

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA SISWA KELAS XI SMA SWASTA PAB 5 KLUMPANG
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

¹Azizah Batubara, ²Irwan, ³Suci Ayu Lestari

^{1,2}Dosen STKIP Budidaya Binjai

¹azizahbatubara89@gmail.com

²irwanmedan1960@gmail.com

³Mahasiswa STKIP Budidaya Binjai

³suciyulestari401@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui : korelasi Antara Regulasi Diri menggunakan prokrastinasi Akademik pada siswa Kelas XI SMA swasta PAB lima Klumpang, menggunakan populasi berjumlah 160 siswa dengan jumlah sampel yaitu 40 peserta didik diambil secara random sampling. Jenis penelitian yg digunakan dalam penelitian ini artinya penelitian kuantitatif korelasional. Instrumen yg dipergunakan ialah dengan menyebarkan angket menggunakan sampel menjadi bahan masukkan buat mengetahui situasi yang sebenarnya pada sekolah SMA swasta PAB 5 Klumpang menggunakan blue print /kisi-kisi. Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan observasi, wawancara serta dokumentasi. Analisis data menggunakan Normalitas , Linearitas serta Hipotesis. Dari hasil analisis maka diperoleh nilai $p < 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut dikatakan bahwa terdapat hubungn Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa Kelas XI SMA swasta PAB 5 Klumpang.

Kata Kunci : *Regulasi Diri, Prokrastinasi Akademik*

ABSTRACT

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN CLASS XI
STUDENTS OF PAB 5 PRIVATE SMA PAB 5 KLUMPANG
ACADEMIC YEAR 2021/2022**

The purpose of the study was to determine: the correlation between self-regulation using academic procrastination in class XI students of private SMA PAB lima Klumpang, using a population of 160 students with a total sample of 40 students taken by random sampling. The type of research used in this research means correlational quantitative research. The instrument used is to distribute a questionnaire using samples as input material to find out the actual situation at the PAB 5 Klumpang private high school using a blue print / grid. Data collection techniques are using observation, interviews and documentation. Data analysis using Normality, Linearity and Hypothesis. From the results of the analysis, the p value < 0.05 was obtained. Based on these results, it is said that there is a relationship between self-regulation and academic procrastination in class XI students of private high school PAB 5 Klumpang.

Keyword: *Self Regulation, Academic Procrastination*

I.PENDAHULUAN

SMA (Sekolah Menengah Atas) adalah galat satu bentuk satuan pendidikan formal yg menyelenggarakan pendidikan di jenjang pendidikan menengah menjadi lanjutan dari SMP/MTs atau bentuk lain yg sederajat yg akan melahirkan generasi yg sudah memiliki kemampuan dan keahlian tertentu pada bidangnya. mereka sudah berlatih.

Menurut Ghufron serta Risnawita (2010: 149) seseorang yang mengalami kesulitan melakukan sesuatu dalam batas ketika yang sudah dipengaruhi, acapkali mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu menggunakan sangat hiperbola, serta gagal merampungkan tugas sesuai batas saat yang sudah ditentukan, dikatakan menjadi orang yang menahan. Penundaan akademik yg dilakukan sang peserta didik di sekolah

menengah akan berdampak buruk, dan akan menghipnotis yang akan terjadi belajar peserta didik. Bila terus berlanjut, karena ini artinya keliru satu sikap dan norma belajar yg buruk.

Oleh sebab itu, siswa harus bias mengatur diri (self-management) yang kuat dan mantap, sebagai akibatnya peserta didik bisa mengatur dirinya sendiri dalam suatu kegiatan dengan mengikutsertakan kemampuan metakognitif, motivasi, serta sikap aktif. Berdasarkan Ghufon dan Risnawita (2010:57): "Manajemen diri atau self-regulation ialah aspek krusial pada memilih perilaku seorang. Self-management atau pengaturan diri merupakan upaya individu buat mengatur diri sendiri dalam suatu kegiatan dengan melibatkan kemampuan metakognitif, motivasi, dan perilaku aktif. Manajemen diri bukanlah kemampuan mental atau kemampuan akademik, namun bagaimana individu memproses dan berubah dalam bentuk kegiatan.

