

**HUBUNGAN ANTARA *SELF DIRECTED LEARNING* DAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PASCA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada universitas islam negeri sunan ampel suarabaya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program strata satu (S1) Psikologi (S.Psi)



**Wahidatun Nisa**

**J01218030**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Self directed learning* dan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pasca Pandemi Covid-19” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Surabaya, 11 Agustus 2022



Wahidatun Nisa  
J01218030

## HALAMAN PERSETUJUAN

### HALAMAN PERSETUJUAN

#### SKRIPSI

Hubungan Antara Self Directed Learning dan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi  
Akademik Mahasiswa Pasca Pandemi Covid-19

Oleh :

Wahidatun Nisa

J01218030

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi.

Surabaya, 11 Agustus 2022

Dosen Pembimbing



Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi. Psikolog

NIP. 197711162008012018

## HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PENGESAHAN

#### SKRIPSI

### HUBUNGAN ANTARA *SELF DIRECTED LEARNING* DAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA PASCA PANDEMI COVID-19

Disusun oleh:  
Wahidatun Nisa  
J01218030

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada Tanggal 12 Agustus 2022

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si  
NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji  
Penguji I

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M. Psi, Psikolog  
NIP. 197711162008012018

Penguji II

Dr. dr. Siti Nur Asiyah, M.Ag  
NIP. 197209271996032002

Penguji III

Estri Kusumawati, M.Kes  
NIP. 198708042014032003

Penguji IV

Ria Qadariah Arief, M.Kes  
NIP. 198703142014032001

## SURAT PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Wahidatun Nisa  
NIM : 701218030  
Fakultas/Jurusan : Psikologi / Psikologi dan Kesehatan  
E-mail address : Wahidatunnisa220@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Antara Self directed learning dan Kontrol diri  
dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pasca  
Pandemi Covid-19

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Oktober 2022

Penulis

(Wahidatun Nisa )  
*nama terang dan tanda tangan*

## INTISARI

Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang di sengaja dalam menyelesaikan tugas dan menyebabkan perasaan subjektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Alat pengumpulan data menggunakan skala *Self directed learning*, skala kontrol diri dan skala prokrastinasi akademik. Subjek penelitian ini berjumlah 375 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya dengan teknik cluster sampling, dengan kriteria yaitu mahasiswa aktif yang berkuliah UIN Sunan Ampel Surabaya, jenis kelamin Laki-laki dan Perempuan, dan Semester 2,4,6,dan 8. Uji hipotesis dalam penelitian menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan IBM SPSS ver 24. Hasil penelitian ini menunjukkan secara parsial bahwa tidak terdapat hubungan *Self directed learning* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai  $0,909 < 0,05$  dan nilai R Square sebesar 0,032. hubungan antara antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pasca pandemi covid-19.

**Kata Kunci : Prokrastinasi Akademik, *Self directed learning*, Kontrol Diri**

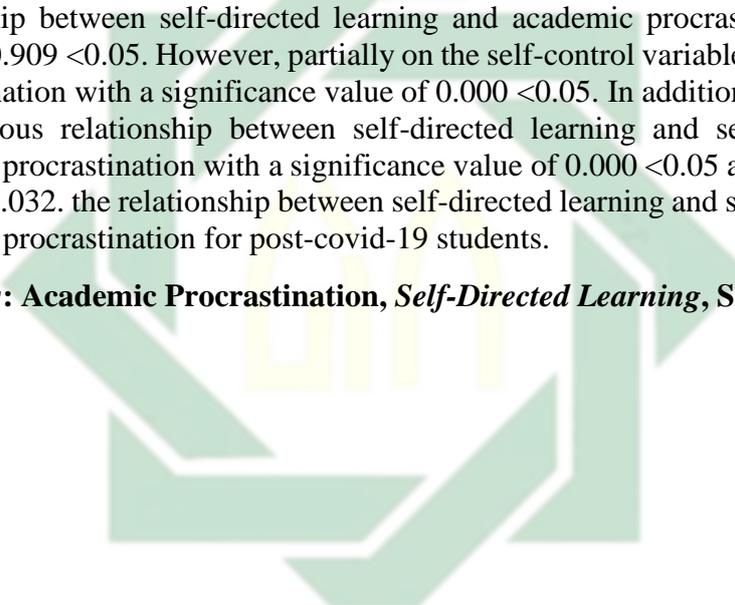


UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

Academic procrastination is a deliberate delay in completing a task and causes subjective feelings. This study aims to determine the relationship between self-directed learning and self-control with student academic procrastination. This research uses correlational quantitative method. The data collection tool uses a *Self directed learning* scale, a self-control scale and an academic procrastination scale. The subjects of this study amounted to 375 students of UIN Sunan Ampel Surabaya with cluster sampling technique, with the criteria of active students who studied at UIN Sunan Ampel Surabaya, gender Male and Female, and Semester 2, 4, 6, and 8. Hypothesis testing in the study using multiple linear regression analysis with the help of IBM SPSS ver 24. The results of this study partially show that there is no relationship between self-directed learning and academic procrastination with a value of  $0.909 < 0.05$ . However, partially on the self-control variable with academic procrastination with a significance value of  $0.000 < 0.05$ . In addition, there is also a simultaneous relationship between self-directed learning and self-control with academic procrastination with a significance value of  $0.000 < 0.05$  and an R Square value of 0.032. the relationship between self-directed learning and self-control with academic procrastination for post-covid-19 students.

**Keywords:** Academic Procrastination, *Self-Directed Learning*, Self-Control



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
SURAT PUBLIKASI .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
INTISARI .....	ix
ABSTRACT .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	19
C. Keaslian Penelitian.....	19
D. Tujuan Penelitian .....	24
E. Manfaat Penelitian .....	25
F. Sistematika Pembahasan .....	25
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>27</b>
A. Prokrastinasi Akademik .....	27
B. Self Directed Learning .....	30
C. Kontrol Diri.....	33
D. Hubungan antara <i>self directed learning</i> dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.....	35
E. Kerangka Teoritik .....	41

F. Hipotesis.....	43
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>44</b>
A. Rancangan Penelitian .....	44
B. Identifikasi Variabel.....	44
C. Definisi Operasional.....	45
D. Populasi, Teknik Sampling, Sampel .....	46
E. Instrumen Penelitian.....	50
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	59
G. Analisis Data .....	63
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>67</b>
A. Hasil Penelitian .....	67
B. Pengujian Hipotesis.....	75
C. Pembahasan.....	78
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>85</b>
A. Kesimpulan .....	85
B. Saran.....	85
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>91</b>

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Fakultas dan Jumlah Subjek.....	49
Tabel 3. 2 Skoring Skala Likert .....	50
Tabel 3. 3 Blueprint Prokrastinasi Akademik .....	52
Tabel 3. 4 Blueprint Self Directed Learning .....	55
Tabel 3. 5 Blueprint Kontrol Diri.....	58
Tabel 3. 6 Validitas Prokrastinasi Akademik.....	60
Tabel 3. 7 Validitas Self Directed Learning.....	61
Tabel 3. 8 Validitas Kontrol Diri .....	62
Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas .....	63
Tabel 3. 10 Uji Normalitas.....	64
Tabel 3. 11 Uji Heteroskedastisitas.....	65
Tabel 3. 12 Uji Multikolinieritas.....	66
Tabel 4. 1 Pengelompokan Subjek berdasarkan Jenis Kelamin.....	68
Tabel 4. 2 Pengelompokan Subjek berdasarkan Fakultas .....	69
Tabel 4. 3 Pengelompokan Subjek berdasarkan Semester.....	70
Tabel 4. 4 Mean,Max,Minim,Std.Deviantion .....	70
Tabel 4. 5 Pedoman Hasil Pengukuran .....	71
Tabel 4. 6 Kategori Prokrastinasi Akademik .....	71
Tabel 4. 7 Kategori Self Directed Learning .....	72
Tabel 4. 8 Kategori Kontrol Diri.....	72
Tabel 4. 9 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Prokrastinasi Akademik.....	73
Tabel 4. 10 Tabulasi Silang Semester dengan Prokrastinasi Akademik.....	74
Tabel 4. 11 Tabulasi Silang Fakultas dengan Prokrastinasi Akademik .....	74
Tabel 4. 12 Data Tabulasi Variabel X1 dan Y .....	75
Tabel 4. 13 Data Tabulasi Variabel X2 dan Y .....	75
Tabel 4. 14 Hasil Uji T.....	76
Tabel 4. 15 Hasil Uji F.....	77
Tabel 4. 16 Koefesien Determinan.....	77

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Populasi.....	91
Lampiran 2 Instrumen .....	92
Lampiran 3 Data Hasil Skoring.....	97
Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik .....	133
Lampiran 5 Uji Validitas dan Realibilitas Skala Self Directed Learning .....	134
Lampiran 6 Uji Validitas dan Realibilitas Skala Kontrol Diri.....	135
Lampiran 7 Uji Normalitas .....	136
Lampiran 8 Uji Heteroskedastisitas .....	136
Lampiran 9 Uji Multikolineritas .....	136
Lampiran 10 Uji Hipotesis .....	137
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	138
Lampiran 12 Surat Balasan Penelitian .....	139
Lampiran 13 Surat Kesiadaan Expert Judgment.....	140



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pandemi Covid-19 yang telah melanda berbagai negara didunia termasuk Indonesia. Indonesia terkonfirmasi pada tanggal 2 Maret 2020 dengan jumlah penderita sebanyak 2 orang hingga saat ini jumlah kasus wabah Covid-19 di Indonesia terus meningkat, per 30 Maret 2021, tercatat jumlah kasus Covid-19 mencapai 1.505.775 kasus dengan angka kematian 40.754 (Gugus Covid 19, 2021). Sehingga Kemendikbud mengeluarkan Surat Edaran Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tentang Pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka pencegahan penyebaran Covid-19, salah satunya ditujukan kepada seluruh pimpinan perguruan tinggi. Pemerintah telah memutuskan untuk menerapkan jarak sosial dalam skala besar sebagai tindakan pencegahan dan memperlambat penyebaran virus. sektor pendidikan juga merasakan dampaknya karena universitas diharuskan untuk tutup sementara dan melakukan pembelajaran berbasis di rumah untuk mencegah penyebaran virus dikalangan mahasiswa.

Pembelajaran dari rumah merupakan pembelajaran melalui online pada situasi pandemi covid 19 dimana proses belajarnya full online secara tidak langsung, namun para mahasiswa tetap membutuhkan adaptasi dengan metode pembelajaran baru, terutama berkaitan dengan literasi digital. Kondisi tugas banyak yang diberikan sebagai pengganti model pembelajaran tatap muka, sehingga tentu membawa konsekuensi tersendiri,

terutama bagi mahasiswa yang sering menunda pengerjaan tugas, dikarenakan banyaknya tugas membuat mahasiswa merasa kewalahan dan memilih untuk menunda menyelesaikan tugas-tugasnya (Rohmyni, 2020).

Dari beberapa fenomena salah satunya banyaknya alasan mahasiswa menunda pekerjaannya misalnya tidak memprioritaskan tugas yang diberikan dan tidak memaknai tujuan dalam hidup. Tanpa disadari, penundaan dalam pekerjaan yang diberikan akan memiliki efek yang negatif pada dirinya sendiri. Sebagai akibat dari menunda pekerjaan maka terjadi penumpukan pekerjaan yang membuat seseorang merasa pusing, bingung dan stress (Kompasiana, 2016). Fenomena lain juga banyaknya tugas kuliah juga menjadi kendala bagi mahasiswa. Mahasiswa Universitas Teuku Umar (UTU) Meulaboh protes atas banyaknya tugas kuliah yang diberikan selama diterapkannya sistem kuliah online (daring). Oges salah satu mahasiswa UTU Meulaboh mengatakan bahwa kuliah online merupakan solusi yang tepat untuk mencegah menyebarnya virus corona. Menurutnya tidak adanya fasilitas pendukung dan juga tugas yang diberikan terlalu banyak, bahkan jam kuliah online tidak sesuai dengan jam mata kuliah offline (Muda, 2020).

