencana (*planning*) sehingga tujuan belajarnya yang ingin dicapai agar dapat tercapai secara maksimal

Mahasiswa yang menempati kategori sedang sebanyak 79 orang mahasiswa (33%) dari 238 subjek, Bandura (dalam Mukhid, 2008: 3) menjelaskan bahwa jika seseorang menjadi baik/atau kurang baik dalam belajar mandiri maka ia berhak memberikan penghargaan atas dirinya dalam prestasi belajarnya. *Self-regulated learning* yang baik ditandai

dengan pemantauan proses afektif dan kogniti yang termasuk dalam penyelesaian tugas akademik dengan baik.

Dalam penelitian ini, kategorisasi rendah dengan presentase 5% atau sebanyak 11 orang mahasiswa menunjuka bahwa perencanaan, kurang dapat melakukan perencanaan, pemantauan, evaluasi pembelajaran, kurang mampu dalam pengelolaan potensi dan sebagainya, sehingga hasil belajar yang tidak optimal dan tidak akan tepat waktu dalam pengerjaan tugas akan melakukan dengan sesuai dengan potensinya, Zimmerman (2004, 67).

Mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi cenderung memiliki *self-regulated learning* yang tinggi, tetapi hal itu tidak bisa dilakukan dengan maksimal untuk mengerjakan atau mencicil tugas akhir karena memiliki gangguan – gangguan di rumah yang tidak mereka duga. Kondisi pandemi membuat mahasiswa keterbiasaan menghindari sesuatu yang kurang menyenangkan bahkan lebih menyukai kegiatan atau kegiatan yang membuatnya menyenangkan. Hal ini karena mahasiswa hanya bisa melakukan aktivitas di rumah jadi sering merasa kebosanan.

Sistem pembelajaran *offline* yang berubah menjadi pembelajaran kuliah *online* di masa pandemi tentu membawa banyaknya perubahan pada pola pikir dan proses mengerjakan skripsi di masa pandemi seperti ini. Oleh karena itu, mahasiswa perlu usaha untuk menyesuaikan kemampuan belajarnya secara mandiri yang dimiliki dalam

menjalankan proses belajar *online* di masa pandemi covid-19 saat ini. Hal ini perlu dilakukan agar siswa dapat mengelola proses pembelajaran mereka juga dapat menahan tingkat penundaan akademik yang dialami oleh mahasiswa dalam menjalankan kegiatan akademik selama pandemic covid-19. Herliandry, dkk (2020: 68) menyatakan yang menciptakan kemandirian dan keterampilan cara belajar mahasiswa di tengah pandemic merupakan hal yang paling utama.

Bagi mahasiswa *self-regulated learning* sangat dibutuhkan dalam proses belajar, jika memiliki *self-regulated learning* mampu mencapai tujuannya dan mempunyai keyakinan terhadap dirinya sendiri. Mahasiswa yang memiliki regulasi diri dalam proses belajar di bidang akademik maka mereka akan mendapatkan pengetahuan dan dapat meningkatkan keterampilan kognitif dengan menggunakan metakognif dalam menyelesaikan tugas akhir. Sesuai dengan pendapat Bandura, (1977) *self-regulated learning* yang baik ditandai dengan pemantauan proses kognitif dan afektif yang termasuk dalam penyelesaian tugas akademik dengan baik.

Secara motivasi, mahasiswa yang memiliki kemandirian, memiliki keyakinan dan memiliki bahwa dirinya kompeten. Mahasiswa akan berusaha untuk mengendalikan motivasinya dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Pengelolaan diri dalam belajar merupakan inti dari motivasi, yang mana dengan melalui motivasi mahasiswa akan mengambil tanggung jawab dan tindakan dalam kegiatan belajar Smith,

(2001: 73).

Secara perilaku, mahasiswa akan menata, menyeleksi dan menyusun lingkungan supaya lebih maksimal dalam belajar. Agar mampu mengatur waktu dengan kegiatan lain dan melibatkan pada jadwal perkuliahan mahasiswa akan membuat manajemen waktu. Bukan hanya itu mahasiswa akan berupaya untuk menguasai usaha supaya dapat melakukan tugasnya dengan baik. Dalam strategi *behavior* atau perilaku adalah aspek dari *self-regulated learning* yang melibatkan usaha individu untuk mengatur perilakunya sendiri dan tindakanya, Pintrich (2004: 390).

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi sudah cukup mampu meregulasi dirinya dalam mengerjakan tugas akhir atau memiliki *self-regulated learning*.

2. Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa UIN Maliki Malang yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi

Berdasarkan hasil analisis yang telah dipaparkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi dari 238 subjek menunjukkan kategori rendah dengan jumlah 37 orang mahasiswa dengan presentase 15% , 99 orang mahasiswa dengan presentase 42% termasuk kedalam kategori sedang dan 102 orang mahasiswa dengan presentase 43% yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi dari jumlah populasi

penelitian.

Menurut Ferrari, dkk (1995: 45), prokrastinasi akademik menjadi ciri utama dalam terhambatnya seseorang untuk melakukan pekerjaan atau suatu tugas. Salah satunya ialah belum bisa menggunakan waktu dengan baik, sehingga mengakibatkan mahasiswa melakukan prokrastinasi. Pengelolaan waktu yang tidak benar akan berdampak pada mahasiswa kesulitan melaksanakan dan melakukan rencana yang telah dibuat untuk mengerjakannya.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yuni Aklima, (2020: 924) pada siswa SMA Negeri 1 Muara Batu menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik dimasa pandemi mencapai 80% siswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Dalam penelitian sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa tingkat prokrastinasi akademik dimasa pandemi pada Mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa 43% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Bagi mahasiswa, skripsi merupakan tugas akhir yang tidak mudah. Mahasiswa yang awalnya memiliki rencana untuk mengerjakan skripsi dimasa pandemi, karena banyak kesulitan-kesulitan yang dialami. Dari hasil pra penelitian menemukan beberapa kendala atau permasalahan untuk mengerjakan skripsi dimasa pandemi tetapi beberapa orang bisa mengatasinya cukup baik, seperti terkendalanya jaringan, dan kendala-kendala lainnya sehingga menyebabkan penundaan

tugas akhir sehingga kesulitan itu membuat mahasiswa malas, mudah cape dan lebih mementingkan kegiatan lain sehingga tidak lulus dengan tepat waktu. Selain itu yang menyebabkan menunda-nunda tugas ialah mahasiswa yang aktif di organisasi baik intra ataupun ekstra, karena tidak bisa mengatur waktu antara jadwal kuliah dengan kegiatan organisasi.

Waktu dalam mengerjakan tugas akhir atau skripsi bukan masalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa tetapi memiliki perilaku keterlambatan yang dilakukan secara konsisten oleh mahasiswa di mana ada kesenjangan antara niat dan perilaku. Tapi perilaku prokrastinasi akademik ini tidak efisien jika dipilih oleh mereka. mahasiswa memilih perilaku prokrastinasi akademik karena merasa takut untuk konsul, takut gagal, tidak menyukai tugas serta faktor-faktor lain seperti ketergantungan dengan orang lain dan butuh bantuan untuk mengambil keputusan (Rizvi et al., 1997: 59).

Ghufron (2012: 164) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik ialah faktor internal dan faktor eksternal yang mencakup kedalam kondisi psikologis. Faktor internal yang muncul dalam dirinya sendiri, sedangkan faktor eksternal yang muncul dari luar dirinya seperti gaya belajar teman dan lingkungan. Dimasa pandemi ini perilaku prokrastinasi sebagian mahasiswa muncul dari dalam dirinya karena pembelajaran saat ini dilakukan dengan cara *online*, sehingga mereka mudah lelah melihat layar setiap hari dan

akhirnya tugas akhir atau tugas kuliah ditunda sampai waktu *deadline* mendekati. Hal ini dapat mempengaruhi dirinya untuk melakukan prokrastinasi jika mereka tidak bisa mengontrolnya.

Prokrastinasi yang dilakukan oleh seseorang mempunyai ciri-ciri. Ferrari, (1995: 107) mengatakan ada empat indikator dari prokrastinasi akademik: (1) penundaan untuk memulai mengerjakan tugas. (2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (kesenjangan waktu antara kerja actual dan rencana, dan (4) melakukan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan. Keempat indikator ini, tiap mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang berbeda-beda. Tergantung pada kondisi psikologis dan fisiologis seseorang, tidak setiap mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi mampu mengatur waktu pengerjaan dengan baik seperti dalam penelitian ini, sebagian mahasiswa masih melakukan penundaan sederhana namun tidak begitu berpengaruh yang signifikan dalam mengerjakan tugas akhirnya dimasa pandemic dan perilaku menunda-nunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi merupakan perilaku dominan yang mendasari prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

3. Pengaruh *Self-Regulated Learning* Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi

Pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi

akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi pada 238 subjek dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* yang terdapat pada SPSS. Hasil uji hipotesis menggunakan uji regresi sederhana memiliki signifikansi sebesar ,001 kurang dari angka $<0,05$, sehingga dapat diketahui bahwa analisis dalam penelitian ini yang telah dilakukan memberikan pengaruh dan signifikan pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik.