Sebagian peserta didik lebih memilih buat menahan mengerjakan tugas, terdapat juga yg menentukan bermain atau jalan-jalan sehingga menunda tugas yg jadwalnya masih panjang padahal pada akhirnya pekerjaan dikumpulkan sinkron jadwal yang sudah dipengaruhi. karena pekerjaan itu menjadi tanggung jawab seseorang siswa serta harus diselesaikan. terdapat juga yg menyampaikan beberapa pernyataan bahwa terkadang mereka malas buat membawa kembali tugas dan memilih mengerjakannya pada sekolah pada pagi hari padahal pada hari yang sama tugas akan dikumpulkan, peserta didik lebih menentukan mengerjakannya di kelas sebelum jam pembelajaran. mulai. karena tugas yang banyak serta mereka meninggalkan tugas pada laci meja wilayah siswa belajar, beberapa hari lalu mereka dibawa buat melakukannya baik di tempat tinggal atau pada sekolah pada pagi hari sebelum pengumpulan tugas yang dijadwalkan. Manajemen diri siswa sangat diharapkan pada hal pembelajaran. Zimmerman serta Ponds (Ghufon dan Risnawita, 2010: 60) poin metakognitif bagi individu yang

melakukan manajemen diri ialah individu yang merencanakan, mengatur, mengukur diri, dan menginstruksikan diri menjadi kebutuhan selama proses sikap, contohnya pada hal belajar. siswa yang mencapai tujuannya pada hal belajar adalah siswa yg bisa mengatur dirinya sendiri.

Menurut Bandura (pada Alwisol, 2010), faktor-faktor yg mensugesti regulasi diri antara lain faktor internal mirip observasi diri, proses evaluasi, reaksi diri; serta faktor eksternal mirip hubungan dengan lingkungan dan bentuk penguatan.

Peserta didik yang aktif di organisasi sekolah tidak sporadis menahan pada mengerjakan tugas. sebab mereka merasa poly kesibukan berorganisasi di lingkungan sekolah dan mereka menunda tugas-tugas yg sudah diberikan pengajar pada mereka sebelum batas saat. ketika proses pembelajaran pada kelas peserta didik sibuk bermain handphone. sebagai akibatnya waktu pengajar menyampaikan tugas individu atau kelompok, mereka tidak melakukan apa yang sudah diberikan guru. terdapat pula sebagian siswa yg berkata kurang motivasi asal diri sendiri, sebagai akibatnya lebih menentukan mengerjakan tugas secara berkelompok dengan sahabat yang lain. peserta didik yg mengikuti organisasi mengatakan nilai akademiknya menurun, mereka jua berkata bahwa mereka kurang motivasi buat mengerjakan tugas, lalu mereka berkata bahwa nilai mereka menurun dari semester sebelumnya.

Mengerjakan tugas tak sempurna ketika serta terlambat dalam kegiatan akademik bisa disebabkan sang faktor internal dan eksternal. Faktor yg asal dari pada diduga berhubungan dengan rendahnya kemampuan regulasi diri peserta didik. Penundaan dan pengaturan diri ialah salah satu problem dalam ranah Bimbingan serta Konseling. Konseli menjadi individu yg sedang dalam proses berkembang menuju kedewasaan atau kemandirian. keliru satu tujuan bimbingan serta konseling yang berkaitan menggunakan aspek pembelajaran merupakan tahu aneka macam kendala yg

mungkin muncul pada proses pembelajaran yg dialami, mempunyai motivasi belajar yg tinggi, mempunyai keterampilan memutuskan tujuan dan merencanakan pendidikan. poly siswa yang malas dalam belajar, terdapat siswa yg menerima nilai dibawah KKM, peserta didik tidak bisa menyelesaikan tugas dalam pembelajaran, terdapat siswa yg tidak bertanggung jawab terhadap kegiatan pembelajaran. Hal ini dikarenakan peserta didik, terutama yang berada pada semester awal, masih memiliki sikap belajar seperti waktu masih duduk pada bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). peserta didik pada umumnya belum memiliki kesiapan dan kemampuan buat menyelenggarakan kegiatan belajarnya secara efektif serta mandiri. Sebagian besar siswa melakukan aktivitas belajar menggunakan sistem kebut semalam, hanya tampak sibuk sebelum saat ujian.

Tujuan dari penelitian ini ialah buat mengetahui korelasi regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas XI Sekolah Menengan Atas partikelir PAB lima Klumpang.