Fenomena lainnya juga belajar dengan sistem SKS diartikan sebagai proses mengerjakan tugas pada malam sebelum tenggat atau sebelum pengumpulan tugas. Anastasia Salah satu mahasiswi di jogja yang menerapkan sks ini ketika semester IV hingga semester VII. "Aku bukan tipe orang yang suka mencicil tugas sih. Kalau udah mepet sama deadline, baru aku kerjain biasanya" tuturnya. Banyak alasan mahasiswa lebih

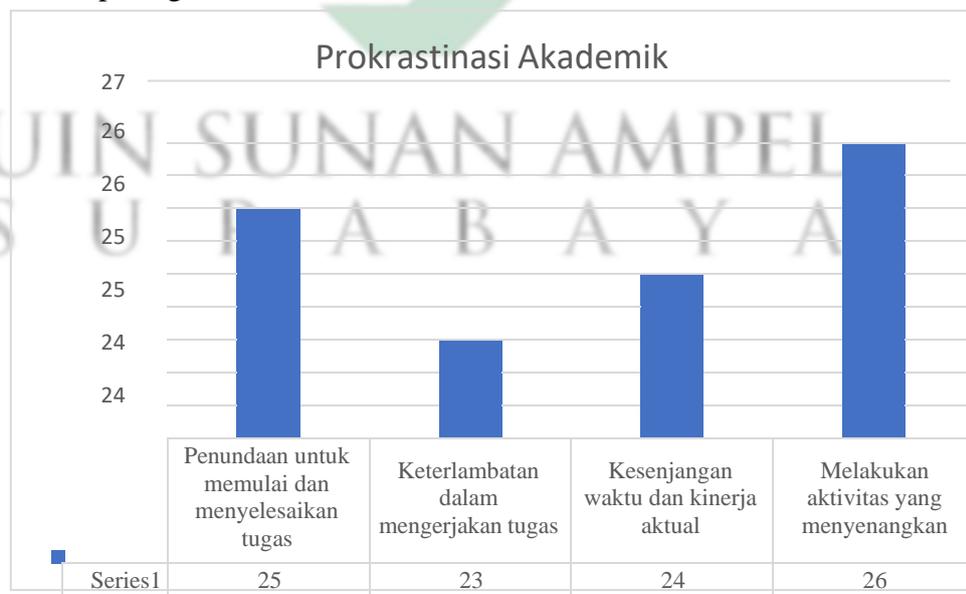
memilih menjalani belajar sistem kebut semalam. Salah satunya, kesibukan di luar akademik mengharuskan mahasiswa menjalani SKS. Sedangkan, mahasiswa yang menjalani SKS untuk mengerjakan tugas karena ada unsur menunda pekerjaan/prokrastinasi (Solopos, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh (Faizah, Pamungkasari, & Randita, 2016) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Self directed learning readiness (Self directed learningr)* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret dengan mendapatkan korelasi lemah dan arah hubungan yang negatif, sehingga semakin tinggi *Self directed learning* seseorang, semakin rendah tingkat prokrastinasi, akademik. Sedangkan apabila mahasiswa tersebut memiliki *Self directed learning* yang tinggi. Maka, cenderung tidak memunculkan perilaku prokrastinasi akademik dikarenakan memang mahasiswa tersebut sudah memiliki kesiapan dalam belajar mandiri dengan baik. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Alvira (2013) menunjukkan bahwa terdapat siswa yang masih menerapkan sistem kebut semalam (SKS) mengenai tugas sehingga pada pengerjaannya satu hari sebelum dikumpulkan dan keterlambatan pengumpulan tugas. Hasil menunjukkan sebesar 81,5% siswa mengalami prokrastinasi akademik pada level sedang dan 1% dari 395 sampel siswa mengalami prokrastinasi level tinggi. Dari hasil tersebut siswa cenderung menunda-nunda pekerjaan dengan melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat di luar kegiatan akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Yudhistiro (2016) menunjukkan

prokrastinasi berada dalam kategori tinggi dengan persentase sekitar 7,55% dan kategori sangat tinggi dengan persentase 32,08%. Pada kategori ini, individu yang melakukan prokrastinasi selalu menunjukkan perilaku menunda dalam melakukan tugas akademik sebagai bentuk perasaan tidak suka mengerjakan tugas yang seharusnya dikerjakan. Pada penelitian Noran (dalam Akinsola & Tella, 2007) individu yang melakukan prokrastinasi lebih suka menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lain yang tidak terlalu penting daripada mengerjakan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat. Selain itu, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi juga lebih suka menonton film atau televisi daripada belajar.

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti dengan menyebar google form berisi beberapa pertanyaan yang di buat oleh peneliti sendiri dengan jumlah 30 Mahasiswa UINSA pada 18 Januari 2022. Hasil survei awal dapat dilihat pada grafik berikut :



Didapatkan hasil bahwa sebanyak 25 (83,3%) responden

menyatakan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, 23 (76,7%) responden pada keterlambatan dalam mengerjakan tugas, 24 (80%) responden memiliki kesenjangan waktu dan kinerja aktual, serta 26 (86,7%) responden melakukan aktivitas lain yang menyenangkan.

Berbagai macam penelitian dan fenomena yang dijelaskan di atas, maka yang membuat mahasiswa melakukan penundaan mengerjakan tugas adalah melakukan kegiatan yang tidak penting. Dalam psikologi, penundaan tugas sering tersebut sebagai prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda ini sudah menjadi fenomena yang sering terjadi saat ini, terutama di kalangan mahasiswa. Prokrastinasi akademik didasarkan pada teori yang dikemukakan oleh Ferrari dkk (1995) yaitu penundaan yang disengaja dalam menyelesaikan tugas dan dilakukan berulang kali serta menyebabkan perasaan subjektif/ ketidaknyamanan. Prokrastinasi akademik juga memiliki cenderung menunda tugas saat ingin memulai dan menyelesaikan tugas secara keseluruhan, sehingga individu lebih ingin melakukan aktivitas lain yang tidak penting sehingga tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu (Jansen, 2015). Peneliti melakukan survei awal, hal tersebut bahwa mahasiswa memilih untuk tidak langsung mengerjakan tugas karena merasa waktu penugasan masih lama, sehingga menimbulkan asumsi bahwa tugas yang diberikan dosen lebih mudah dikerjakan saat mendekati deadline. Walaupun tugas yang diberikan dosen lebih dari satu, jika individu harus mengerjakan semua akan menimbulkan kurang pemahaman terhadap tugas. Rata-rata mahasiswa menunda-nunda tugas karena kurang motivasi untuk

belajar, kesulitan menyelesaikan pekerjaan dalam jangka waktu yang telah ditentukan, sering terlambat, tidak menyelesaikan tugas dalam waktu yang telah ditentukan dan kurang memiliki kesadaran diri atau inisiatif diri untuk mengerjakan (Ghufron & Risnawati, 2010). Selain itu, mahasiswa menyukai kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan seperti menonton film, mendengarkan musik, jalan-jalan dengan teman, chatting di media sosial maupun sekedar melihat-lihat atau bermain games dari pada menyelesaikan tugas dan belajar.

Pada bidang akademik perilaku prokrastinasi menurut Ferrari dkk (1995) memiliki beberapa aspek diantaranya sebagai berikut: 1) penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas yang dihadapi 2) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan 3) kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dan kinerja aktual 4) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan (seperti ngobrol, nonton, mendengarkan musik, jalan-jalan, dan lain lain) (dalam Ghufron & Risnawati, 2010).

Dari indikator tersebut peneliti melakukan survei awal, dimana mahasiswa memilih penunda tugas dikarenakan merasa waktu pengumpulan tugas masih lama dan biasanya mulai pekerjaan tugas ketika sudah menumpuk tugas kampus yang harus kerjakan. sehingga berakibat munculah asumsi dosen lebih mudah dikerjakan saat mendekati deadline. Walaupun tugas yang diberikan dosen lebih dari satu, jika individu harus mengerjakan semua akan menimbulkan kurang pemahaman terhadap tugas

dan justru memunculkan kebingungan ketika harus menyelesaikan semua tugas tersebut dan pada indikator aktivitas, mahasiswa senang mengobrol dengan temannya dari pada menyatat penjelasan dosen. Oleh karena itu, permasalahan yang di alami mahasiswa dalam menuntaskan tugas akademik yaitu mahasiswa melakukan penundaan pada tugas kuliahnya.

Kecenderungan mahasiswa untuk melakukan tindakan prokrastinasi seringkali disebabkan oleh kurangnya kesadaran dalam menyelesaikan tugas dan larut dalam kegiatan non akademik sehingga banyak waktu yang terbuang percuma. Namun, banyak mahasiswa yang masih menjalankan kewajiban akademik seperti belajar dan mengerjakan pekerjaan rumah meskipun mereka tidak teratur dan disiplin.

Prokrastinasi akademik memiliki dampak yang sangat negatif terhadap proses pembelajaran. Belajar merupakan tanggung jawab utama seorang mahasiswa, namun keterlambatan dalam menyelesaikan tugas tentunya disebabkan oleh berbagai faktor. Menurut (Ferari, Johnson, & McCown, 1995) terdapat dua faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu, meliputi faktor fisik dan faktor psikologis. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, seperti mengontrol proses belajarnya dan pola pengasuhan orang tua.

Pada faktor internal mahasiswa semakin bertambah karena beban tugas yang diberikan dosen menuntut mahasiswa untuk belajar mandiri

dengan kemampuan mengingat kembali ilmu yang di peroleh selama proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, diperlukan waktu untuk berinteraksi langsung sehingga dapat memperoleh informasi tentang materi. Dosen menyebabkan mahasiswa menjadi sulit, bingung, lelah, dan bosan karena banyaknya tugas yang mereka hadapi sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Mahasiswa tersebut akhirnya menunda tugas sampai terakhir pengumpulan.

Kasus prokastinasi mahasiswa tidak hanya terjadi di masa pandemi covid-19. Penelitian Diktis dalam sebuah situs online (Afriansah, 2019) menyebutkan bahwa di Universitas Negeri Sebelas Maret (UNS) ditemukan prokrastinasi akademik tinggi pada mahasiswa program studi psikologi mencapai 13,68 persen. Bahkan, kasus prokrastinasi juga terjadi di Universitas Ibn Khaldun (UIKA) Bogor yang berjumlah 2.823 mahasiswa dari 5149 mahasiswa aktif di tahun ajaran 2016/2017, sehingga terindikasi terjadinya prokrastinasi (Afriansah, 2019). Selaras dengan penelitian Mulyana (2018) menyebutkan dari 229 mahasiswa bimbingan konseling di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, di dapat 161 mahasiswa diantaranya cenderung tinggi prokastinasinya.

Kondisi prokastinasi akademik mahasiswa ini ternyata semakin banyak terjadi saat situasi pandemi Covid 19 merebak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Reni Oktaviana Cahyanti (2020) menunjukkan banyak mahasiswa yang sebelumnya menunda menyelesaikan tugas dan semakin menunda-nunda. Sebagai contoh beberapa mahasiswa di suatu universitas cenderung menghabiskan waktu untuk membuka media sosial, bermain

game online dan healing bersama teman atau melakukan pekerjaan lain daripada mengerjakan tugas yang diberikan dosen selama perkuliahan online. Fakta yang sama juga diungkapkan Sihyati (2019) yang menyebutkan berapa banyak mahasiswa yang memilih untuk bermain game online dan hang out bersama teman-temannya, serta menghabiskan waktu untuk mencari hiburan daripada menyelesaikan tugas akademiknya, padahal mereka mengetahui batas waktu penyelesaian tugas tersebut.