Angka yang dimiliki pada variabel *self-regulated learning* sebesar 0,197. Nilai positif ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik mempunyai pengaruh yang mengikuti arah. Pengaruh ini disebut signifikan karena $p = 0,001 < 0,005$. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima sedang H_o ditolak. Artinya ada pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi maka kemungkinan melakukan prokrastinasi akademik yang tinggi. Sedangkan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang memiliki prokrastinasi akademiknya tinggi cenderung sering melakukan penunndaan tugas akhirnya atau skripsi karena meskipun *self-regulated learning* yang tinggi subjek tidak bisa mengatur waktu pengerjaan dengan baik, sehingga pengerjaan di masa pandemi menjadi penyebab subjek melakukan penundaan untuk mengerjakan skripsi.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sedyati, (2021: 865) menunjukkan bahwa tidak hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi. Berdasarkan hasil penelitian di atas meskipun *self-regulated learning* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik di masa pandemi tidak mewakili secara penuh untuk bisa menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Karena disebabkan adanya faktor lain dan perbedaan individu yang melatar belakangi penyebab prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Sebagai mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir yang perlu dicapai, perilaku prokrastinasi akademik tidak diharapkan bagi mahasiswa. Di masa pandemi mahasiswa dituntut untuk melakukan pengelolaan diri dan melakukan pembelajaran agar mampu mengatasi permasalahan yang ada saat mengerjakan skripsi. Dalam melakukan ini, diperlukan semangat dan energi yang lebih untuk menyelesaikan tugas akhir di masa pandemic agar bisa menyelesaikan dengan tepat waktu. Kemampuan individu dan keseluruhan kapasitas dalam merencanakan secara mandiri dan aktif. *Self-regulated learning* memiliki pengaturan untuk pembelajaran sehingga memiliki arah dan energy yang kuat, Zimmerman (1990: 46)

Hal lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi berbeda dengan apa yang dialami oleh mahasiswa sebelum pandemi. Selama pandemi, mahasiswa mengalami beberapa

Salah satunya adalah kebosanan ketika mengerjakan skripsi secara *online*. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rozzaqyah, (2021: 12), bahwa hal-hal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa, terutama di masa pandemi, adalah kejenuhan belajar yaitu semakin tinggi kejenuhan belajar maka semakin tinggi pula tingkat belajarnya untuk melakukan penundaan akademik. Kejenuhan belajar dan penundaan akademik adalah dua gejalanya perilaku yang dapat mempengaruhi kinerja, semangat, dan hasil belajar siswa. Oleh karena itu, keduanya penting untuk dipahami agar dapat diminimalisir dan diselesaikan agar tidak memiliki dampak yang lebih besar pada prokrastinasi akademik siswa.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat prokrastinasi siswa adalah dengan meningkatkan prokrastinasi akademik dalam pengaturan diri mahasiswa. Masalah ini juga dapat diterapkan pada mahasiswa tingkat akhir sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa dapat dikatakan memiliki *self-regulated learning* ketika mereka merasa dirinya sangat kompeten untuk menggunakan strategi sendiri pembelajaran terorganisir (penetapan tujuan dan perencanaan, manajemen waktu, strategi metakognitif) lebih sering dan secara intrinsik lebih disukai daripada siswa dengan kompetensi yang lebih dirasakan rendah hati dan tidak suka menunda-nunda (Pelikan et al., 2021: 11)

Dalam pembelajaran *online* ini, banyak permasalahan yang

muncul bagi mahasiswa. Salah satu permasalahan yang muncul dalam pelaksanaan pembelajaran *online* adalah masalah *self-regulated learning* (Hudaifah, 2020: 80). Kegiatan belajar di rumah membawa beberapa dampak termasuk berkurangnya kontrol dari pendidik. Intensitas pertemuan antara dosen dengan mahasiswanya rendah. Hal ini menyebabkan siswa merasa lebih bebas di rumah atau di tempat lain dan terlepas dari pemantauan para pendidik (Sadikin & Hamidah, 2020: 21)

Mahasiswa memiliki kebiasaan untuk melakukan prokrastinasi akademik dalam pengerjaan tugas akhir terlebih dimasa pandemi, banyak waktu yang kosong tetapi tidak digunakan untuk mengerjakan tugas akhir melainkan mengalihkan pengerjaannya dengan kegiatan-kegiatan yang kurang penting. Mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi mayoritas memiliki *self-regulated learning* yang tinggi berarti subjek seharusnya mampu menghindari untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik yang rendah, tetapi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi ini memiliki tantangan – tantangan yang lebih dibandingkan dengan mengerjakan skripsi sebelum dimasa pandemi ini dan yang menjadi salah satu fakto penundaan pengerjaan skripsi karena melakukan hal apapun dengan cara *online*, seperti bimbingan dengan dosen, melakukan penelitian dan lain – lain.

Perbedaan individu pada mahasiswa secara teoritis mempengaruhi cara berpikir untuk mengatur dirinya sendiri dalam

belajar. Morton, Thorkildsen & Nicholls (dalam Ajisukmo 1996) menyatakan bahwa kemampuan regulasi diri siswa dipengaruhi oleh perspektif mahasiswa pada mata kuliah / pelajaran yang ada. Artinya setiap siswa memiliki cara pandang yang berbeda-beda bervariasi sesuai dengan subjek yang ada. Perspektif atau konsepsi ini diwujudkan dalam berbagai bentuk, termasuk minat dan preferensi. Individu yang memiliki minat atau kesukaan yang tinggi terhadap suatu pekerjaan akan berusaha untuk mengerjakannya secara optimal.

Penelitian ini melakukan uji regresi yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel *dependen* (X) terhadap variabel *independen* (Y). Berdasarkan hasil analisis IBM SPSS 25.0 *for windows* memiliki koefisien determinasi (R Square), hal ini menentukan pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. Nilai koefisien determinasi dalam penelitian ini adalah 0,046. Maka dari itu *self-regulated learning* memiliki sumbangsiah 4,6% terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memiliki keterbatasan – keterbatasan selama pelaksanaan penelitian, yaitu: Kondisi dimasa pandemi ini untuk mengisi angket pada subjek melakukan dengan cara menggunakan *google form* sehingga, tidak bisa melihat atau memantau subjek ketika mengisi angket dan peneliti juga tidak mengetahui mereka mengerti maksud dari pernyataan dengan baik atau tidak. Dalam proses pengumpulan data, informasi yang diberikan

oleh subjek melalui angket dalam bentuk *google form* terkadang tidak menunjukkan pendapat subjek yang sebenarnya, ini terjadi karena terkadang ada perbedaan pendapat, pemahaman dan tanggapan yang berbeda dari setiap responden, serta faktor-faktor lain seperti: faktor kejujuran dalam mengisi kuisioner.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa dan paparan data penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa *pertama* tingkat *Self-regulated learning* pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi dari 238 subjek yaitu mahasiswa yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 148 orang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi berada di kategori tinggi dan selebihnya memiliki *self-regulated learning* yang sedang dan rendah artinya mahasiswa yang sedang mnegerjakan skripsi di masa pandemi memiliki pengaturan diri yang baik. *Kedua* tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi memiliki kategorisasi yang tinggi juga. Kategori tinggi dengan presentase 43% yang berjumlah 102 orang mahasiswa dari jumlah subjek sebanyak 238 mahasiswa. Hal ini menunjukan bahwa tingkat prokrastinasi akademik dimasa pandemi pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi menduduki kategori tinggi, artinya meskipun mereka memiliki *self-regulated learning* yang tinggi tetapi mereka melakukan perilaku prokrastinasi akademik karena di masa pandemi ini ada faktor yang baru yang menyebabkan perilaku prokratinasi. *Ketiga* pengaruh *self-regulated learning* terhadap

prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Maliki Malang yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi terdapat korelasi yang positif dan signifikan pada skala *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik yaitu sebesar $b = 0,197$ dengan nilai signifikansi 0,000, sehingga hipotesis dalam penelitian yang diajukan ini diterima. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-regulated learning*, maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi, begitupun sebaliknya.