Secara teoritis, penelitian ini diperlukan bisa menyampaikan sumbangan wawasan serta berita bagi mahasiswa. Wawasan ini bisa membantu peserta didik buat mencegah prokrastinasi. yang akan terjadi penelitian ini dibutuhkan dapat menyampaikan manfaat serta donasi ilmiah bagi pembelajaran Bimbingan serta Konseling khususnya pembelajaran BK.

II.METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional sebab penelitian dilakukan buat mengetahui taraf hubungan antara 2 variabel, tanpa melakukan perubahan, penambahan atau manipulasi terhadap data yang terdapat.

1.Variabel Penelitian

Berdasarkan landasan teori yg terdapat dan rumusan hipotesis penelitian, maka variabel dalam penelitian ini adalah regulasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Ghufon serta Risnawita (2010:57): “Manajemen diri atau self-regulation artinya aspek krusial pada memilih perilaku seseorang. Self-management atau pengaturan diri adalah upaya individu buat mengatur diri sendiri dalam suatu aktivitas dengan melibatkan kemampuan metakognitif, motivasi, dan sikap aktif.

Menurut Ghufon dan Risnawita (2010: 149) prikrastinasi artinya seorang yang mengalami kesulitan melakukan sesuatu sinkron menggunakan batas ketika yang telah dipengaruhi, seringkali mengalami keterlambatan.

2.Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah peserta didik kelas XI Sekolah Menengan Atas swasta PAB 5 Klumpang tahun pelajaran 2021/2022. Jumlah sampel yg diambil adalah 40 peserta didik berasal total populasi 160 siswa.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini merupakan menggunakan metode kualitatif korelasional. menggunakan memakai teknik wawancara serta angket.

Metode pengumpulan data kuantitatif yg digunakan dalam penelitian ini merupakan dengan memberikan indera ukur berupa skala likert kepada subjek, lalu subjek diminta buat mengisi angket sinkron dengan kondisi subjek. dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan cara bertemu langsung menggunakan subjek penelitian.

3.Instrumen Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penelitian menggunakan 2 instrumen penelitian yaitu memakai indera ukur berupa angket dan blue print/kisi-kisi.

1. Angket

Angket pada penelitian ini artinya informasi lapangan tertutup yg sudah disertai dengan jawaban, sehingga responden hanya perlu

memilih jawaban yg telah disediakan. Penelitian ini menggunakan skala Likert.

2. Blue Print/ Kisi-Kisi

Kotak instrumen penundaan akademik serta kotak instrumen pengaturan diri. kedua instrumen tadi disusun berdasarkan indikator-indikator yg terdapat di setiap aspek berasal masing-masing variabel.

III.HASIL DAN PEMBAHASAN

Regulasi diri artinya kemampuan buat mengatur perilaku sendiri dan merencanakan, mengarahkan, serta mencapai tujuan tertentu menggunakan melibatkan unsur-unsur fisik, kognitif, emosional, serta sosial.

Prokrastinasi akademik adalah keterlambatan dalam mengerjakan tugas-tugas yang berkaitan menggunakan tugas formal serta tugas akademik sehingga tak bisa diselesaikan sempurna ketika.

Penelitian ini bertujuan buat mengetahui korelasi regulasi diri dengan prokrastinasi akademik di peserta didik kelas XI Sekolah Menengan Atas swasta PAB lima Klumpang. Regulasi diri dan prokrastinasi akademik diukur dengan skala yang dirancang oleh peneliti sendiri berdasarkan hasil analisis kuantitatif.

Berasal hasil kuisisioner dapat diperoleh berasal aspek-aspek yang menyebabkan adanya korelasi antara self-regulation menggunakan prokrastinasi akademik yaitu blue print/regulation grid serta prokrastinasi, yg akan dijelaskan pada bawah ini:

Dampak dari aspek pertama berasal prokrastinasi akademik adalah keterlambatan pada memulai atau menuntaskan tugas. yang kedua artinya keterlambatan dalam menuntaskan tugas. yg ketiga ialah kesenjangan saat antara planning serta kinerja yg sebenarnya serta keempat merupakan melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas.

Yang akan terjadi berasal aspek kategori regulasi diri pertama adalah menetapkan tujuan sebelum memulai perilaku. ke 2, menganalisis tujuan serta mempersiapkan peluang dari tujuan yang dipilih. Ketiga, menentukan perilaku yang sesuai dengan standar diri serta membandingkan perilaku menggunakan baku orang lain. Keempat, penguatan diri pada diri buat menyesuaikan sikap.