Untuk mengatasi faktor prokrastinasi akademik tersebut, dibutuhkan kemampuan. Kemampuan mengarahkan diri sendiri dalam setiap proses belajar disebut dengan *Self directed learning*. *Self directed learning* (*Self directed learning*) yang dimiliki mahasiswa didefinisikan sebagai kemampuan untuk berinisiatif dalam mengatur, mengelola dan mengontrol pembelajaran agar bisa mengatasi masalah belajar dengan menggunakan strategi belajar (Darmayanti, 1993). Pada Penelitian ini, peneliti menggunakan variabel X1 yaitu *Self directed learning* yang masuk ke dalam kondisi psikologi. Konsep *Self directed learning* ini sebenarnya adalah berakar dari konsep pendidikan orang dewasa. Dimana kata mandiri suatu keadaan yang dapat berdiri sendiri tidak bergantung pada orang lain dan bukan berarti tidak membutuhkan bantuan orang lain, tetapi meminimalkan berusaha untuk tidak merepotkan.

Penelitian sebelumnya mengenai *Self directed learning* yang dilakukan oleh Albaar (2015) menunjukkan kemandirian belajar siswa dengan *Self Directed Larning* berbasis TI lebih baik dari pada siswa yang

pembelajarannya berpusat pada guru. Oleh karena itu, pembelajaran dengan *Self directed learning* berbasis TI berpengaruh kepada kemandirian belajar dan berfikir kritis siswa. Ada juga penelitian yang dilakukan Apriyani & Laksmiwati (2014) menunjukkan terdapat hubungan negatif antara *Self directed learning* dengan prokrastinasi, yaitu semakin tinggi *Self directed learning*, maka semakin rendah sikap prokrastinasi dan sebaliknya semakin rendah *Self directed learning* mahasiswa, semakin tinggi sikap prokrastinasi untuk menyelesaikan tugas yang dapat diartikan sebagai orang dengan *Self directed learning* yaitu kemampuan mengambil inisiatif sendiri tanpa bantuan orang lain dalam mengelola kebutuhan belajar, merumuskan tujuan pembelajaran, memilih strategi belajar dan mengevaluasi hasil belajar, sehingga jika semua dapat dipenuhi bisa dapat dikatakan mandiri. Menurut Almira (dalam Apriyani & Laksmiwati, 2014) menambahkan pentingnya keberanian, kepercayaan diri, kemandirian dan kemampuan mengatur diri dalam proses mendorongnya untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas.

Menurut Gibbons (2002) *Self directed learning* ada lima aspek dasar yang menjadi elemen penting dalam *Self directed learning* adalah kontrol terhadap pengalaman belajar, perkembangan keahlian, membuat tantangan, manajemen diri, motivasi dan evaluasi. Berdasarkan pengamatan peneliti kemampuan untuk mengambil inisiatif dan mengendalikan aktivitas untuk berkerja ketika tugas nampak dan ketika mendapatkan tugas yang dirasa sulit sehingga lebih memilih untuk menunda tugasnya serta melihat tugas

temannya. Berbeda dengan mahasiswa yang tidak prokrastinasi, ketika mendapatkan tugas yang dirasa sulit akan segera bertanya ke teman atau dosen, namun tugasnya tidak disukai mahasiswa tetap akan mengerjakannya dengan belajar kelompok. mahasiswa yang memiliki tingkat kemandirian rendah dapat mengakibatkan kurang mampu melakukan tugas dengan baik, kurang mampu menghadapi masalah, kurang percaya diri, kurang mampu mengambil keputusan dan kurang mendapatkan kepuasan atas usahanya dan sebaliknya (Asiyah, 2013). Fatmala & Nurwidawati (2016) menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat kemandiriannya tinggi akan memiliki sikap prokrastinasinya yang rendah.

*Self directed learning* menurut Murad & Varkey (2004) faktor yang di pengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti jenis kelamin, cara belajar, mood, intelegensi dan pendidikan. Faktor eksternal seperti waktu belajar, tempat belajar, motivasi, dan pola asuh orang tua. Jika dilihat dari faktor *Self directed learning*, mahasiswa kemungkinan tidak memiliki motivasi dan inisiatif sendiri dan mahasiswa kurang mampu mengarahkan kesadaran dirinya untuk belajar mandiri. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Gibbons (2002) *Self directed learning* juga tindakan yang dilakukan individu mencapai tujuan belajar yang terdiri dari mampu melakukan kontrol terhadap pengalaman belajar, dapat mengembangkan keterampilan dan keahlian, membuat tantangan dalam proses belajar, mengatur diri serta dapat memotivasi dan melakukan evaluasi dalam proses belajar. Ferrari, dkk. (1995) mengemukakan juga

aspek yang mempengaruhi individu untuk mempunyai kecenderungan perilaku prokrastinasi antara lain: rendahnya kontrol diri (self control), self conscious, rendahnya self esteem, self efficacy, dan kecemasan sosial. Sehingga selain *Self directed learning*, Pada penelitian ini, peneliti menggunakan variabel X2 yaitu kontrol diri yang masuk ke dalam kondisi psikologi dan juga bisa mempengaruhi prokrastinasi akademik. Kontrol diri di sini lebih bagaimana seorang mahasiswa mengontrol dirinya dari aktivitas tidak penting yang bisa membuat terjadi penundaan tugas seperti halnya bermain hp berjam-jam dari pada mengerjakan tugas. Sependapat dengan Fajarwati (2015), Ghufron & Risnawati (2010), Susanti & Nurwidawati (2014), Steel (2007) hal ini menyebabkan mahasiswa menunda-nunda menyelesaikan tugas akademik karena kurang mampu mengontrol diri dari kegiatan penting maupun tidak penting.

Seperti disebutkan oleh Steel (2007) bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung impulsif, mudah terganggu dan kurang memiliki kontrol diri. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku yang ada dalam diri, misalnya mampu dalam mengatur dirinya di organisasi juga mampu mengatur dirinya ketika berhadapan dengan tugas-tugas kuliah. Namun pada fenomena yang terjadi saat ini, seringkali ditemukan bahwa fokus mahasiswa di perkuliahan teralihkan dengan kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan perkuliahan.

Pada penelitian yang di lakukan oleh Marliyah & Novera (2017)

hasil menunjukkan motivasi berprestasi berpengaruh positif pada pengendalian diri secara signifikan dengan nilai kontribusi sebesar 18,8%. Kontrol diri memiliki efek negatif pada penundaan akademik secara signifikan dengan nilai kontribusi sebesar 5,29%. motivasi untuk Prestasi tidak berpengaruh pada akademik penundaan. Variabel kontrol diri terbukti dalam mempengaruhi motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik. Dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi belum berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik dan penelitian ini menemukan bahwa peran kontrol diri untuk memediasi pengaruh motivasi berprestasi terhadap akademik penundaan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Husna & Suprihatin (2019) hasil menunjukkan kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan 87,4% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini seperti membuang waktu, menghindari tugas yang diterima dan meyalahkan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 1 Semarang dan sebaliknya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari, Umaroh, & Mariskha, 2020) hasil menunjukkan analisis self efficacy dan self control berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik. Dalam hal ini self efficacy mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 24,9% sementara self control mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 15,1%. Maka

dapat disimpulkan ada pengaruh antara self efficacy dan self control terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Kedua, Self efficacy pada mahasiswa kategori rendah hal ini membuktikan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki rasa percaya diri yang rendah dalam mengerjakan tugas. Ketiga, *Self control* pada mahasiswa dikategorikan rendah hal ini membuktikan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki kontrol diri yang buruk terhadap tugas-tugas yang akan dikerjakan. Prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda tergolong sedang.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Azhari & Ibrahim (2019) hasil menunjukkan kontrol perilaku mahasiswa dalam mengendalikan situasi dan menghadapi stimulus dikategorikan rendah. Hal tersebut menunjukkan kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan situasi dan menghadapi untuk menahan diri dari ajakan teman untuk bermain. kesimpulannya tidak semua mahasiswa mampu mengontrol perilaku mengerjakan tugas tepat waktu dengan baik karena pada kenyataannya sebagian mahasiswa masih menunda-nunda untuk mengerjakan tugas serta perlu ditingkatkan kontrol diri baik itu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

Mahasiswa harus memiliki kontrol diri yang tinggi agar dapat mengatur diri antara aktivitas menyenangkan dan tanggung jawab terhadap tugas (Borba, 2008). Kontrol diri adalah individu yang memiliki strategi untuk mengatur dan mengarahkan perilaku. Kontrol diri berkaitan dengan pengendalian emosi dapat menjadi lebih baik. Mahasiswa yang memiliki

kontrol diri rendah kurang mampu mengendalikan diri dengan baik. Sedangkan jika mahasiswa memiliki kontrol diri tinggi dapat mengelola waktu dengan baik untuk belajar dan mengerjakan tugas (Sri & Indri, 2014).

Kontrol diri ini pada teori yang dikemukakan oleh Averill (Ghufron & Risnawita, 2011) yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Terdapat konsep kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) terdapat tiga aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitive control), dan kontrol keputusan (decisional control). Salah satu aspek dari kontrol diri adalah kemampuan mengontrol perilaku, yang berhubungan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Mahasiswa yang memiliki kemampuan kontrol perilaku yang baik, akan memiliki tingkat rendah terhadap penundaan tugas dan akan mengerjakan serta menyelesaikan tugas tepat pada waktunya sehingga tidak ada kesenjangan antara rencana dan kinerja intelektualnya. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan lebih memilih mengerjakan tugas yang merupakan kewajiban dibandingkan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Peneliti menggunakan teori prokrastinasi akademik yang dikemukakan Ferrari dkk (1995) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik

adalah penundaan yang disengaja dalam menyelesaikan tugas dan dilakukan berulang kali serta menyebabkan perasaan subjektif/ ketidaknyamanan. Secara kelompok jika perilaku prokrastinasi akademik masih tergolong tinggi, maka cenderung sering menunda dalam menyelesaikan tugas, jika hal tersebut terus dilakukan maka dapat menghambat pencapaian tujuan belajarnya. sebaliknya apabila prokrastinasi akademik yang dimiliki kategori rendah, maka perilaku prokrastinasi akademiknya menurun, sehingga tujuan belajar juga dapat berjalan dengan baik. Pada Konsep *Self directed learning* ini sebenarnya adalah berakar dari konsep pendidikan orang dewasa. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Gibbons (2002) menyatakan bahwa *Self directed learning* merupakan suatu tindakan yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan belajarnya yang terdiri dari mampu melakukan kontrol terhadap pengalaman belajar, dapat mengembangkan keterampilan dan keahlian, membuat tantangan dalam proses belajar, mengatur diri serta dapat memotivasi dan melakukan evaluasi kinerja dalam proses belajar. Secara teoritis *Self directed learning* yang tinggi, yaitu mampu memiliki kesadaran, memiliki kemandirian dalam proses belajar guna untuk meningkatkan ilmu, memiliki keterampilan dan keahlian, sehingga mencapai tujuan serta mengevaluasi proses belajarnya. sebaliknya apabila *Self directed learning* yang dimiliki rendah, menyebabkan tidak tercapainya proses dan tujuan belajar dengan baik. Kontrol diri ini didasarkan pada teori yang dikemukakan oleh Averill (Ghufron & Risnawita, 2011) yaitu kemampuan individu untuk

memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Terdapat konsep kontrol diri yang di kemukakan Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) terdapat tiga aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitive control), dan kontrol keputusan (decisional control).

Penelitian yang mendukung penelitian ini, salah satunya penelitian dari Muhid (2006) menyatakan bahwa faktor internal self control dan self efficacy sangat berperan untuk menghindari terjadinya perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian serupa yang mendukung penelitian ini di antaranya penelitian Gufron (2014) Hasil menunjukkan ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Pada penelitian Muhid (Aini & Mahardayani, 2011) menyebutkan beberapa aspek yang dapat mempengaruhi mahasiswa yang mempunyai kecenderungan prokrastinasi, antara lain rendahnya kontrol diri, rendahnya harga diri, kesadaran diri, efikasi diri, kecemasan sosial dan kemandirian belajarnya (self directed).