B. SARAN

Berdasarkan penelitian ini maka dibawah ini beberapa saran kepada beberapa pihak yang terkait:

1. Bagi Mahasiswa

Untuk meningkatkan *self-regulated learning* seharusnya mahasiswa dapat mengatur dan memanfaatkan waktunya dengan teratur dan rapi agar dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu juga terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik. Kegiatan – kegiatan yang tidak begitu penting dalam proses pengerjaan skripsi jangan dilakukan secara berlebihan harus mengikuti waktu yang telah diatur apalagi pengerjaan skripsi dimasa pandemi yang memiliki tingkat kemalasan yang tinggi karena hal apapun itu harus dilakukan dengan cara daring (dalam jaringan) atau *online*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk mengembangkan kajian teori dari penelitian ini terkait dengan *self-regulated learning* prokrastinasi akademik. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian ini dapat menghasilkan karya yang lebih baik dan sempurna lagi dari hasil penelitian ini. Untuk memberikan hasil yang maksimal peneliti menambah variabel atau memberikan intervensi *self-regulated learning* selain itu lebih memperhatikan faktor internal dalam penelitian ini guna untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Selain itu, lebih memperhatikan faktor – faktor yang berbeda dengan penelitian ini, seperti jenis kelamin, usia, jumlah, lingkungan dan faktor lain yang mempengaruhi subjek, agar mendapatkan hasil yang sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Bandura. (1997). *Social Learning Theory*. New-York: Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall Publishers.
- Abdul, Mukhid. (2008). Strategi Self-Regulated Learning. *Tadris*. 3(2).
- Ajiskmo, C. (1996). *Self Regulated Learning in Indonsia Higher Education*. Jakarta: Atmajaya Reseach Center.
- Akinsola, M. K. (2007). Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, , 3, 363-370.
- Alfiandy, W. H. (2020). Prokrastinasi Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Daring . *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP* , 355-361.
- Arends, R. I. (2007). *Classroom Intrucstional Management*. New York: McGraw-Hill Company.
- Argaheni, N. (2020). Sistematis review: dampak perkuliahan daring saat pandemi Covid-19 terhadap mahasiswa Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya* , 8 (2), 99 - 108.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta .
- (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta .
- (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2007) *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- (2011) *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- (2015). *Realibilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Degeng, I. N. (2001). *Kumpulan Bahan Pembelajaran, Menuju Pribadi Unggul Lewat Perbaikan Kualitas Pembelajaran di Perguruan Tinggi*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Dewi, F. A. (2020). Dampak Covid-19 terhadap implementasi

- pembelajaran daring di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2 (1), 55-61.
- Dhull, S. &. (2017). Online Learning. *International Education & Research Journal. (IERJ)*, 3 (8), 32-34.
- Triyanto, Erfan. (2021). *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Fernanda, Dwi, Marantika., S. I. (2020). Korelasi antara Regulasi Diri dan Harga Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Diunduh dari <http://repository.untag-sby.ac.id/4725/9/JURNAL.pdf>*, 2.
- Ferrari, J. R. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, reseach, and treatment*. New York: Springer Science & Business Media.
- Ferrari, J. R. (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. *American Psychologist*,
- Ghufron, M. &. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. N. (2003). *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik*. Yogyakarta : Tesis. (Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada .
- Hadi, S. (1997). *Metodologi Penelitian* . Yogyakarta: UGM Press
- Hariri, G. N. (2010). Efektibilitas Program Self-Regulation Learning untuk Mereduksi Prokrastiansi Akademi Siswa (pra-eksperimen terhadap siswa SMP Negeri 5 Bandung tahun ajaran (2010/2011)). *Skripsi Universitas Pendidikan Indonesia Program Psikologi*
- Hendrianur. (2015). Hubungan Dukungan Sosial dan regulasi diri dengan

- Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. *Jurnal Psikologi*, 3 (2), 528-542.
- Herliandry, L. D., Nurhasanah, N., Suban, M. E., & Kuswanto, H. P. (2020). Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19. *JTP – Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1), 65-70.
- Hudaifah, F. (2020). The role of self regulated learning in the covid-19 pandemic era. *Biomatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(02), 76–84.
- Husein, U. (2011). *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis Edisi Pertama*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Kritiyani, T. (2016). *Self-Regulated Learning (Konsep, Implikasi, dan Tantangannya bagi siswa di Indonesia*. Yogyakarta: Shanata Dharma University Press.
- Latipun. (2011). *Psikologi eksperimen* . Malang: UMM Press.
- Lumongga, D. R. (2014). Memahami dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik. *Kencana*
- M, Tezer., P, Ulgener., H, Minalay., A, Ture., U, Tugutlu., & G, Harper. (2020). Examining the relationship between academic procrastination behaviours and problematic internet usage of high school students during the Covid-19 pandemic period. *Global Journal Of Guidance And Counseling In Schools: Current Perspectives*, 10(3), 142-256.
- Moore, J. L. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? *Internet and Higher Education*.
- Mukhid, A. (2008). Strategi Self-Regulated Learning (Prespektif Teoritik). *Core*, Vol 3. No 2.
- Oktrariani. (2020). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring pada Periode Pandemi Covid-19. *Journal of Learning and Instructional Studies*, 1 (1) 17-25.
- Ormond, J. E. (2006). *Educational Psychology: Developing Learners*. [5th

- ed].* Upper Saddle River, N.J.: Pearson.
- Pelikan, R. E., Marko, L., Holzer, J., Korlat, S., Spiel, C & Schober, B. L. (2021). Learning during COVID_19: the role of self-regulated learning, motivation, and procrastination for perceived competence. *Z Erziehungswiss.* 1 (1), 1 – 27.
- Pintrich & Schauraben. (1992). Students' motivational beliefs and their cognitive engagement in classroom academic tasks. *Student Perceptions in the Classroom*, 7, 149-183.
- Pintrich, Paul R. (2004). A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-regulated learning in College Students. *Educational psychology review*, vol. 16, no. 4, hlm. 385-407
- Prawiyogi, A. G. (2020). Efektifitas pembelajaran jarak jauh terhadap pembelajaran siswa di SDIT Cendekia Purwakarta. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(1), 94- 101.
- Purwanto, d. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Journal of Education, Psychology, and Counselling*, 2 (1).
- Rizvi, A. P. (1997). Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai Prediktor Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika*, No. 3, 51-67.
- Rozzaqyah, A., Feronika, T., & Saridewi, N. (2020) Hubungan Antara Sel-regulated learning dengan prokrastinasi akademik. *Jurnal konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*. 8(1), 8-17.
- Sadikin, A., & Hamidah., A. (2020) Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19: (Online Learning in The Middle of the Covid-19 Pandemic). *Biodik*, 6(2), 214-224.
- Sahu, P. (2020). Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Cureus*, 12(4).
- Schunk, D. (2008). *Learning Theories an Educational Perspective*. 5th

- ed. *New Jersey: Pearson Education, Inc.*
- Schunk, D. H. (1991). Goal Getting and Self-Efficacy During Self Regulated Learning. *Educational Psychology* , 25 (1): 71-86.
- Schunk, D. H. (1998). *Self-regulated Learning: From Teaching to Self-Reflective Practive*. New York: Guilford hlm. 1-19.
- Sedyawati. (2021). Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*. 1(10), 861-866.
- Sintema, J. E. (2020). Effect of COVID-19 on the Performance of Grade 12 Students: Implications for STEM Education. *Eurasia Journal of Mathematics, Scince and Technologi Education*, 16 (7), 1-6.
- Solomon, L. J. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive- behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4), 503.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A metaanalytic and theoretical review of quintessential self regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Steel, P. (2010). *Arousal And Decisional Procrastinators: Do They Exist? Personality And Individual Differences*. 48, 926-934
- Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian* . Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta .
- Suhadianto. Arifiana, I. Y. (2020). Stop academic procrastination during Covid-19: Academic procrastination reduces subjective well-being. *KnE Social Sciences / International Conference of Psychology*, 312 - 325.

- Suyono, S. (2020). Manajemen Pembelajaran Berbasis Daring Dalam Rangka Memutus Mata Rantai Penularan Covid-19 Di Perguruan Tinggi Swasta Lembaga Layanan Perguruan Tinggi (LLDIKTI) Wilayah VII. *Ed-Humanistics: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5 (1), 662-666.
- Syafi'i, M. (2001). Hubungan Antara Kecemasan Menghadapi Masalah Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Yogyakarta: *Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada* .
- Theadora, G. &. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 46-54.
- Tjundjing, S. (2006). Penyusunan dan Pengujian Model Prokrastinasi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA 74. *Jurnal Al-Qalam* , Vol 19, No 2.
- Utaminingsih, S. S. (2012). Tipe Kepribadian dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA "X" Tangerang. *Jurnal Psikologi* , 10(1), 48-57.
- Nanda, Wahyu., Alhadi, Said., Supriyanto, Agus., Desya, Caludy., & Baqiyatussolihat, Babay. (2018) Perbedaan Self-regulated Learning Siswa Sekolah Menengah Kejuruan berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 3(3), 131 – 138.
- Wolters, C. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*,, 3 (1), 179-187.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning persperktive. *Journal of Educational Psychology*.
- Wolters, C. P. (2003). Assessing Academic Self-Regulated Learning. Conference on Indicator of Positive Development. *Child Trends*

National Institute of Health .