Yemima Husetya (2010:lima) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik artinya penundaan yg dilakukan secara sengaja serta berulang-ulang pada menuntaskan suatu tugas atau pekerjaan. Keterlambatan ini dilakukan pada memulai atau menyelesaikan tugas-tugas yg berafiliasi menggunakan akademik.

Sedangkan menurut Ferrari (dalam Kurniawan 2013:35) prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yg berkaitan menggunakan tugas akademik, mirip tugas sekolah atau tugas mata kuliah.

Berdasarkan Bandura (1989:44) bahwa individu memiliki kemampuan buat mengontrol cara belajarnya menggunakan mengembangkan langkah-langkah pengamatan diri, evaluasi diri dan menanggapi diri sendiri.

Zimmerman (dalam Rizanti 2013:3) regulasi diri erat kaitannya dengan bagaimana individu mengaktualisasikan dirinya menggunakan menampilkan serangkaian tindakan yang bertujuan buat mencapai sasaran.

Hasil penelitian lain di atas bisa memperkuat hasil penelitian ini yg menjelaskan bahwa ada korelasi antara self-regulation dengan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan analisis kuantitatif skala regulasi diri dan prokrastinasi akademik ini dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan hasil dari metode kuantitatif korelasional. Skala regulasi diri dan prokrastinasi akademik masing-masing terdiri dari 40 item yang mana

33 item valid dan 7 item yang tidak valid, skala ini dibagikan kepada 40 siswa kelas XI SMA swasta PAB 5 klumpang.

Skala regulasi diri memiliki reliabilitas 0,892. Skala prokrastinasi akademik memiliki reliabilitas 0,0880 yang artinya kedua skala ini reliabel. Untuk mengetahui adanya hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik maka peneliti melakukan uji coba item menggunakan spss untuk mengetahui hasil dari penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh peneliti. Dan memperoleh hasil dari uji normalitas yang menunjukkan bahwa nilai signifikan sebesar $0,737 > 0,05$ maka dikatakan normal. Hasil dari korelasi antara variabel X dan variabel Y sebesar 0,576 dan diperoleh p-value = 0,000 yang artinya $p < \alpha$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA swasta PAB 5 klumpang.

Sesuai analisis data yg telah dilakukan menggunakan metode kuantitatif korelasional bisa diketahui bahwa adanya korelasi antara self-regulation menggunakan prokrastinasi akademik.

IV.KESIMPULAN

Sesuai yg akan terjadi analisis kuantitatif, keduanya saling mempunyai korelasi atau korelasi positif yg signifikan, ialah semakin rendah regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik serta kebalikannya. yg akan terjadi penelitian ini memberikan bahwa peserta didik SMA PAB 5 Klumpang memiliki self-regulation terhadap prokrastinasi akademik di pembelajaran menjadi akibatnya menahan tugas yg jadwalnya masih lama walaupun di akhirnya pekerjaan dikumpulkan sesuai jadwal yang telah dipengaruhi sebab pekerjaan adalah tanggung jawab seseorang peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Purnamasari Tri Evita, (2014), *Hubungan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas Pada Asisten Mata Kuliah Pratikum*. Fakultas

Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Naskah Publikasi*.

Fitriah, Zahratul, (2015), *Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik* Penyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES Angkatan Tahun 2009, *SkripsiBK-FIP-UNNES*.

Wicaksana Baratama, 2014, *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Prodi BK UNY*. Fakultas Ilmu Pendidikan Prodi BK. *Skripsi UNY*.

Lukmawati dan Fitriya. *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan(STIKES) Mitra Adiguna Palembang*. *Jurnal Psikologi Islami* (nomor 1 Vol.2 Tahun 2016).

Misdarly Putri. (2015). *Hubungan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Di SMK N 6 Padang*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa STKIP Sumatera Barat* (tahun 2015).

Muyana Siti, (2018), *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program studi Bimbingan Dan Konseling*, *Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP-Universitas Ahmad Dahlan*,8(1), 45-52.

Sugiyono, (2009), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* Bandung; CV Alfabeta.

Alfriansyah, 2019. *Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi*. *Jurnal Pendidikan*.

Batubara Azizah, 2019, *Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well Being Ditinjau Dari Big Five*

Personality Pada Siswa SMA Negeri 6
Binjai. *Jurnal Uinsu*.

Rahmandani Amalia, 2017. *Pemaafan dan*
Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.
Jurnal Undip.