Dari paparan di atas, peneliti mengasumsikan bahwa kontrol diri mempengaruhi prokrastinasi dengan halnya *Self directed learning*. Dapat ditunjukkan bahwa dalam bidang akademik, mahasiswa membutuhkan kontrol diri yang baik, karena mahasiswa selalu tertarik dengan hal tersebut dapat dijelaskan kontrol diri yang sangat baik sangat dibutuhkan oleh mahasiswa, karena mahasiswa selalu tertarik pada hal-hal yang menarik,

sehingga terkadang ketertarikan terhadap hal-hal baru menghambat kinerja akademik mahasiswa. Hal tersebut pada akhirnya akan menyebabkan mahasiswa terlambat dalam menyelesaikan tugas akademik, yang lebih dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Sama halnya dengan *Self directed learning* bahwa dapat mengelolah seluruh proses belajarnya dan mahasiswa yang *Self directed learning*nya tinggi akan memiliki inisiatif sendiri, mengatur belajarnya dengan baik dan bertanggung jawab dengan tugas-tugasnya.

Pada halnya masa wabah Covid-19 ini banyak masalah yang dirasakan oleh mahasiswa, antara lain: gangguan jaringan internet yang tidak stabil dan terdapat anjuran WFH (Work From Home) sampai sulit untuk pergi ke perpustakaan mencari referensi (Wijayanti, 2020). Pada masa pandemi seperti sekarang ini mahasiswa harus memiliki inisiatif untuk menyelesaikan tugasnya. Seperti yang dijelaskan dalam penelitian Muyana (2018) menjelaskan bahwa inisiatif sendiri membantu individu dalam memutuskan sesuatu tanpa harus diberi tahu oleh orang lain. Inisiatif pribadi dalam penelitian ini memberikan kontribusi sebesar 17% terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Oleh karena itu, untuk mencapai hal yang maksimal dalam proses pembelajaran, mahasiswa harus memiliki keterampilan untuk mengelola sendiri seluruh proses pembelajaran dengan baik. Prokrastinasi akademik berdampak negatif, karena akan mempengaruhi kinerja dan proses pembelajaran. Prokrastinasi merupakan perilaku yang sangat merugikan

bagi mahasiswa, sedangkan hal ini berbanding terbalik dengan konsep *Self directed learning*, dimana mahasiswa yang memiliki kemandirian akan memiliki inisiatif sendiri, mengelola belajarnya dengan baik dan bertanggung jawab dengan tugasnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, hal ini menarik perhatian peneliti untuk mencari hubungan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19. Peneliti juga tertarik melakukan penelitian ini karena belum ada para peneliti yang melakukan penelitian terkait hubungan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara *Self directed learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19?
2. Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19?
3. Apakah terdapat hubungan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19?

## **C. Keaslian Penelitian**

Pada penelitian Alvira (2013) terdapat siswa yang masih

menerapkan sistem kebut semalam (SKS) mengenai tugas dalam pekerjaannya satu hari sebelum dikumpulkan dan keterlambatan pengumpulan tugas. Hasil menunjukkan sebesar 81,5% siswa mengalami prokrastinasi akademik pada level sedang dan 1% dari 395 sampel siswa mengalami prokrastinasi level tinggi. Dari hasil tersebut siswa cenderung menunda-nunda pekerjaan dengan melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat di luar kegiatan akademik. Penelitian yang dilakukan oleh (Faizah et al., 2016) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Self directed learning readiness (Self directed learning)* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret dengan mendapatkan korelasi lemah dan arah hubungan yang negatif, sehingga semakin tinggi *Self directed learning* seseorang, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik. Sedangkan apabila mahasiswa tersebut memiliki *Self directed learning* yang tinggi. Maka, cenderung tidak memunculkan perilaku prokrastinasi akademik karena memang mahasiswa tersebut sudah memiliki kesiapan dalam belajar mandiri dengan baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Apriyani & Laksmiwati (2014) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara self-directed in learning dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi dengan koefisien korelasi sebesar - 0,618 pada level of significance 0,05. terdapat hubungan negatif antara *Self directed learning* dengan prokrastinasi, yaitu semakin tinggi *Self directed learning*, maka

semakin rendah sikap prokrastinasi dan sebaliknya. Pada penelitian yang dilakukan Basilisa & Pedhu (2021) Hasil korelasi antara variabel kemandirian belajar dan prokrastinasi diperoleh sebesar -0,384. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kemandirian belajar dan prokrastinasi akademi. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kemandirian belajar maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah kemandirian belajar maka semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa. Pada penelitian lain yang dilakukan Wahyu (2019) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pembelajaran mandiri negatif dan prokrastinasi akademik, dengan nilai  $r = -0,148$  dan nilai  $p = 0,046$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sangat lemah yaitu *Self directed learning* dengan penundaan akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi responden *Self directed learning* memiliki, semakin rendah prokrastinasi akademik mereka dan sebaliknya.

Pada penelitian yang dilakukan (Anggunan, Lestari, & Pangestu, 2020) hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Self directed learning readiness* dengan prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi *Self directed learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Pada penelitian lain yang dilakukan Ergene & Kurtca (2020) Hasilnya bahwa ada level rendah hubungan yang signifikan antara kecenderungan prokrastinasi akademik dan kesiapan belajar online. Pada penelitian yang dilakukan (Syahputri,

Alfina, Indriani, & Tahel, 2018) Hasilnya menunjukkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar dan hasil belajar siswa kemandirian setelah diterapkan model pembelajaran mandiri. Di Selain itu, hasil belajar juga menunjukkan sikap positif siswa respon penerapan model pembelajaran mandiri dan mendorong siswa mandiri untuk kritis dan kreatif dan juga siapkan semuanya sesuai keinginan mereka.

Pada penelitian yang di lakukan oleh Marliyah & Novera (2017) hasil menunjukkan motivasi berprestasi berpengaruh positif pada pengendalian diri secara signifikan dengan nilai kontribusi sebesar 18,8%. Kontrol diri memiliki efek negatif pada penundaan akademik secara signifikan dengan nilai kontribusi sebesar 5,29%. motivasi untuk Prestasi tidak berpengaruh pada akademik penundaan. Variabel kontrol diri terbukti dalam mempengaruhi motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik. Dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi belum berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik dan penelitian ini menemukan bahwa peran kontrol diri untuk memediasi pengaruh motivasi berprestasi terhadap akademik penundaan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Husna & Suprihatin (2019) hasil menunjukkan kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan 87,4% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini seperti membuang waktu, menghindari tugas yang diterima dan meyalahkan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri

dengan prokrastinasi akademik pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 1 Semarang. Artinya semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki siswa SMA Sultan Agung 1 Semarang, maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik, sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari et al., 2020) hasil menunjukkan analisis *self efficacy* dan *self control* berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik. Dalam hal ini *self efficacy* mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 24,9% sementara *self control* mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 15,1%. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh antara *self efficacy* dan *self control* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Kedua, *Self efficacy* pada mahasiswa kategori rendah hal ini membuktikan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki rasa percaya diri yang rendah dalam mengerjakan tugas. Ketiga, *Self control* pada mahasiswa dikategorikan rendah hal ini membuktikan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki kontrol diri yang buruk terhadap tugas-tugas yang akan dikerjakan. Prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda tergolong sedang.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Azhari & Ibrahim (2019) hasil menunjukkan menunjukkan kontrol perilaku mahasiswa dalam mengendalikan situasi dan menghadapi stimulus dikategorikan rendah. Hal tersebut menunjukkan kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan situasi dan menghadapi stimulus tergolong rendah sehingga membuat mahasiswa

cenderung sulit untuk menahan diri dari ajakan teman untuk bermain. kesimpulannya tidak semua mahasiswa mampu mengontrol perilaku mengerjakan tugas tepat waktu dengan baik karena pada kenyataannya sebagian mahasiswa masih menunda-nunda untuk mengerjakan tugas serta perlu ditingkatkan kontrol diri baik itu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

Berdasarkan pemaparan persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dapat di ketahui bahwa persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada variabel terikat, yaitu variabel prokrastinasi akademik. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah kondisi pasca pandemi covid-19, subjek penelitian, dan rancangan penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Hal ini menarik perhatian peneliti untuk mencari hubungan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19. Peneliti juga tertarik melakukan penelitian ini karena belum ada para peneliti yang melakukan penelitian terkait hubungan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19.

#### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui hubungan antara *self directed learning* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pasca pandemi Covid-19.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi

akademik mahasiswa pasca pandemi Covid-19.

3. Untuk mengetahui hubungan antara *self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pasca pandemi Covid-19.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Untuk melatih ketajaman berfikir dan menggali kreativitas dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan *self directed learning*, kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
- b. Untuk sebagai pijakan referensi penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *self directed learning*, kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa

##### 2. Manfaat Praktis

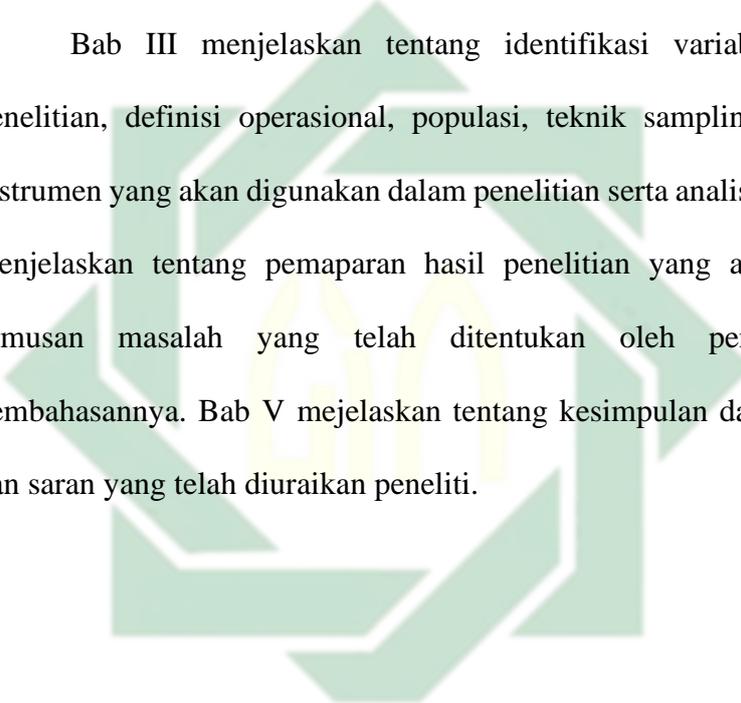
- a. Penelitian ini di harapkan dapat memberi ilmu tentang cara untuk meningkatkan *Self directed learning* dan kontrol diri guna untuk mengurangi prokrastinasi akademik
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi untuk memperluas penelitian terkait *self directed learning*, kontrol diri dan prokrastinasi akademik

#### **F. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahsan pada skripsi ini terdiri dari lima bab yaitu pendahuluan, kajian pustaka, metode penelitian, hasil dan pembahasan serta kesimpulan. Bab I menjelaskan latar belakang masalah, rumusan masalah,

tujuan dan manfaat penelitian, keaslian penelitian dan sistematika pembahasan. Bab II menjelaskan teori-teori dasar yang akan di jadikan acuan untuk mendukung penelitian. Selain itu, pada Bab II juga terdapat hubungan antar variabel bebas dan terikat, kerangka teoritik, serta hipotesis yang diajukan peneliti.

Bab III menjelaskan tentang identifikasi variabel, rancangan penelitian, definisi operasional, populasi, teknik sampling, sampel dan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian serta analisis data. Bab IV menjelaskan tentang pemaparan hasil penelitian yang akan menjawab rumusan masalah yang telah ditentukan oleh peneliti beserta pembahasannya. Bab V menjelaskan tentang kesimpulan dari pembahasan dan saran yang telah diuraikan peneliti.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk (1995) prokrastinasi akademik adalah penundaan yang disengaja dalam menyelesaikan tugas dan dilakukan berulang kali serta menyebabkan perasaan subjektif/ ketidaknyamanan.. Selain itu, menurut Anam (2017) Perilaku menunda-nunda dikenal sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi berasal dari bahasa latin “procrastination” dengan awalan “pro” yang berarti bergerak maju dan akhiran “crastinus” yang berarti keputusan hari esok, maka digabungkan bermakna menunda sampai hari berikutnya.