- Woolfolk, A. (2004). *Educational psychology 9th ed.* Boston: Pearson
Amd AB.
- Yuni, A. A. (2020). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa
Melalui Layanan Bimbingan Kelompok (Pada Masa Pandemi
Covid-19 Di SMA Negeri 1 Muara Batu *Prosiding Pendidikan
Profesi Guru Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Ahmad Dahlan*, 919-927
- Zhou, Z. C. (2020). Back to Spring of Wuhan: Fact and Hope of
COVID-19 Outbreak. *Frontiers of Medicine*, 113-116.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated
academic learning . *Journal of Educational Psychology*, 81(3),
329.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An
overview. *TheoryInto Practice*, 41(2), 64-70.
- Zimmerman, B. M.-P. (1990). student differences in Self-Regulated
Learningrelating grade, sex and guftedness to Self Efficacy and
Strategy use. *Jpurnalof Education Psychology*, 82,51-59.
- Zimmermen, B. J. (1990). Construct validation of a strategy model of
student self- regulated learning. *Jurnal of Educatioal
Psychology.*, Vol. 80.
- Zumbrunn, S. (2011). Encourage Self Regulated Learning in The
Classroom. *Journal Virginia Commonwealth University*, 278-
299.

LAMPIRAN

Lampiran I Skala Penelitian

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial:

Semester:

Fakultas / Jurusan:

Tempat tinggal :

Jenis Kelamin: Perempuan / laki-laki

**Coret yang tidak perlu*

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat **item-item pernyataan**, baca dan pahami dengan baik baik disetiap pernyataan dan pertanyaan.

Anda diminta untuk mengisi pernyataan-pernyataan tersebut apakah sesuai dengan diri anda, caranya dengan **memberi tanda** (\checkmark) di salah satu dari pilihan yang tersedia.

Dari setiap pernyataan tidak ada jawaban yang benar atau salah, seluruh jawaban yang dipilih sesuai dengan diri anda.

Jika jawaban Anda **Sangat Sering**, beri tanda pada kolom **SS**. Jika jawaban anda **Setuju**, beri tanda pada kolom **S**, jika jawaban anda **Jarang**, beri tanda pada kolom **J**, Jika jawaban anda **Tidak Pernah**, beri tanda kolom **TP**.

Contoh:

Jika jawaban anda **Jarang**

No		SS	S	J	TP
1.	Saya lebih suka diri ketika seharusnya saya mengerjakan tugs kuliah			\checkmark	

Anda dapat mengganti jawaban anda dengan memberikan tanda (=) pada jawaban sebelumnya, kemudian memberikan tanda ceklis kembali (\surd) pada jawaban yang baru.

Contoh jika anda ingin mengganti jawaban

No		SS	S	J	TP
1.	Saya lebih suka diri ketika seharusnya saya mengerjakan tugas kuliah			\surd	

Skala 1

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	J	TP
1.	Saya gagal menyelesaikan tugas akhir atau skripsi di masa pandemi				
2.	Saya berhasil menyelesaikan tugas akhir di masa pandemi				
3.	Saya merasa gagal menyelesaikan tugas karena terkendalanya jaringan				
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas meskipun terkendala oleh jaringan				
5.	Saya gagal mengatur waktu untuk mengerjakan tugas akhir di masa pandemi				
6.	Saya mampu mengatur waktu untuk mengerjakan tugas akhir di masa pandemi				
7.	Saya merasa kesulitan untuk mengerjakan tugas akhir yang sudah direncanakan di masa pandemi				
8.	Saya merasa kesulitan untuk melakukan bimbingan dengan dosen				
9.	Saya tidak merasa kesulitan mengerjakan tugas akhir di masa pandemi				
10.	Saya merasa tidak kesulitan untuk melakukan bimbingan dengan dosen				
11.	Saya kesulitan mengatur waktu untuk mengerjakan skripsi				
12.	Saya kesulitan membagi waktu antara mengerjakan tugas akhir dan tugas kuliah				
13.	Saya dapat membagi waktu dengan baik untuk mengerjakan tugas akhir				
14.	Saya mampu membagi waktu antara mengerjakan tugas akhir dan tugas kuliah				

15.	Saya merasa tidak nyaman bila belum menyelesaikan revisi				
16.	Saya merasa senang dengan pengerjaan skripsi di masa pandemi				
17.	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan tugas akhir dengan kondisi dibawah tekanan				
18.	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas akhir di masa pandemi				
19.	Saya merasa takut gagal untuk mengerjakan tugas akhir atau skripsi				
20.	Saya merasa semangat untuk menyelesaikan skripsi				
21.	Saya meragukan kemampuan untuk mengerjakan skripsi di masa pandemi				
22.	Saya yakin mampu mengerjakan tugas akhir (skripsi) dengan baik di masa pandemi				

Skala II

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	J	TP
1.	Saya mengulangi berkali – kali revisi yang disampaikan dosen agar bisa memahaminya				
2.	Saya tidak mempelajari kembali revisi yang telah dibenarkan				
3.	Saya berusaha mencatat hal – hal penting yang di sampaikan ketika bimbingan skripsi				
4.	saya tidak mencatat nya ketika bimbingan skripsi				
5.	Saya membuat catatan untuk mendukung kelancaran pengerjaan skripsi				
6.	Saya tidak membuat catatan ketika bimbingan karena akan menambah pekerjaan				
7.	Saya memiliki strategi dalam mengerjakan skripsi agar mengetahui perkembangannya				
8.	Saya tidak memiliki strategi khusus dalam mengerjakan skripsi Saya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi ketika bimbingan dengan dosen				
9.	Saya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi ketika bimbingan dengan dosen				
10	Saya tidak memiliki keingintahuan saat bimbingan dengan dosen				

11.	Saya berusaha belajar lebih baik agar prestasi di masa pandemi meningkat				
12.	Saya tidak bisa belajar dengan maksimal di masa sehingga prestasi belajar menurun				
13.	Saya berusaha mengerjakan skripsi dengan lebih baik di masa pandemi				
14.	. Saya tidak berusaha untuk memulai mengerjakan skripsi di masa pandemi_				
15.	Saya berusaha meningkatkan konsistensi untuk mengerjakan tugas akhir di masa pandemi				
16.	Saya malas mengerjakan tugas akhir di masa pandemi_				
17.	Saya berusaha meningkatkan motivasi agar bisa mengerjakan skripsi dengan baik				
18.	Saya kurang motivasi sehingga pengerjaan skripsi tertunda				
19.	Saya mampu menerima keputusan dan konsekuensi untuk mengerjakan tugas akhir di masa pandemi				
20.	Saya tidak siap menerima konsekuensi untuk mengerjakan tugas akhir di masa pandemi				
21.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas akhir daripada jalan-jalan dengan teman				
22.	Saya mudah terpengaruh oleh teman ketika ada ajakan untuk jalan-jalan				
23.	Saya berusaha memperhatikan dosen saat bimbingan meskipun membosankan				
24.	Saya mudah menyerah saat kesulitan mengerjakan tugas akhir_				
25.	Saya membuat jadwal mengerjakan skripsi agar tidak bentrok dengan kegiatan lain				
26.	Saya mengerjakan skripsi hanya ketika ingin mengerjakannya				
27.	Saya mendiskusikan tugas akhir dengan teman jika ada yang belum paham				
28.	Saya tidak mencari tahu ketika ada yang belum dipahami				

Lampiran 2.
Validitas *Self-regulated learning*

Realibilitas Statistika

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.900	28

Item- Total Statistika

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	99.3750	50.240	.669	.892
X2	99.2750	50.717	.739	.891
X3	99.2500	51.987	.658	.894
X4	99.5250	55.384	.048	.904
X5	99.2500	51.474	.750	.892
X6	99.2000	51.651	.811	.892
X7	99.3250	50.635	.709	.892
X8	99.2000	52.010	.739	.893
X9	99.5250	55.692	.645	.905
X10	99.3500	54.900	.109	.903
X11	99.4250	51.584	.484	.896
X12	99.3250	53.097	.359	.899
X13	99.3250	52.481	.505	.896
X14	99.4250	51.328	.475	.896
X15	99.4500	51.074	.542	.895
X16	99.5250	53.487	.224	.903
X17	99.3750	52.087	.479	.896
X18	99.5000	50.462	.565	.894
X19	99.5500	51.382	.542	.895
X20	99.3750	50.856	.590	.894
X21	99.3500	51.464	.648	.893
X22	99.3250	50.994	.657	.893
X23	99.3250	52.276	.538	.895
X24	99.5750	55.943	-.030	.907

X25	99.3500	51.874	.518	.895
X26	99.4750	49.538	.632	.893
X27	99.2750	53.076	.445	.897
X28	99.1250	55.651	.069	.901

Lampiran 3.
Validitas Prokrastinasi Akademik

Realibilitas Statistika

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.887	22

Item-Total Statistika

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	75.2500	57.269	.448	.883
X2	75.3750	55.112	.542	.880
X3	75.1750	57.584	.455	.883
X4	75.2250	56.435	.502	.881
X5	75.2250	57.769	.373	.885
X6	75.1750	58.763	.358	.885
X7	75.2750	55.384	.603	.878
X8	75.1250	59.035	.372	.885
X9	75.2250	55.051	.680	.876
X10	75.1250	58.420	.451	.883
X11	75.1750	56.507	.535	.880
X12	75.1750	56.148	.726	.876
X13	75.1750	55.994	.588	.879
X14	75.0500	57.536	.545	.881
X15	75.4250	58.507	.256	.890
X16	75.0750	56.943	.606	.879
X17	75.1250	57.087	.698	.878
X18	75.2000	58.523	.285	.888
X19	75.3750	56.497	.469	.882
X20	75.4000	59.015	.226	.890

X21	75.2000	56.882	.625	.879
X22	75.2500	55.474	.595	.878

Lampiran 4.
Kategorisasi *Self-regulated learning*

Deskripsi Data Hipotetik *Self-regulated learning*

DATA SKALA	VAR
Jumlah Butir	24
Skor Butir Minimal	1
Skor Butir Maksimal	4
Rerata	60
Deviasi Standar	12

Kategorisasi Data *Self-regulated learning*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 48	11	4.62
Sedang	48 - 72	79	33.19
Tinggi	72 <	148	62.18
Total		238	100.00

Lampiran 5.
Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Deskripsi Data Hipotetik Prokrastinasi Akademik

DATA SKALA	VAR
Jumlah Butir	22
Skor Butir Minimal	1
Skor Butir Maksimal	4
Rerata	55
Deviasi Stanar	11

Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

KATEGORISASI DATA HIPOTETIK

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 44	37	15.55
Sedang	44 - 66	99	41.60
Tinggi	66 <	102	42.86
Total		238	100.00

Lampiran 6. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Unstandardized Residual
N			238
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		.0000000
	Std. Deviation		4.64014853
Most Extreme Differences	Absolute		.085
	Positive		.060
	Negative		-.085
Test Statistic			.085
Asymp. Sig. (2-tailed)			.000 ^c
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.		.059 ^d
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.053
		Upper Bound	.065

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Based on 10000 sampled tables with starting seed 2000000.

Lampiran 7.
Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SRL	Between	(Combined)	696.075	23	30.264	1.392	.116
* PA	Groups	Linearity	246.570	1	246.570	11.339	.001
		Deviation from Linearity	449.505	22	20.432	.940	.543
Within Groups			4653.336	214	21.745		
Total			5349.412	237			

Lampiran 8.
Uji Hipotesis

Variabel Etered/Removed

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	SRL ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: PA

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.215 ^a	.046	.042	4.262

a. Predictors: (Constant), SRL

b. Dependent Variable: PA

ANOVA^a

		ANOVA^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	207.161	1	207.161	11.404	.001 ^b
	Residual	4287.263	236	18.166		
	Total	4494.424	237			

a. Dependent Variable: PA

b. Predictors: (Constant), SRL

Coefficients^a

		Coefficients^a				
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	64.701	5.002		12.935	.000
	SRL	.197	.058	.215	3.377	.001

a. Dependent Variable: PA

Lampiran 9
Bukti Konsultasi

BUKTI KONSULTASI

Nama : Azmi Shlahuddin
 NIM : 18410074
 Prodi/Fakultas : Psikologi
 Dosen Pembimbing I : Muhammad Jamaluddin, M. Si
 Judul Skripsi : Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan
1.	15 September 2021	Menentukan Judul	
2.	23 September 2021	BAB 1	 
3.	29 September 2021	Revisi BAB 1	 
4.	13 Oktober 2021	BAB III	 
5.	10 November 2021	Membahas kembali BAB III dan menanda tangani lembar persetujuan sempro	 
6.	24 September 2021	Revisi Seminar Proposal	 
7.	8 Desember 2021	Membahas kuisisioner untuk Uji Coba	 
8.	28 Desember 2021	BAB IV	 
9.	3 Januari 2022	BAB IV Pembahasan	 

Lampiran 9. Surat Resmi Pengambilan Data

1. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1030 /Fpsi.1/PP.009/10/2021
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

22 Oktober 2021

Kepada Yth.
Kepala BAK Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM : AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Abi Ridho



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

2. Fakultas Humaniora



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1031 /FPsi.1/PP.009/10/2021

22 Oktober 2021

Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

Kepada Yth.
Kepala BAK Humaniora
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Humaniora UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM : AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh *Self-Regulated Learning* terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

3. Ilmu Tarbiyah dan Keagamaan

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1032 /FPsi.1/PP.009/10/2021
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

22 Oktober 2021

Kepada Yth.
Kepala BAK Ilmu Tarbiyah dan Keagamaan
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keagamaan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM : AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh *Self-Regulated Learning* terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ari Ridho



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

4. Fakultas Ekonomi

	KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG FAKULTAS PSIKOLOGI <small>Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fps.uin-malang.ac.id</small>
No. : 1033 /FPsi.1/PP.009/10/2021	22 Oktober 2021
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI	

Kepada Yth.
Kepala BAK Ekonomi
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM	: AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian	: UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi	: Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing	: Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

RR Ridho



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

5. Fakultas Psikologi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1034 /FPsi.1/PP.009/10/2021
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

22 Oktober 2021

Kepada Yth.
Kepala BAK Psikologi
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM : AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

6. Fakultas Syariah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1035 /FPsi.1/PP.009/10/2021
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

22 Oktober 2021

Kepada Yth.
Kepala BAK Syariah
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM : AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ridho



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

7. Fakultas Sains dan Teknologi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 1036 /FPsi.1/PP.009/10/2021

22 Oktober 2021

Perihal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

Kepada Yth.
Kepala BAK Sains dan Teknologi
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan **data seluruh mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi**, kepada:

Nama / NIM : AZMI SHOLAHUDDIN / 18410074
Tempat Penelitian : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi
Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK DI MASA PANDEMI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Azmi Sholahuddin (18410074)

Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Jl. Gajayana No.50 Malang Telp. 0341-558916

Abstrak

Pendidikan di masa pandemi mengakibatkan penurunan kualitas belajar sehingga pembelajaran selama masa pandemi dilakukan secara *online* atau dalam jaringan (daring). Pembelajaran *online* merupakan belajar dengan menggunakan jaringan internet yang terkoneksi dalam media pembelajaran seperti *e-learning*, dan media lainnya. Salah satu kendala dalam pelaksanaan pembelajaran *online* adalah penundaan pekerjaan atau tugas akademik, hal ini disebut dengan prokrastinasi akademik. Untuk menurunkan prokrastinasi akademik memiliki *self-regulated learning* yang tinggi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan pendekatan asosiatif kausal. Pengumpulan data dilakukan dengan cara teknik penyebaran skala dan wawancara tidak langsung. Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dimasa pandemi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebanyak 2.375 mahasiswa, untuk pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan mengambil 10% dari jumlah populasi yaitu 238 mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan *self-regulated learning* memiliki terhadap prokrastinasi akademik karena memiliki nilai signifikansi 0,00 $p < 0,005$. *Self-regulated learning* memiliki sumbangsih 4,8% terhadap prokrastinasi akademik, hal ini prokrastinasi akademik dimasa pandemi meningkat memiliki faktor-faktor baru seperti mudah bosan, mudah mengantuk, dan terkendalanya jaringan.

Kata Kunci : *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik

Abstract

Education during the pandemic resulted in a decrease in the quality of learning so that learning during the pandemic was carried out online or in a network (online). Online learning is learning by using internet networks that are connected to learning media such as e-learning, and other media. One of the obstacles in the implementation of online learning is the delay of work or academic assignments, this is called academic procrastination. To reduce academic procrastination, have high self-regulated learning. This study uses a quantitative method using a causal associative approach. Data was collected by means of scale distribution techniques and indirect interviews. The population in this study were students who were working on a thesis during the pandemic at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang as many as 2,375 students, for sampling using probability sampling by taking 10% of the total population, namely 238 students. Based on the results of the study, it can be concluded that self-regulated learning has a positive impact on academic procrastination because it has a significance value of 0.00 $p < 0.005$. Self-regulated learning has a 4.8% contribution to academic procrastination, this is academic procrastination during an increasing pandemic which has new factors such as easily bored, easily sleepy, and network constraints.

Keyword : *self-regulated learning, academic procrastination*

PENDAHULUAN

Seluruh negara di dunia saat ini merasakan pandemi virus *covid-19*. Pandemi adalah wabah penyakit yang menyebar secara pesat dan sangat luas. Menurut Zhou, (2020 : 46) *coronavirus* merupakan jenis penyakit baru yang sebelumnya belum teridentifikasi pada manusia dan untuk menetapkan wabah virus corona pada tanggal 30 Januari 2020 oleh WHO yang telah menjadi sebagai darurat publik yang meresahkan dunia. Seluruh sektor yang ada di Indonesia terkena dampaknya baik sektor ekonomi, perdagangan bahkan sektor pendidikan. Maka dari itu untuk mencegah penyebaran *Covid-19* kita dihimbau untuk tidak keluar rumah, tidak membuat keramaian, memakai masker, menjaga jarak dengan orang sekitar dan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah di anjurkan.