Prokrastinasi akademik menurut Ghufron & Risnawati (2010) adalah penundaan yang berhubungan dengan tugas dalam lingkup akademik. Prokrastinasi adalah sengaja menunda aktivitas yang diinginkan karena mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak yang tidak baik, (Fauziah, 2015) Jadi prokrastinasi akademik merupakan prokrastinasi yang berkaitan dengan unsur-unsur tugas dalam bidang akademik. Ghufron & Risnawati (2010) menyatakan bahwa prokrastinasi sebagai perilaku yang tidak efisien dan kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas sampai tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak.

Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu

tindakan individu yang memilih untuk menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang bisa menghambat pencapaian tujuan kegiatan belajar. Penelitian merujuk pada teori Ferrari dkk (1995) yang menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan yang disengaja dalam menyelesaikan tugas dan dilakukan berulang kali serta menyebabkan perasaan subjektif/ ketidaknyamanan.

## **2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik**

Ferrari dkk (1995) dalam Ghufroon & Risnawati (2010) perilaku menunda tugas di istilahkan dengan prokrastinasi akademik yang memiliki beberapa aspek diantaranya sebagai berikut :

### **a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas**

Seseorang yang melakukan prokrastinasi memahami bahwa tugas yang dihadapi harus segera terselesaikan. Akan tetapi, perilaku menunda-nunda untuk memulai tugas hingga menuntaskannya lebih menguasai sehingga tugas yang seharusnya segera diselesaikan akan terhambat.

### **b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas**

Individu yang sedang mengalami prokrastinasi membutuhkan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya. Biasanya menggunakan waktu yang dimiliki untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu mengundur-ngundur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Mahasiswa seringkali mengalami kesulitan untuk menyelesaikan tugas dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya dan sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik dari orang lain maupun rencana yang telah ditentukan oleh diri sendiri.

d. Melakukan aktivitas yang menyenangkan

Dikarenakan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, mahasiswa dengan sengaja melalaikan tugastugasnya. Akan tetapi waktu yang dimiliki untuk aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan seperti, nonton, bermain gadget, ngobrol, jalan, mendengarkan musik dan sebagainya sehingga dampaknya dapat menyita waktu pengerjaan tugas yang seharusnya diselesaikan.

### 3. Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut (Ferari et al., 1995) ada dua macam, yaitu :

a) Faktor Internal

1. Kondisi fisik : faktor dari diri individu seperti berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya kelelahan (fatigue). Individu yang mengalami fatigue akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak.
2. Kondisi psikologis : menurut milgram dkk (dalam Ghufron &

Risnawati, 2010) sifat kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya kemampuan belajar mandiri (*self directed learning*), efikasi diri, harga diri, kesadaran diri, kontrol diri, dan juga *self critical*. Besarnya motivasi yang di miliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi.

b) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, meliputi keluarga, teman, serta lingkungan sekitarnya.

## **B. Self Directed Learning**

### **1. Pengertian *Self Directed Learning***

*Self directed learning* merupakan suatu tindakan yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan belajarnya yang terdiri dari mampu melakukan kontrol terhadap pengalaman belajar, dapat mengembangkan keterampilan dan keahlian, membuat tantangan dalam proses belajar, mengatur diri serta dapat memotivasi dan melakukan evaluasi kinerja dalam proses belajar (Gibbons, 2002). *Self directed learning* atau kemandirian belajar berasal dari kata mandiri dan belajar. Mandiri artinya suatu keadaan yang dapat berdiri sendiri tidak bergantung pada orang lain, sedangkan belajar adalah ilmu pengetahuan, pemahaman atau keterampilan yang dimiliki seseorang (Gerung, 2012).

Menurut Setyawati (2015) *Self directed learning* (*Self directed learning*) adalah kemampuan mahasiswa mengambil inisiatif untuk

bertanggung jawab terhadap pelajarannya atau tanpa orang lain yang meliputi aspek: kesadaran, strategi belajar, kegiatan belajar, evaluasi, dan keterampilan interpersonal. *Self directed learning (Self directed learning)* adalah individu yang proaktif, memiliki inisiatif sendiri, banyak akal, serta menjadi individu yang memiliki tanggung jawab untuk selalu belajar (Guglielmino, 2013).

Jadi dapat disimpulkan bahwa *Self directed learning* adalah kemampuan mengambil inisiatif dirinya sendiri dalam setiap proses kegiatan belajarnya. Penelitian merujuk pada teori Gibbons (2002) yang menjelaskan bahwa *Self directed learning* merupakan tindakan yang dilakukan individu mencapai tujuan belajarnya yang terdiri dari mampu melakukan kontrol terhadap pengalaman belajar, dapat mengembangkan keterampilan dan keahlian, membuat tantangan dalam proses belajar, mengatur diri serta memotivasi dan melakukan evaluasi kinerja dalam proses belajar serta terdapat aspek-aspek yang mendukung dalam penelitian.

## **2. Aspek-aspek *self directed learning***

Menurut Gibbons (2002), ada lima aspek dasar yang menjadi elemen penting dalam *Self directed learning* , yaitu :

### a. Kontrol terhadap pengalaman belajar

Memiliki inisiatif untuk mengarahkan diri terhadap hal yang ingin di pelajari dan bertanggung jawab terhadap pilihannya sendiri

### b. Perkembangan keahlian

Mengembangkan keterampilan untuk membuat perencanaan proses belajar yang produktif

c. Membuat tantangan

Mencari dan membuat hal-hal yang dapat menantang diri sendiri sehingga dapat meraih capaian tertinggi dalam proses belajar. Sehingga memungkinkan akan keluar dari zona nyaman.

d. Manajemen diri

Mengetahui kemampuan diri sendiri sehingga dapat menjalankan proses belajar. Mengatur di setiap proses belajar agar bisa terjalin dengan lancar

e. Motivasi dan evaluasi diri

Memotivasi diri sendiri dengan berbagai cara untuk mencapai keberhasilan dalam proses belajar dan mengevaluasi kinerja dalam proses belajar.

### 3. Karakteristik *self directed learning*

Menurut (Guglielmino & Guglielmino, 2003) karakteristik *Self directed learning* berdasarkan intensitasnya di bagi menjadi kedalam tiga kelompok, yaitu :

a. *Self directed learning* dengan kategori rendah

Individu dengan skor *Self directed learning* yang rendah memiliki karakteristik yaitu menyukai proses belajar yang terstruktur seperti peran guru.

b. *Self directed learning* dengan kategori sedang

Individu dengan skor *Self directed learning* pada kategori sedang memiliki karakteristik yaitu berhasil dalam situasi yang mandiri, tetapi tidak sepenuhnya dapat mengidentifikasi kebutuhan belajar, perencanaan belajar dan melaksanakan rencana belajar.

c. *Self directed learning* dengan kategori tinggi

Individu dengan skor *Self directed learning* tinggi memiliki karakteristik yaitu Individu yang biasanya mampu mengidentifikasi kebutuhan belajar mereka.

#### 4. Faktor-faktor *self directed learning*

*Self directed learning* tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal) menurut (Murad & Varkey, 2004) yaitu :

1. Faktor Internal : intelegensi, pendidikan, jenis kelamin, cara belajar, mood dan kesehatan.
2. Faktor Eksternal : waktu belajar, tempat belajar dan pola asuh orang tua.

### C. Kontrol Diri

#### 1. Pengertian Kontrol Diri

Menurut Averill (Ghufon & Risnawita, 2011) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.

Kontrol diri merupakan salah satu kemungkinan yang dapat dikembangkan dan digunakan individu dalam proses kehidupan, termasuk ketika berhadapan dengan kondisi dilingkungan sekitarnya. Goldfried dan Merbaum

(dalam Ghufron & Risnawati, 2010) mendefinisikan self control suatu kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. kontrol diri juga menggambarkan pilihan individu yang dibuat melalui pertimbangan kognitif untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Calhoun dan Acocella (Ghufron & Risnawati, 2010) Kontrol diri menjelaskan, melalui penalaran kognitif, pilihan individu yang mengintegrasikan perilaku terstruktur untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu yang diinginkan.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah sebagai salah satu aktivitas pengendalian tingkah laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan dan memikirkan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Peneliti merujuk pada teori Menurut Averill (Ghufron & Risnawita, 2011) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini serta aspek-aspek yang mendukung dalam penelitain.

## 2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Berdasarkan konsep Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) terdapat tiga aspek kontrol diri yaitu :

- a. Kontrol perilaku (*Behavior Control*) : kemampuan mengatur pelaksanaan dan kemampuan mengatur stimulus.
- b. Kontrol kognitif (*Cognitive Control*) : kemampuan untuk memperoleh informasi dan kemampuan melakukan penilaian.
- c. Kontrol keputusan (*Decisional Control*) : Kemampuan untuk

memutuskan atau memilih tindakan yang disetujui.

### 3. Faktor-faktor Kontrol Diri

Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal dari diri individu sendiri seperti usia dan faktor eksternal yaitu dari lingkungan individu seperti lingkungan keluarga (Ghufron & Risnawati, 2010).

Dari beberapa uraian di atas dapat disimpulkan dua faktor utama yang mempengaruhi kontrol diri. Pertama, faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri yang meliputi kondisi fisik dan psikis. Kedua, faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa yang meliputi keluarga, teman, serta lingkungan sekitarnya.

#### **D. Hubungan antara *self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik**

Prokrastinasi akademik yang terjadi di lingkungan universitas dan berhubungan dengan penundaan penyelesaian tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik (Ferrari dkk, 1995). Di temukan masalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa UINSA. Di ketahui bahwa hasil survei sebanyak 25 (83,3%) responden menyatakan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, 23 (76,7%) responden pada keterlambatan dalam mengerjakan tugas, 24 (80%) responden memiliki kesenjangan waktu dan kinerja aktual, serta 26 (86,7%) responden melakukan aktivitas lain yang menyenangkan. Dari hasil survei awal, hal tersebut bahwa mahasiswa memilih untuk tidak langsung mengerjakan tugas karena merasa waktu penugasan masih lama, sehingga menimbulkan asumsi bahwa tugas yang diberikan dosen lebih mudah

dikerjakan saat mendekati deadline. Walaupun tugas yang diberikan dosen lebih dari satu, jika individu harus mengerjakan semua akan menimbulkan kurang pemahaman terhadap tugas. rata-rata mahasiswa menunda-nunda tugas karena kurang motivasi untuk belajar, dan kesulitan menyelesaikan pekerjaan dalam jangka waktu yang telah ditentukan, sering terlambat, tidak menyelesaikan tugas dalam waktu yang telah ditentukan dan kurang memiliki kesadaran diri atau inisiatif diri untuk mengerjakan (Ghufron & Risnawati, 2010). Prokrastinasi akademik juga memiliki cenderung menunda tugas saat ingin memulai dan menyelesaikan tugas secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lainnya yang tidak berguna sehingga tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu (Jansen, 2015).