Menurut Argheni (2020:100) pembelajaran jarak jauh berdampak pada siswa, seperti kurang produktif, kurang kreatif, menimbulkan kebingungan, pasif, mengalami burnout dan kehilangan informasi atau konsep yang telah diberikan. Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Tezer et al, (2020:150) siswa atau mahasiswa yang menggunakan internet lebih dari 4 jam cenderung menggunakan internet dengan cara yang menyimpang atau melakukan prokrastinasi akademik yang lebih tinggi daripada mereka yang menggunakannya di bawah waktu tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa pengguna internet dalam pembelajaran online lebih

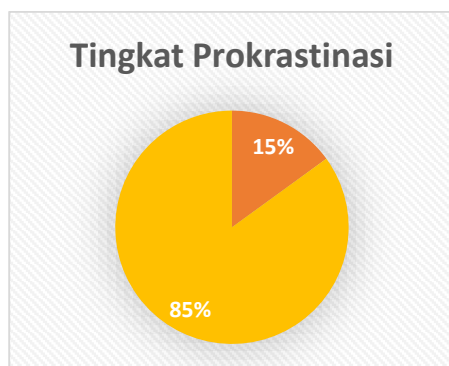
cenderung menyalahgunakannya untuk mengakses hal-hal lain yang juga tidak digunakan untuk tujuan pembelajaran. Sedangkan menurut Anugraha dalam Oktariani (2020:18) menjelaskan bahwa terdapat beberapa kendala selama pembelajaran online seperti sinyal terkendala, tugas menumpuk dan kurangnya pemahaman terhadap materi yang disampaikan. Sistem pembelajaran online juga berdampak pada mengalami *cabin fever* dimana seseorang akan mengalami kebosanan, kecemasan, kesedihan, bahkan perasaan negatif lainnya karena jika terlalu lama berada di satu tempat tidak ada interaksi dengan teman, interaksi dengan lingkungan sekitar. lingkungan. , bahkan siswa juga kurang mendapat dorongan atau motivasi karena pembelajaran hanya dilakukan dari rumah.

Menurut Marantika, dkk (2020 : 355) selain kendala dalam kegiatan pembelajaran *online* dan pelaksanaan pembelajaran, masih meninggalkan masalah - masalah yang menjadi efek sampingnya, salah satu dari efek tersebut adalah menunda pekerjaan atau tugas yang harus diselesaikan, hal ini disebut dengan prokrastinasi.

Menurut Solomon dan Rothblum (1984 : 503) mendefinisikan penundaan akademik ialah keterlambatan dalam menyelesaikan tugas – tugas akademik, seperti menunda mengurus keperluan administrasi yang berkaitan dengan perkuliahan, menunda mengerjakan latihan soal, mencari referensi untuk menjadi bahan pembuatan makalah,

artikel dan lain – lain administratif. Selain itu Wolters (2003 : 182) juga mengatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas akademik hingga batas mendekati tenggat waktu atau kegagalan dalam menyelesaikan tugasnya. Individu yang melakukan prokrastinasi disebut prokrasinator.

Berdasarkan survey yang telah dilakukan kepada 134 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim melalui google form bahwasanya pembelajaran daring ini juga dirasakan oleh mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi akademik meningkat terutama pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.



Gambar 1. Prosentase Prokrastinasi akademik

Survey ini menunjukkan hasil bahwa warna “Kuning” dengan total presentase 85% atau 102 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik yang meningkat di masa pandemi sedangkan warna “jingga” dengan presentase 15% atau 31 mahasiswa menunjukkan bahwa tidak mengalami peningkatan prokrastinasi di masa pandemi. Hal ini,

mengakibatkan pembelajaran *online* kurang kondusif karena membutuhkan bimbingan dengan dosen lebih intensif, memberikan interaksi positif dengan mahasiswanya dan kurang berinteraksi dengan lingkungan secara langsung serta dosen untuk mendapatkan informasi mengenai materi.

Selain itu survey yang dilakukan pada tanggal 16 September – 1 Oktober untuk mendapat informasi – informasi pada penelitian ini melalui wawancara *online* secara tidak langsung dengan menggunakan *google form* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi di masa pandemi. Hasil dari wawancara pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi bahwasannya ada faktor – faktor yang menyebabkan seseorang dapat melakukan prokrastinasi akademik seperti, malas, kurang motivasi, tidak bisa mengatur waktu, merasa jenuh, lingkungan rumah yang kurang mendukung, jaringan yang tidak stabil dan sulit dalam mengikuti pembelajaran karena keterbatasan dengan kuota.

Prokrastinasi akademik merupakan suatu masalah bagi mahasiswa, khususnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi terlebih dimasa pandemi, masalah yang sering terjadi selama masa pandemi untuk memulai mengerjakan tugas akhir dimasa pandemi ialah faktor internal dan faktor eksternal, yang muncul dalam dirinya atau disebut dengan faktor internal seperti, kecemasan, stress dan masalah lainnya, faktor eksternal yang muncul diluar

dirinya seperti susahny jaringan, keterbatasan kuota, dan kurang memahami dengan bimbingan secara *online*. Menangani masalah diatas mahasiswa harus memiliki motivasi yang kuat, pengaturan diri dan berusaha mencari bantuan jika ada yang kurang dipahami, hal tersebut dinamakan dengan *self-regulated learning*. Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mampu untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik.

Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mengetahui bagaimana menjaga diri untuk tetap fokus dari gangguan – gangguan selama proses belajar. Mahasiswa mengetahui cara mengatasi saat mengantuk, cemas atau malas,. Jika mahasiswa memiliki *self-regulated learning* yang baik akan mengalami kecenderungan prokrastinasi akademik yang rendah Corno, Snow & Jacson dalam Woolflok, (2004 : 107). Pernyataan ini didukung oleh penelitian terdahulu oleh Hariri, (2010 : 23) yang mengatakan bahwa *self-regulated learning* efektif dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik. Diperkuat dengan pernyataan Zimmerman dan Martinez-Pon (1990: 56) bahwa dalam penelitiannya menjelaskan bahwa, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mampu mengarahkan diri untuk belajar, membuat perencanaan (*plan*), mengarahkan dirinya (*self-instruction*), dan mengembangkan dirinya (*self-evaluation*) dalam proses pengetahuan serta dapat meningkatkan prestasi belajar.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan fenomena prokrastinasi akademik memiliki kecenderungan tinggi di kalangan mahasiswa.

KAJIAN TEORI

Definisi Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin yaitu *procrastinare*, kata *pro* berarti ke depan, bergerak maju, sedangkan *crastinus* yang artinya besok menjadi hari esok, Ferrari dalam Hendrianur (2015 : 528). Jadi, prokrastinasi berasal dari kata penundaan pekerjaan sampai hari esok atau suka mengejakan pekejaannya di hari berikutnya. Steel (2007 : 66) mendefinisikan bahwa prokrastinasi adalah menunda pekerjaan atau tugas dengan sengaja yang diinginkan meskipun individu mengetahuinya bahwa perilaku menunda-nunda dapat berdampak negatif. Berbeda dengan sudut pandang Ferrari, dkk (1995 : 7) bahwasannya prokrastinasi dapat bersifat positif karena memiliki usaha yang komplusif agar berguna dan dapat menghindari kegiatan-kegiatan yang tidak terlalu penting. Sedangkan bersifat negatif karena kebiasaan buruk menunda-nunda dan menghindari pekerjaan. Namun jika dilihat dari beberapa pendapat para ahli, prokrastinasi atau penundaan lebih banyak bersifat buruk. Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator.

Secara umum, perilaku prokrastinasi sering terjadi dalam proses akademik resmi. Biasanya proses akademik membebankan dengan tugas – tugas yang diberikan dosen pada

mahasiswa mulai dari tugas kuliah sampai tugas akhir atau skripsi. Diungkapkan oleh Ghufron (2010) bahwa prokrastinasi akademik adalah jenis prokrastinasi yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik. Berdasarkan Ferrari (1995) prokrastinasi yang gagal di bidang akademik karena mereka menghindarinya untuk mengerjakan tugas dan merasa takut jika tidak bisa menyelesaikan tugas.

Berdasarkan paparan yang diungkapkan para ahli tentang prokrastinasi akademik, dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan penundaan menyelesaikan atau mengerjakan tugas oleh mahasiswa secara sadar dengan melakukan kegiatan yang tidak begitu penting dan lupa dengan waktu sehingga pada akhirnya akan menyebabkan kecemasan karena tidak maksimal pengerjaannya atau bahkan gagal dan tidak bisa menyelesaikan dengan tepat waktu.

Aspek – Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Schouwenburg dalam Ferrari, dkk (1995 : 17) menyatakan bahwa perilaku prokrastinasi akademik mampu termanifestasikan sesuai dengan indikator yang dapat diamati dan diukur, aspek-aspek tersebut berupa:

- a. *Perceived time* (individu yang melakukan perilaku prokrastinasi

ialah mereka yang gagal menepati target waktu).

- b. *Intention-action* (kesenjangan antara tindakan dan keinginan).
- c. *Emotional distress* (memiliki kecemasan ketika melakukan prokrastinasi)
- d. *Perceived ability* (kepercayaan pada kemampuan seseorang)

Faktor – Faktor Prokrastinasi Akademik

Faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik terbagi menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal Ghufron (2003)

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan yang muncul dalam diri seseorang untuk mempengaruhi prokrastinasi atau penundaan. Faktor ini meliputi kondisi psikologikesehatan dari individu, yaitu:

1. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam diri yang mempengaruhi penyebab perilaku prokrastinasi akademik berupa kondisi kesehatan fisik individu seperti kelelahan.

2. Kondisi psikologis individu

Trait kepribadian seseorang mempengaruhi munculnya perilaku menunda-nunda.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari luar diri individu yang mempengaruhi

prokrastinasi.

1. Pola asuh orang tua

Hasil penelitian Ferrari & Ollive menemukan bahwa tingkat pola asuh otoriter menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi kronis pada subjek penelitian anak, sedangkan tingkat pola asuh demokratis ayah menghasilkan anak yang tidak suka menunda-nunda. Ibu yang memiliki kecenderungan untuk menghindari prokrastinasi menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan penghindaran prokrastinasi.

2. Kondisi lingkungan

Lingkungan yang *lenient* merupakan perilaku prokrastinasi akademik lebih banyak seseorang yang melakukannya di lingkungan yang kurang terkontrol daripada lingkungan diawasi secara penuh. Millgram, dkk. Dalam Rizvi (1997 : 55)

Self-regulted Learning

Definisi

Self-regulated learning merupakan sebagai proses di mana mahasiswa melakukan strategi dengan mengatur kognitif, metakognisi, motivasi dan perilaku. Strategi kognitif meliputi upaya mengingatkan dan mempraktekkan materi materi secara konsisten, strategi dan elaborasi. mengorganisasikan materi sebagai strategi metakognisi termasuk dalam perencanaan, pemantauan, dan evaluasi. Strategi motivasi termasuk menilai belajar menjadi sebuah kebutuhan diri sendiri atau intrinsik, harga diri, dan bertahan dalam

menghadapi kesulitan. Titik Kristiyani (2016 : 12)

Sedangkan menurut para ahli psikologi sosial dan kognitif menyatakan *self-regulated learning* merupakan suatu proses yang mampu mengubah dengan cara pelatihan. Ormrod (2006 : 12) pelatihan disini sebagai sebuah proses dalam *self-regulated learning* mencakup penciptaan untuk mencapai tujuan, perencanaan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan, penggunaan strategi, monitoring implementasi strategi, serta mengevaluasi diri untuk seluruh proses selama pembelajaran. *self-regulated learning* juga sebagai suatu *spirit* yang termasuk dalam harapan hasil belajar, efikasi diri, pemaparan keberhasilan atau kegagalan untuk menyelesaikan tugas, kepuasan diri, nilai tugas untuk individu, serta minat dalam mengerjakan tugas. Zimmerman (2002 : 66).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas bahwa *self-regulated learning* adalah suatu proses aktif dan konstruktif untuk melakukan strategi – strategi dengan mengatur kognisi, metakognisi, motivasi dan perilaku, sehingga bisa memprioritaskan dengan konteks lingkungan supaya bisa didorong atau diarahkan sesuai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

Aspek – Aspek Self-regulated Learning

Menurut Zimmerman (1989 : 329), terdiri dari tiga aspek umum pembelajaran akademik, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

Berdasarkan aspek-aspek diatas, menurut Wolter, dkk menjelaskan secara rinci

penerepan strategi dalam setiap aspek *self-regulated learning* sebagai berikut:

a. Kognisi

Strategi untuk mengatur atau mengontrol kognisi, termasuk berbagai aktivitas metakognitif dan kognitif yang dilakukan seseorang untuk beradaptasi dan merubah kognisi mereka. Strategi untuk meregulasi kognisi termasuk:

1. Strategi pengulangan (*rehearsal*) termasuk upaya untuk meningkatkan materi dengan mengulangi berkali-kali.
2. Strategi elaborasi (*elaboration*) mencerminkan “pembelajaran mendalam” dengan mencoba meringkas materi dengan menggunakan kalimat sendiri
3. Strategi organisasi (*organization*) mencakupu “proses mendalam” melalui penggunaan berbagai titik seperti membuat catatan, menggambar diagram dan grafik untuk mengatur materi.
4. Strategi metakognisi metakognisi (*metacognition regulation*) meliputi perencanaan, pemantauan, dan strategi untuk mengatur pembelajaran, seperti menentukan tujuan kegiatan menulis, membuat atau memahami penyesuaian pada perubahan sehingga ada kemajuan dalam mengerjakan tugas.

b. Motivasi

Strategi ini untuk mengatur motivasi yang melibatkan beberapa kegiatan dimana siswa memiliki tujuan

tertentu untuk mencoba memulai, mengatur, atau meningkatkan keinginan untuk memulainya dan mempersiapkan tugas – tugas selanjutnya.

c. Perilaku

Strategi perilaku merupakan untuk mengatur perilakunya yang melibatkan upaya seseorang untuk mengontrol perilaku mereka sendiri. Siswa juga dapat mengatur waktu dengan baik dan mempelajari suasana dengan mengatur pembelajaran bersama menggunakan rencana dan jadwal belajar yang dibuatnya ketika akan belajar.

Faktor – Faktor ISelf-regulated Learning

Upaya seseorang dalam mengarahkan atau mengatur waktu untuk belajar di pengaruhi oleh faktor-faktor yang muncul didalam diri, perilaku dan lingkungan belajarnya.

1. Faktor dala diri

Dalam diri siswa tentunya memiliki faktor yang berpengaruh salah satunya ialah pengetahuan yang dimiliki peserta didik (*self knowledge*).

2. Faktor Perilaku

Self-regulated learning dipengaruhi oleh perilaku yang ditampilkan ketika sedang mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan.

3. Faktor Lingkungan

Struktur lingkungan belajar untuk menerapkan *self-regulated learning* merupakan situasi lingkungan belajar

yang menyenangkan dan mempunyai peran penting, yang memberikan kebebasan pada siswa ialah faktor lingkungan karena membuat pilihan dorongan siswa untuk terlibat secara fisik, mental, dan emosional dalam proses melaksanakan pembelajaran, oleh karena itu, dapat memunculkan aktivitas yang kreatif serta produktif, Degeng (2001).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan asosiatif kausal. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi sebanyak 2.375 mahasiswa yang melakukan secara *online*. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *probability sampel* dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian ini berupa angket skala likert dan wawancara. Teknik analisis regresi sederhana atau *anareg product moment* digunakan sebagai tujuan untuk menentukan adanya pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Deskriptif

Penelitian ini untuk mengetahui hasil analisis deskriptif ini peneliti menggunakan program *excel* kategorisasi atau *katag versi 0.1*. berikut tabel yang memberikan gambaran:

Tabel 1. Hipotetik *self-regulated learning* prokrastinasi akademik

Variabel	N	Mean	Std. Deviasi
<i>Self-regulated learning</i>	235	60	12
Prokrastinasi akademik	235	55	11

Tabel 2. Kategorisasi *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik

Klasifikasi	Kategori	<i>Self Regulated learning</i>	
		F	%
$X < 48$	Rendah	11	5%
$\leq X < 72$	Sedang	79	33%
≥ 72	Tinggi	148	62%
Jumlah		238	100%
Klasifikasi	Kategori	Prokrastinasi Akademik	
		F	%
$X < 44$	Rendah	37	15%
$\leq X < 66$	Sedang	99	42%
$X \geq 66$	Tinggi	102	43%
Jumlah		238	100%

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan *self-regulated learning* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada di kategori tinggi dengan persentase 62%. Sedangkan untuk tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi masuk ke dalam kategori tinggi dengan nilai persentase 43%.

Setelah menemukan hasil dari analisis deskriptif untuk tahap berikutnya melakukan persyaratan analisis asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas dengan menggunakan teknik *One sample kolmogrov smirnov* dan uji linieritas.