Pada halnya masa wabah Covid-19 ini banyak masalah yang dirasakan oleh mahasiswa, antara lain: gangguan jaringan internet yang tidak stabil dan terdapat anjuran WFH (Work From Home) sampai sulit untuk pergi ke perpustakaan mencari referensi (Wijayanti, 2020). Pada masa pandemi seperti sekarang ini mahasiswa harus memiliki inisiatif untuk menyelesaikan tugasnya. mahasiswa menjadi sering menunda menyelesaikan tugas yang diberikan banyak, terlambat mengerjakan dan mengumpulkan tugas karena sulit memahami materi dan sulit mencari bahan, sulit mengatur waktu belajar, mahasiswa juga memilih untuk melakukan hal yang lebih menyenangkan seperti bermain sosial media. Hal ini di sebabkan karena mahasiswa merasa bosan dan kelelahan terhadap proses belajar. Pada pandemi sekarang ini mahasiswa harus memiliki inisiatif untuk menyelesaikan tugasnya. Seperti yang

dijelaskan dalam penelitian Muyana (2018) menjelaskan bahwa inisiatif sendiri membantu individu dalam memutuskan sesuatu tanpa harus diberi tahu oleh orang lain. Inisiatif sendiri dalam penelitian ini memberikan kontribusi sebesar 17% terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Menurut (Ferari et al., 1995) ada dua faktor yang menjadi sebab munculnya prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal. Untuk mengatasi beberapa faktor prokrastinasi akademik tersebut, dibutuhkan kemampuan mengarahkan diri sendiri dalam setiap proses belajar disebut dengan *Self directed learning* . *Self directed learning (Self directed learning)* yang di miliki mahasiswa didefinisikan sebagai kemampuan untuk berinisiatif dalam mengatur, mengelola dan mengontrol pembelajaran untuk mengatasi masalah belajar dengan menggunakan alternatif atau strategi belajar (Darmayanti, 1993). Penelitian yang dilakukan Apriyani & Laksmiwati (2014) menunjukkan adanya hubungan negatif antara *Self directed learning* dengan prokrastinasi, yaitu semakin tinggi *Self directed learning* , maka semakin rendah sikap prokrastinasi dan sebaliknya yang dapat diartikan sebagai orang dengan *Self directed learning* yaitu kemampuan mengambil inisiatif sendiri tanpa bantuan orang lain dalam mengelolah kebutuhan belajar, merumuskan tujuan pembelajaran, memilih strategi belajar dan mengevaluasi hasil belajar, sehingga jika semua dapat dipenuhi bisa dapat dikatakan mandiri. Menurut Almira (dalam Apriyani & Laksmiwati, 2014) pentingnya keberanian, kepercayaan diri, kemandirian dan kemampuan mengatur diri dalam proses mendorongnya untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas.

Menurut Gibbons (2002), *Self directed learning* ada lima aspek dasar yang menjadi elemen penting dalam *Self directed learning* yaitu kontrol terhadap pengalaman belajar, perkembangan keahlian, membuat tantangan, manajemen diri, motivasi dan evaluasi diri mampu mengambil inisiatif untuk bertindak dan mampu mengontrol aktivitas yang dilakukan. Berdasarkan pengamatan peneliti kemampuan mengambil inisiatif dan mengontrol aktivitas untuk bertindak nampak ketika mendapatkan tugas yang dirasa sulit dan lebih memilih untuk menundanya. Berbeda dengan mahasiswa yang tidak melakukan prokrastinasi, ketika mendapatkan tugas yang dirasa sulit akan segera bertanya ke teman atau dosen, namun jika tugasnya tidak disukai mahasiswa tetap akan mengerjakannya dengan belajar kelompok. Mahasiswa yang memiliki tingkat kemandirian rendah dapat mengakibatkan kurang mampu melakukan tugas dengan baik, kurang mampu menghadapi masalah, kurang percaya diri, kurang mampu pengambilan keputusan dan kurang mendapatkan kepuasan atas usahanya dan sebaliknya (Asiyah, 2013).

*Self directed learning* menurut Murad & Varkey (2004) dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti jenis kelamin, cara belajar, mood, intelegensi dan pendidikan. Faktor eksternal seperti waktu belajar, tempat belajar dan pola asuh orang tua. Jika dilihat dari faktor *Self directed learning*, mahasiswa cenderung tidak memiliki motivasi dan inisiatif sendiri untuk belajar dan mahasiswa kurang mampu mengarahkan kesadaran dirinya untuk belajar mandiri. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Gibbons (2002) *Self directed learning* juga dilakukan untuk

meningkatkan ilmu, memiliki keterampilan dan keahlian, memiliki inisiatif untuk strategi belajar yang mandiri, karena untuk mencapai tujuan belajar dan menilai hasil belajarnya. Ferrari, dkk. (1995) mengemukakan juga aspek pada individu yang mempengaruhi kecenderungan perilaku prokrastinasi antara lain: rendahnya kontrol diri (self control), self conscious, rendahnya self esteem, self efficacy, dan kecemasan sosial.

Kontrol diri di sini lebih bagaimana seorang mahasiswa mengontrol dirinya dari aktivitas tidak penting yang bisa membuat terjadi penundaan tugas seperti halnya bermain hp berjam-jam dari pada mengerjakan tugas. Sependapat dengan Fajarwati (2015), Ghufron & Risnawati (2010), Susanti & Nurwidawati (2014), Steel (2007) yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik adalah kurang mampu dalam mengontrol diri dari kegiatan-kegiatan yang penting maupun tidak penting. Kontrol diri yang rendah masuk kedalam faktor internal, beberapa penelitian terbukti berperan dalam penyebab prokrastinasi akademik. Seperti disebutkan oleh Steel (2007) bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung impulsive, mudah teralihkan dan kurang memiliki kontrol diri. Mahasiswa memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku yang ada dalam diri, misalnya mampu dalam mengatur dirinya di organisasi juga mampu mengatur dirinya ketika berhadapan dengan tugas-tugas kuliah. Namun pada kenyataannya, seringkali ditemukan bahwa fokus mahasiswa dalam kuliah teralihkan dengan kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan perkuliahan.

Berdasarkan konsep kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill (dalam

Ghufron & Risnawita, 2017) terdapat tiga aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitive control), dan kontrol keputusan (decisional control). Salah satu aspek dari kontrol diri perilaku ini berhubungan dengan penundaan tugas. Mahasiswa yang memiliki kemampuan kontrol perilaku yang baik, akan memiliki tingkat yang rendah terhadap penundaan tugas dan akan mengerjakan tugas tepat pada waktunya sehingga tidak ada kesenjangan antara rencana dan kinerja intelektualnya. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan lebih memilih mengerjakan tugasnya yang merupakan kewajiban dibandingkan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Pada penelitian Muhid (Aini & Mahardayani, 2011) menyebutkan beberapa aspek yang dapat mempengaruhi mahasiswa yang mempunyai kecenderungan prokrastinasi, antara lain rendahnya kontrol diri, rendahnya harga diri, kesadaran diri, efikasi diri, kecemasan sosial dan kemandirian belajarnya (self directed).

Dari penjelasan di atas, peneliti mengasumsikan bahwa kontrol diri mempengaruhi prokrastinasi dengan halnya *Self directed learning*. Dapat ditunjukkan bahwa dalam bidang akademik, mahasiswa membutuhkan kontrol diri yang baik, karena mahasiswa selalu tertarik dengan hal tersebut dapat dijelaskan kontrol diri yang sangat baik sangat dibutuhkan oleh mahasiswa, karena mahasiswa selalu tertarik pada hal-hal yang menarik bagi dirinya, terkadang ketertarikan terhadap hal baru menghambat kinerja akademik mahasiswa. Hal tersebut pada akhirnya akan menyebabkan mahasiswa terlambat dalam menyelesaikan tugas akademik. Oleh karena itu, untuk

mencapai hal yang maksimal dalam proses pembelajaran, mahasiswa harus memiliki keterampilan untuk mengelolah sendiri seluruh proses pembelajaran dengan baik.

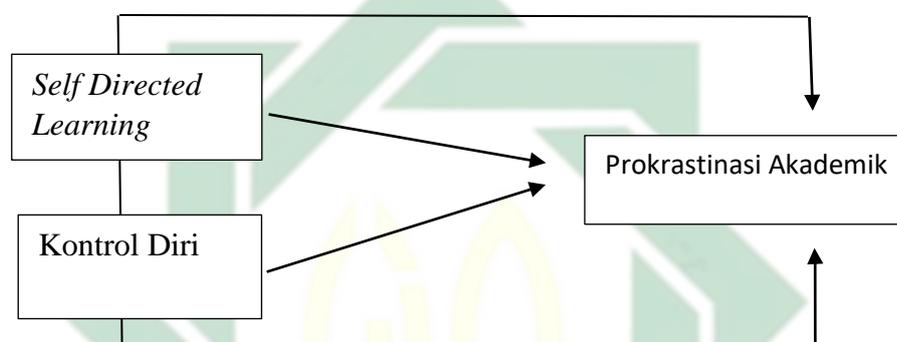
### **E. Kerangka Teoritik**

Pembelajaran online membuat mahasiswa membutuhkan adaptasi dengan metode pembelajaran terutama terkait dengan pemahaman literasi digital hingga banyaknya tugas yang diberikan. Kondisi tersebut sebagai pengganti model pembelajaran tatap muka sehingga dari kondisi tersebut mahasiswa yang sering kali penunda pengerjaan tugas. Dalam psikologi, penundaan tugas sering di sebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah penunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang berung dan meyebabkan perasaan subjektif (Ferari et al., 1995). Ferarri (1995) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik di pengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi *Self directed learning*, kontrol diri, harga diri, efikasi diri, kesadaran diri dan self critical. Sementara faktor eksternal meliputi keluarga, teman dan lingkungan sekitar. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah *Self directed learning*. *Self directed learning* adalah kemampuan untuk mengarahkan dirinya sendiri dalam setiap proses kegiatan belajarnya. Konsep *Self directed learning* ini sebenarnya adalah berakar dari konsep pendidikan orang dewasa. Menurut Gibbons (2002) *Self directed learning* adalah suatu tindakan yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan belajarnya yang terdiri dari mampu melakukan kontrol terhadap pengalaman belajar, dapat mengembangkan keterampilan dan

keahlian, membuat tantangan dalam proses belajar, mengatur diri serta dapat memotivasi dan melakukan evaluasi kinerja dalam proses belajar. Berdasarkan penelitian Apriyani & Laksmiwati (2014) menunjukkan ada hubungan negatif antara *Self directed learning* dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *self-directed learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah *self-directed learning* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Selain *Self directed learning*, Kontrol diri juga mempengaruhi prokrastinasi akademik. Kontrol diri di sini lebih bagaimana seorang mahasiswa mengontrol dirinya dari aktivitas tidak penting yang bisa membuat terjadi penundaan tugas seperti halnya bermain hp berjamjam dari pada mengerjakan tugas. Menurut Averill (Ghufroon & Risnawita, 2011) kontrol diri adalah kemampuan untuk memodifikasi perilaku, kemampuan dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta kemampuan untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Berdasarkan penelitian Husna & Suprihatin (2019) menyatakan bahwa kontrol diri mempunyai hubungan yang negatif dengan prokrastinasi akademik dimana kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan 87,4% dipengaruhi oleh variabel lain seperti membuang waktu, menghindari tugas yang diterima dan meyalahkan orang lain. Jadi dimana semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki, maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik, sebaliknya jika semakin rendah tingkat kontrol diri yang dimiliki, maka prokrastinasi akademik akan semakin tinggi. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui apakah *Self directed learning* dan kontrol diri secara bersama-sama mempunyai hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pasca pandemi covid-19. Keterkaitan antara *Self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dapat dijelaskan dalam kerangka berpikir yang diilustrasikan sebagai berikut :



## F. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan kerangka teoritik di atas, maka hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Ada hubungan *self directed learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19.
2. Ada hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19.
3. Ada hubungan antara *self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi covid-19.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Rancangan Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif korelasi bertujuan mengetahui apakah terdapat hubungan diantara variabel yang diteliti (Creswell, 2014). Penelitian ini bersifat kuantitatif karena menekankan analisisnya pada data numerik (angka) yang diolah dengan metode statistik (Sugiyono, 2015). Sedangkan, teknik korelasi dipakai untuk menguraikan dan mengukur tingkat keterikatan antar variabel.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pasca pandemi covid-19. Pendekatan penelitian ini menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran data tersebut, serta penampilan hasil akhir. Oleh karena itu data yang terkumpul harus diolah secara statistik, agar dapat ditafsir dengan baik.

Subjek yang telah memenuhi kriteria penelitian akan mengisi instrumen penelitian yang telah di siapkan oleh peneliti melalui google form. setelah data dari semua subjek terkumpul, peneliti akan mengelolah data tersebut dengan menganalisisnya menggunakan program SPSS 24.

#### **B. Identifikasi Variabel**

Variabel penelitian adalah suatu atribut /sifat / aspek dari orang maupun objek yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. (Sugiyono,2011). Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yang akan diteliti, kedua variable bebas (X1, X2) dan satu variable terikat (Y) :

- a. Variabel Terikat (Y) : Prokrastinasi Akademik
- b. Variabel Bebas (X1) : *Self Directed Learning*
- c. Variabel Bebas (X2) : Kontrol Diri

### C. Definisi Operasional

#### 1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah suatu tindakan yang memiliki untuk menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas sehingga bisa menghambat pencapaian tujuan kegiatan belajar. Adapun aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan unruk memulai dan menyelesaikan tugas, ketelambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas menyenangkan.

#### 2. *Self Directed Learning*

*Self directed learning* adalah kemampuan untuk mengarahkan dirinya sendiri dalam setiap proses kegiatan belajarnya. Adapun aspek-aspek *self directed learning* yaitu kontrol terhadap pengalaman belajar, perkembangan keahlian, membuat tantangan, manajemen diri, motivasi dan evaluasi diri.

#### 3. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah sebagai salah satu aktivitas pengendalian tingkah

laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan dan memikirkan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu untuk tindakan. Adapun aspek-aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*) dan kontrol keputusan (*decisional control*).

#### **D. Populasi, Teknik Sampling, Sampel**

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

Menurut Sugiono (2002), Populasi adalah wilayah/ kelompok generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditentukan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya, laki-laki atau perempuan, mahasiswa semester 2,4,6 dan 8 yang berjumlah 15.519 mahasiswa (Data Rektorat UINSA, 2022).

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

Sampel adalah sebagian dari populasi. Menurut Sugiyono (2005) menjelaskan populasi adalah sebagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel penelitian menggunakan mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan teori Isaac dan Michael, sampel diambil berdasarkan jumlah populasi yang berada di UINSA yaitu sebanyak 15.519 Mahasiswa. Untuk menentukan ukuran sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini, menggunakan

rumus perhitungan Isaac dan Michael (Sugiyono, 2015) sebagai berikut:

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

Keterangan :

s : Jumlah Sampel

$\lambda^2$  : Chi kuadrat tergantung tingkat kesalahan 1% = 6, 635,5% = 3,841 dan 10% = 2,706

N : Jumlah Populasi

P : Peluang benar (0,5)

Q : Peluang salah (0,5)

d : Derajat Kebebasan, Taraf Kesalahan 1% = 0,01, 5% = 0,05 dan 10% = 0,1

Untuk menggunakan rumus Isaac dan Michael ini, langkah pertama adalah menentukan batas toleransi kesalahan (error tolerance). Batas toleransi kesalahan ini dinyatakan dalam presentase. Semakin kecil toleransi kesalahan, maka semakin akurat sampel menggambarkan populasi (Sugiyono, 2015).

Pada penelitian ini didapatkan populasi sebanyak 15.519 Mahasiswa yang berada di UIN Sunan Ampel Surabaya dan ditentukan batas toleransi kesalahan sebesar 5% serta nilai  $d = 0,05$ . Maka dapat ditentukan jumlah sampel penelitian sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 s &= \frac{3,841 \times 15.519 \times 0,5 \times 0,5}{0,5 \times 0,5 \times (15.519 - 1) + 3,841 \times 0,5 \times 0,5} \\
 &= \frac{14,902,12}{39,7485} \\
 &= 374,910248185 \\
 &= 375 \text{ Sampel (Pembulatan)}
 \end{aligned}$$

Pada perhitungan rumus di atas, Jadi sampel yang diambil adalah 375 Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

### 3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Probability Sampling*. *Probability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Pada penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*. Dimana teknik ini untuk menentukan sampel, di karenakan populasi yang cukup luas (Sugiyono, 2015). Cara memilih sampel yang yang didasarkan pada klausternya bukan pada individunya. Karena penelitian ini populasi dalam UIN Sunan Ampel Surabaya sangat luas, maka pada setiap fakultas dipilih beberapa mahasiswa di setiap fakultas. Adapun rumus dalam penentuan Cluster Random Sampling menurut Fraction Per Cluster (Sugiyono, 2015) sebagai berikut:

$$f_i = \frac{N_i}{N}$$

Kemudian di dapatkan besarnya sampel per cluster, dengan menggunakan rumusan sebagai berikut :

$$N_i = f_i \times n$$

Keterangan :

$F_i$  = Sampel pecahan cluster

$N_i$  = Banyaknya individu yang ada dalam cluster

$N$  = Banyaknya populasi seluruhnya

$n$  = Banyaknya anggota yang dimasukkan dalam sampel.

Pembagian sampel dengan cara perhitungan rumus di atas, Berdasarkan rumus tersebut didapatkan per cluster jumlah subjek sebagai berikut :

**Tabel 3. 1 Fakultas dan Jumlah Subjek**

Fakultas	Jumlah Subjek
Fakultas Adab dan Humaniora (FAHUM)	35
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi (FDK)	50
Fakultas Syariah dan Hukum (FSH)	58
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)	67
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat (FUF)	42
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI)	54
Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK)	15
Fakultas Sains dan Teknologi (SAINTEK)	30
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP)	24
Total	375

### E. Instrumen Penelitian

Intrumen dalam penelitian ini yakni berupa angket atau kuisisioner. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2017). Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi orang atau sekelompok orang (Sugiyono, 2017). Instrumen penelitian ini ada tiga, yaitu instrumen pengukuran self directed learning, pengukuran instrumen pengukuran kontrol diri, dan instrumen pengukuran prokrastinasi akademik. Berikut pemberian skor pada penelitian ini :

***Tabel 3. 2 Skoring Skala Likert***

Pilihan Jawaban	F	U F
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Langka-langka menyusun sebuah instrumen penelitian menurut Margono (1997) di antaranya :

1. Analisis variabel penelitian menjadi indikator tersebut bisa diukur dan menghasilkan data yang di inginkan peneliti.
2. Menetapkan jenis instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel dan indikator-indikatornya.
3. Peneliti menyusun kisi-kisi atau lay out instrumen.
4. Peneliti menyusun Aitem atau pertanyaan sesuai dengan jenis instrumen

dan jumlah yang telah ditetapkan dalam kisi-kisi.

5. Instrumen yang dibuat sebaiknya diuji coba untuk digunakan sebagai revisi instrumen.

- a. Instrumen Pengukuran Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Operasional Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah suatu tindakan yang memiliki untuk menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas sehingga bisa menghambat pencapaian tujuan kegiatan belajar dan dapat diukur dengan aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, ketelambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas menyenangkan.

2. Alat Ukur

Prokrastinasi akademik diukur dengan menggunakan skala Prokrastinasi akademik yang dibuat berdasarkan lima aspek Prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari dkk (1995), yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas menyenangkan. Kisi-kisi skala kontrol diri dijelaskan pada tabel berikut :

**Tabel 3.3** *Blueprint Prokrastinasi Akademik*

No.	Aspek Prokrastinasi	Item	F/UF	No. Item	Jumlah item
1.	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas	1. Saya sering menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas	UF	16	6
		2. Saya tidak suka menunda menyelesaikan tugas	F	1	
		3. Tugas yang diberikan sangat banyak membuat saya malas untuk memulai mengerjakan	UF	6	
		4. Saya tidak memulai mengerjakan tugas karena takut salah mengerjakannya, sehingga lebih baik menundanya dahulu	UF	7	
		5. Saya merasa bersemangat mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sehingga membuat saya tidak memilih untuk menundanya	F	12	
		6. Saya merasa bersemangat mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sehingga membuat saya tidak memilih untuk menundanya	F	13	
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	1. Saya tidak pernah terlambat mengumpulkan tugas	F	8	4
		2. Saya akan memulai mengerjakan tugas sehari sebelum deadline pengumpulan tugas	UF	17	
		3. Saya akan tetap mengerjakan tugas	F	4	

		sampai selesai walaupun ada keinginan untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	UF	3	
		4. Saya sering terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan			
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	1. Pada saat saya sedang mengerjakan tugas, saya selalu tergoda membuka media sosial selama beberapa jam sehingga sering kali memperlambat penyelesaian tugas	UF	9	3
		2. Saya menghindari aktivitas membuka sosial media yang dapat memperlambat penyelesaian tugas	F		2
		3. Ketika saya mengerjakan tugas sesuai jadwal yang sudah ditentukan, saya cenderung lebih memilih untuk bersantai	UF		14
4.	Melakukan aktivitas menyenangkan	1. Saya harus menyelesaikan tugas yang diberikan walaupun orang lain mengajak saya untuk pergi bersenang-senang	F	10	4
		2. Saya menunda mengerjakan tugas karena menerima ajakan orang lain untuk pergi bersenang-senang	UF		5
		3. Keinginan untuk melakukan aktivitas lain yang menyenangkan lebih	F		15

	besar dari pada mengerjakan tugas	
4.	Saya lebih senang berbincang-bincang dengan teman, sehingga tidak jadi mengerjakan tugas	
TOTAL		17

b. Instrumen *Self directed learning*

1. Definisi operasional *Self directed learning*

*Self directed learning* adalah kemampuan untuk mengarahkan dirinya sendiri dalam setiap proses kegiatan belajarnya. Adapun aspek-aspek *self directed learning* yaitu kontrol terhadap pengalaman belajar, perkembangan keahlian, membuat tantangan, manajemen diri, motivasi dan evaluasi diri.

2. Alat ukur

*Self directed learning* diukur dengan menggunakan skala self directed learning yang dibuat berdasarkan lima aspek self directed learning yang dikemukakan oleh Gibbons (2002), yaitu kontrol terhadap pengalaman belajar, perkembangan keahlian, membuat tantangan, manajemen diri, motivasi dan evaluasi diri. Kisikisi skala self directed learning dijelaskan pada tabel berikut :

**Tabel 3. 4 Blueprint Self Directed Learning**

No.	Aspek <i>Self Directed Learning</i>	Item	F/UF	No. Item	Jumlah item
1.	Kontrol terhadap pengalaman belajar	1. Saya mampu memilih cara belajar yang paling efektif bagi diri saya	F	11	6
		2. Saya bertanggung jawab menyelesaikan tugas yang diberikan	F	18	
		3. Saya mampu mengembangkan dan menetapkan tujuan belajar saya	F	1	
		4. Saya akan menghubungkan pengalaman saya dengan informasi baru	F	2	
		5. Saya memilih beristirahat walaupun di hadapkan tugas yang banyak	UF	3	
		6. Saya sulit mencapai hasil belajar yang maksimal	UF	7	
2.	Perkembangan keahlian	1. Saya berusaha untuk bisa menyelesaikan tugas yang sulit	F	23	4
		2. Saya merasa sulit mengembangkan ide dalam belajar	UF	16	
		3. Saya sering gagal dalam melaksanakan perencanaan yang sudah saya tentukan	UF	8	
		4. Saya selalu mempunyai ide kreatif dalam menyelesaikan tugas	F	9	
3.	Membuat tantangan	1. Saya beranggapan masalah dalam belajar sebagai tantangan tersendiri bagi saya	F	4	4
		2. Saya suka tantangan di setiap pembelajaran yang dipelajari	F	5	
		3. Saya sering melihat tugas teman dikala tidak	UF	10	

		ada padangan terhadap tugas			
		4. Jika saya menemukan kesulitan dalam mengerjakan tugas, saya akan berhenti mengerjakan	UF	6	
4.	Manajemen Diri	1. Saya mampu mengelolah waktu belajar saya dengan baik	F	21	6
		2. Saya tidak mampu mengelolah waktu belajar saya dengan baik	UF	22	
		3. Saya termasuk orang yang suka bergantung pada orang lain dalam mengerjakan tugas	UF	12	
		4. saya akan membaca materi yang diajarkan sebelum pelajaran dimulai	F	15	
		5. saya mudah terpengaruhi dengan ide teman saat mengerjakan tugas	UF	20	
		6. saya tidak mudah terpengaruhi dengan ide teman saat mengerjakan tugas	F	13	
5.	Motivasi dan evaluasi diri	1. Kritikan dari teman dan dosen terhadap presentasi bisa menurunkan motivasi belajar saya	F	19	3
		2. Saya merasa termotivasi dengan teman yang sudah menyelesaikan tugas dengan baik	F	17	
		3. Saya selalu mengevaluasi perkembangan belajar saya dengan target yang di tentukan	F	14	
<b>TOTAL</b>					<b>23</b>

c. Instrumen Kontrol Diri

1. Definisi operasional

Kontrol diri adalah sebagai salah satu aktivitas pengendalian tingkah laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan dan memikirkan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu untuk tindakan. Adapun aspek-aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*) dan kontrol keputusan (*decisional control*).