Analisis persyaratan pengujian ini merupakan langkah penting yang harus dilakukan dalam penelitian, sebelum melakukan uji hipotesis. Hasil uji normalitas *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik

Tabel 3. *One Sample Kolmogrov-Smirnov Test*

Unstandardized Residual		
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	,137
Sig > α : menunjukkan data dalam penelitian ini berdistribusi normal		

Hasil uji normalitas pada skala *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada 238 subjek sudah memenuhi kriteria dengan nilai signifikansi ,137 karena lebih >0,05 sehingga dapat dikatakan normalitas. Dilakukannya uji linieritas ialah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pada variabel *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Uji dalam penelitian ini menggunakan dengan *Test for Linearity* pada program *IBM SPSS* versi 25.0. Berikut hasil yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4. Hasil Uji Linieritas

Varibel	F	P(>,005)	Ket.
<i>Self-regulated learning*</i> Prokrastinasi akademik	11.339	0,001	Linier

Dapat dilihat dari tabel diatas bahwa nilai signifikansi dari uji linieritas antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik adalah 0,001 ($p < 0,05$), karena nilai signifikansi dalam penelitian ini 0,001 dan angka tersebut <0,05. Maka dapat dikatakan variabel *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi keduanya linier.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* yang terdapat pada program *IBM SPSS* versi 25.0. Berikut hasil yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 5. Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error the Estimate
,215	,046	0,42	4,650

a. Predictors (Constant) : *Self-regulated Learning*

Dapat dilihat dari tabel *model summary* uji regresi sederhana diatas bahwa besarnya nilai korelasi (R) yaitu sebesar 0,215 dan dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi atau (R square) 0,046 yang memiliki pengertian bahwa pengaruh variabel bebas atau *self-regulated learning* terhadap variabel terikat atau prokrastinasi akademik adalah sebesar 4,6 %.

Tabel 6. Anova

Model	Sun of Square	DF	Mean Square	F	Sig.
Reg.	246.570	1	204,161	11.404	,001
Res.	4287,263	236	18,166		
Total	4494.424	237			

Dari output tersebut diketahui bahwa F hitung adalah 11.404 dengan tingkat signifikansi sebesar ,001^b kurang dari angka <0,05, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi *self-regulated learning* atau dengan kata lain ada pengaruh *self-regulated learning* (X) dengan prokrastinasi akademik (Y)

Tabel 7. Coefisient

Model	Unstandar Coefisient		Stand. Coef.	T	Sig.
Constan	B	Std. Error	Beta		
SRL	64,701	5,002		12,933	,000
		0,058	,215	3,377	,001

a. Dependen Variable : Prokrastinasi Akademik

Keterangan :

Ho : Tidak ada pengaruh antara antar dua variabel

H_a : Ada pengaruh antara dua variabel

Dapat diketahui nilai *constant* (a) sebesar 64,701 sehingga mengandung arti nilai variabel partisipasi, sedangkan nilai *self-regulated learning* (b / koefisien regresi) sebesar 0,197, menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self-regulated learning*, maka nilai partisipasi bertambah 0,197. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif mengikuti arah

Berdasarkan nilai signifikans dari tabel coefficients dapat diperoleh sebesar 0,001 berarti lebih kecil <0,005, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* (X) berpengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y). Jika dilihat dari nilai t, bahwa nilai

$t_{hitung} 3,377 > t_{tabel} 1,970$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* (X) berpengaruh pada variabel prokrastinasi akademik (Y) artinya H_a diterima dan H_o ditolak.

Dilihat dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa jika *self-regulated learning* tinggi maka prokrastinasi akademik tinggi. Sedangkan jika memiliki prokrastinasi akademiknya tinggi maka *self-regulated learning* tinggi. Hal ini terjadi dimasa pandemi.

Diketahui nilai *constant* (a) sebesar 64,701 sehingga mengandung arti nilai variabel partisipasi, sedangkan nilai *self-regulated learning* (b / koefisien regresi) sebesar 0,197, menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self-regulated learning*, maka nilai partisipasi bertambah 0,197. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif mengikuti arah

Berdasarkan nilai signifikans dari tabel coefficients dapat diperoleh sebesar 0,001 berarti lebih kecil <0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* (X) berpengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y). Jika dilihat dari nilai t, bahwa nilai $t_{hitung} 3,377 > t_{tabel} 1,970$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* (X) berpengaruh pada variabel prokrastinasi akademik (Y) artinya H_a diterima dan H_o ditolak.

Dilihat dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa jika *self-regulated learning* tinggi maka prokrastinasi

akademik tinggi. Sedangkan jika memiliki prokrastinasi akademiknya tinggi maka *self-regulated learning* tinggi. Hal ini terjadi dimasa pandemi.

Dalam pembelajaran *online* ini, banyak permasalahan yang muncul bagi mahasiswa. Salah satu permasalahan yang muncul dalam pelaksanaan pembelajaran *online* adalah masalah *self-regulated learning* (Hudaifah, 2020: 80). Kegiatan belajar di rumah membawa beberapa dampak termasuk berkurangnya kontrol dari pendidik. Intensitas pertemuan antara dosen dengan mahasiswanya rendah. Hal ini menyebabkan siswa merasa lebih bebas di rumah atau di tempat lain dan terlepas dari pemantauan para pendidik (Sadikin & Hamidah, 2020: 21)

Penelitian ini melakukan uji regresi yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel *dependen* (X) terhadap variabel *independen* (Y). Berdasarkan hasil analisis IBM SPSS 25.0 *for windows* memiliki koefisien determinasi (R Square), hal ini menentukan pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. Nilai koefisien determinasi dalam penelitian ini adalah 0,046. Maka dari itu *self-regulated learning* memiliki sumbangsih 4,6% terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memiliki keterbatasan – keterbatasan selama pelaksanaan penelitian, yaitu: Kondisi dimasa pandemi ini untuk mengisi angket pada

subjek melakukan dengan cara menggunakan *google form* sehingga, tidak bisa melihat atau memantau subjek ketika mengisi angket dan peneliti juga tidak mengetahui mereka mengerti maksud dari pernyataan dengan baik atau tidak. Dalam proses pengumpulan data, informasi yang diberikan oleh subjek melalui angket dalam bentuk *google form* terkadang tidak menunjukkan pendapat subjek yang sebenarnya, ini terjadi karena terkadang ada perbedaan pendapat, pemahaman dan tanggapan yang berbeda dari setiap responden, serta faktor-faktor lain seperti: faktor kejujuran dalam mengisi kuisisioner.

PENUTUPAN

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan diatas dapat disimpulkan, bahwa terdapat pengaruh *self-regulated learning* terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemic di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang meskipun tidak memberikan sumbangsih yang besar. Analisis regresi sederhana sebesar 0,197 sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh antara kedua variabel.

Penelitian selanjutan yang membahas sesuai dengan penelitian bisa di kembangkan hal-hal secara lebih rinci terkait dengan tindakan prokrastinasi akademik yang belum diungkapkan dalam penelitian ini, di samping itu peneliti juga memberikan saran kepada peneliti selanjutnya untuk meberikan intervensi dan menambah variabel lain

yang juga diduga memiliki pengaruh dengan variabel prokrastinasi akademik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada mahasiswa yang bersangkutan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang seang mengerjakan skripsi di masa pandemi memberikan ucapan terima kasih telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian. Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan dukungan selama penelitian ini berlangsung sehingga menjalankan penelitian ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Argaheni, N. (2020). Sistematis review: dampak perkuliahan daring saat pandemi Covid-19 terhadap mahasiswa Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8 (2), 99 - 108.
- Degeng, I. N. (2001). *Kumpulan Bahan Pembelajaran, Menuju Pribadi Unggul Lewat Perbaikan Kualitas Pembelajaran di Perguruan Tinggi*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Fernanda, Dwi, Marantika., S. I. (2020). Korelasi antara Regulasi Diri dan Harga Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Diunduh dari <http://repository.untag-sby.ac.id/4725/9/JURNAL.pdf>*, 2
- Ferrari, J. R. (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ghufon, M. &. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghufon, M. N. (2003). *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik*. Yogyakarta : Tesis. (Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi UniversitasGadjah Mada .
- Hariiri, G. N. (2010). Efektibilitas Program Self-Regulation Learning untuk Mereduksi Prokrastiansi Akademi Siswa (pra-eksperimen terhadap siswa SMP Negeri 5 Bandung tahun ajaran (2010/2011). *Skripsi Universitas Pendidikan Indonesia Program Psikologi*
- M, Tezer., P, Ulgener., H, Minalay., A, Ture., U, Tugutlu., & G, Harper. (2020). Examining the relationship between academic procrastination behaviours and problematic internet usage of high school students during the Covid-19 pandemic period. *Global Journal Of Guidance And Counseling In Schools: Current Perspectives*, 10(3), 142-256.
- Kritiyani, T. (2016). *Self-Regulated Learning (Konsep, Implikasi, dan Tantangannya bagi siswa di Indonesia*. Yogyakarta: Shanata Dharma Uiversity Press.
- Okrariani. (2020). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring pada Periode Pandemi Covid-19. *Journal of Learning and Instructional Studies*, 1 (1) 17-25.
- Ormond, J. E. (2006). *Educational Psychology: Developing Leanears. [5th ed]*. Upper Saddle River, N.J.: Pearson.
- Rizvi, A. P. (1997). Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai Prediktor Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika*, No. 3, 51-67.
- Solomon, L. J. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4), 503
- Wolters, C. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 3 (1), 179-187.
- Woolfolk, A. (2004). *Educational psychology 9th ed*. Boston: Pearson Amd AB.
- Zhou, Z. C. (2020). Back to Spring of Wuhan: Fact and Hope of COVID-19 Outbreak. *Frontiers of Medicine*, 113-116.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *TheoryInto Practice*, 41(2), 64-70.