2. Alat ukur

Kontrol diri diukur dengan menggunakan skala kontrol diri yang dibuat berdasarkan tiga aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill (Ghufron & Risnawita, 2011), yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*). Kisi-kisi skala kontrol diri dijelaskan pada tabel berikut :

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

*Tabel 3.5 Blueprint Kontrol Diri*

No.	Aspek Kontrol Diri	Item	F/UF	No. Item	Jumlah item
1.	Kontrol perilaku (behavior control)	1. Saya menggunakan waktu luang saya dengan hal-hal yang bermanfaat	F	1	4
		2. Saya pernah membolos kuliah karena ketiduran	F	10	
		3. Saya mudah mengikuti ajakan teman tidak mengerjakan tugas	UF	3	
		4. Saya selalu menunjukkan perilaku yang sopan terhadap orang yang lebih tua	F	7	
2.	Kontrol kognitif (cognitive control)	1. Saya berusaha tidak memutuskan sesuatu dengan tergesah-gesah	F	2	4
		2. Saya berusaha membagi waktu antara organisasi dan kuliah	F	5	
		3. Saya kesulitan berpikir jernih ketika tertekan	UF	8	
		4. Ketika yang lain sedang berdiskusi, saya memilih untuk melakukan aktivitas lain	UF	6	
3.	Kontrol keputusan (decisional control)	1. Ketika tidak ada jam mata kuliah, lebih baik saya melakukan aktivitas lain seperti membaca buku atau mengerjakan tugas yang belum terselesaikan	F	4	3
		2. Ketika saya mengalami kesulitan mengerjakan tugas, saya meminta pendapat atau masukkan kepada teman	UF	11	
		3. Ketika dihadapkan pilihan yang sulit antara organisasi dan kuliah, saya akan memilih kuliah	F	9	
TOTAL					11

## **F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

### **1. Uji Validitas**

Uji validitas digunakan untuk mengukur valid tidaknya suatu kuesioner. Sebuah instrumen dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut (Ghozali, 2018). Suatu alat tes dapat dikatakan valid apabila mampu mengukur secara akurat variabel yang diukur (Azwar, 2000). Di dalam menentukan valid dan tidaknya suatu Aitem yang akan digunakan, biasanya dilakukan uji signifikansi koefisien korelasi pada taraf signifikansi 0,30. Sebuah Aitem dinyatakan valid apabila menunjukkan nilai koefisien lebih besar atau sama dengan 0,30 (Azwar, 2013).

#### **a. Item Prokrastinasi Akademik**

Dari skala prokrastinasi akademik yang diawali dengan berjumlah 18 Aitem dan dilakukan expert judgement yang dilakukan dengan para ahli menghasilkan 18 Aitem setelah itu dilakukan uji validitas yang menghasilkan 18 Aitem. Setelah dilakukan uji validitas pada Aitem tersebut tidak terdapat Aitem yang gugur (failed). Berdasarkan tabel di atas, kedelapanbelas aitem pada skala prokrastinasi akademik dikatakan valid karena memiliki nilai  $>0,30$  yang berarti bahwa seluruh Aitem dalam alat ukur tersebut valid dan layak untuk digunakan. Berikut uji validitas Aitem yang telah dilakukan pada instrumen masing-masing berikut :

**Tabel 3. 6 Validitas Prokrastinasi Akademik**

No. item	<i>Corralated aitem-total correlation</i>	Perbandingan R tabel	Hasil
Item 1	0,689	0,30	Valid
Item 2	0,537	0,30	Valid
Item 3	0,720	0,30	Valid
Item 4	0,731	0,30	Valid
Item 5	0,694	0,30	Valid
Item 6	0,619	0,30	Valid
Item 7	0,618	0,30	Valid
Item 8	0,641	0,30	Valid
Item 9	0,692	0,30	Valid
Item 10	0,577	0,30	Valid
Item 11	0,567	0,30	Valid
Item 12	0,672	0,30	Valid
Item 13	0,629	0,30	Valid
Item 14	0,670	0,30	Valid
Item 15	0,526	0,30	Valid
Item 16	0,546	0,30	Valid
Item 17	0,589	0,30	Valid
Item 18	0,562	0,30	Valid

**b. Item self directed learning**

Dari skala self directed learning tersebut di awali dengan berjumlah 23 Aitem setelah itu dilakukan expert judgement yang dilakukan penyaringan Aitem dengan para ahli yang menghasilkan 20 Aitem setelah itu dilakukan uji validitas menggunakan SPSS 24 yang menghasilkan 20 Aitem. Setelah dilakukan uji validitas pada Aitem tersebut tidak terdapat Aitem yang yang gugur (failed) yang berarti bahwa seluruh Aitem dalam alat ukur tersebut valid dan layak untuk digunakan. Setelah itu dibuatkan penomoran berulang terhadap skala Aitem, sedangkan yang gugur (failed) akan dihapuskan. Berdasarkan tabel diatas, ke dua puluh aitem pada skala self directed Learning

dikatakan valid karena memiliki nilai koefisien  $>0,30$  yang berarti bahwa seluruh Aitem dalam alat ukur tersebut valid dan layak untuk digunakan.

**Tabel 3. 7 Validitas Self Directed Learning**

No. item	<i>Corralated aitem-total correlation</i>	Perbandingan R tabel	Hasil
Item 1	0,402	0,30	Valid
Item 2	0,538	0,30	Valid
Item 3	0,534	0,30	Valid
Item 4	0,519	0,30	Valid
Item 5	0,479	0,30	Valid
Item 6	0,613	0,30	Valid
Item 7	0,498	0,30	Valid
Item 8	0,582	0,30	Valid
Item 9	0,499	0,30	Valid
Item 10	0,562	0,30	Valid
Item 11	0,621	0,30	Valid
Item 12	0,468	0,30	Valid
Item 13	0,491	0,30	Valid
Item 14	0,470	0,30	Valid
Item 15	0,559	0,30	Valid
Item 16	0,536	0,30	Valid
Item 17	0,510	0,30	Valid
Item 18	0,441	0,30	Valid
Item 19	0,469	0,30	Valid
Item 20	0,596	0,30	Valid

**c. Item Kontrol diri**

Dari tabel di atas skala kontrol diri tersebut diawali dengan berjumlah 14 Aitem setelah itu dilakukan expert judgement yang dilakukan penyaringan Aitem dengan para ahli yang menghasilkan 13 Aitem setelah itu dilakukan uji validitas menggunakan SPSS 24 yang menghasilkan 13 Aitem. Setelah dilakukan uji validitas pada Aitem tersebut tidak terdapat Aitem yang gugur (failed) yang berarti bahwa seluruh Aitem dalam alat ukur tersebut valid dan layak untuk digunakan. Setelah itu dibuatkan penomoran berulang terhadap skala Aitem, sedangkan yang gugur (failed) akan dihapuskan.

Berdasarkan tabel diatas, ke tiga belas aitem pada skala kontrol diri dikatakan valid karena memiliki koefisien nilai  $>0,30$  yang berarti bahwa seluruh Aitem dalam alat ukur tersebut valid dan layakan untuk digunakan

**Tabel 3. 8 Validitas Kontrol Diri**

No. item	<i>Corralated aitem-total correlation</i>	Perbandingan R tabel	Hasil
Item 1	0,489	0,30	Valid
Item 2	0,504	0,30	Valid
Item 3	0,418	0,30	Valid
Item 4	0,668	0,30	Valid
Item 5	0,306	0,30	Valid
Item 6	0,577	0,30	Valid
Item 7	0,636	0,30	Valid
Item 8	0,478	0,30	Valid
Item 9	0,335	0,30	Valid
Item 10	0,532	0,30	Valid
Item 11	0,595	0,30	Valid
Item 12	0,332	0,30	Valid
Item 13	0,569	0,30	Valid

## 2. Uji Realiabilitas

Menurut (Ghozali, 2018) reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten dari waktu ke waktu. Dalam penelitian ini, reliabilitas instrument diukur menggunakan rumus Alpha Cronbach. Suatu alat ukur yang memiliki nilai reliabilitas yang baik apabila menunjukkan nilai koefisien  $>0,60$ , begitupun sebaliknya, ketika suatu alat ukur memiliki nilai reliabilitas yang rendah apabila menunjukkan nilai koefisien  $<0,060$  (Azwar, 2013). Sebagai berikut :

**Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas**

Variabel	Croncbach Alpha's	Jumlah Item
Prokrastinasi Akademik	0,909	18 item
<i>Self Directed Learning</i>	0,855	20 item
Kontrol Diri	0,739	13 item

Pada tabel di atas dapat dilihat skala prokrastinasi akademik, berdasarkan nilai koefisien cronbach's alpha pada tabel menunjukkan 0,909 pada reliability statistics dengan 18 aitem, Selain itu terdapat skala self directed learning yang menunjukkan 0, 855 pada 20 item, dan skala kontrol diri terdapat 0, 739 pada 13 item. Pada ketiga skala tersebut samasama mendapatkan nilai reabilitias tinggi.

### G. Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis statistik inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan mengenai karakteristik variabel dalam penelitian dan analisis statistik inferensial digunakan untuk menganalisis data sampel yang hasilnya akan dijadikan sebagai populasi (Sugiyono, 2015). Sebelum dilakukan analisis terlebih dahulu di lakukan uji validitas dan reliabilitas untuk menentukan apakah skala yang digunakan sudah valid dan reliabel. Selanjutnya untuk dapat melakukan uji analisis regresi berganda, maka sebelumnya diperlukan uji asumsi klasik terlebih dahulu sebagai persyaratan analisis.

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal (Ghozali, 2018).

Rumus yang digunakan dalam uji normalitas ini adalah rumus Kolmogorov-Smirnov dengan ketentuan data berdistribusi normal jika signifikansi ( $p$ )  $>0,05$  dan begitu juga sebaliknya, apabila data tidak berdistribusi normal, jika signifikansi  $<0,05$  (Muhid, 2019).

**Tabel 3. 10 Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		375
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	9,21253981
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,027
	Positive	,027
	Negative	-,024
Test Statistic		,027
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Pada tabel di atas merupakan tabel hasil uji normalitas yang didapatkan nilai dengan signifikannya sebesar 0,200. Yang berarti hasil nilai signifikansi tersebut lebih besar dari taraf signifikan yaitu 0,05 sehingga nilai yang didapat 0,200 maka dapat disimpulkan hasil data yang diperoleh dari penelitian berdistribusi normal.

## 2. Uji heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan uji yang dilakukan untuk melihat apakah terdapat ketidaksamaan varian dari residual suatu pengamatan ke pengamatan lainnya (Ghozali, 2011). Cara yang dapat digunakan untuk melihat apakah terdapat heteroskedastisitas atau tidak adalah dengan uji

glejser. Suatu variabel dapat dikatakan tidak terjadi heteroskedastisitas jika menunjukkan nilai signifikansi  $>0,05$ , namun jika nilai signifikansinya  $<0,05$  maka berarti terjadi heteroskedastisitas (Gunawan, 2016).

**Tabel 3. 11 Uji Heteroskedastisitas**

Model	t	Sig.
(Constant)	-8,689	0,000
<i>Self Directed Learning</i> (X1)	4,937	0,671
Kontrol Diri (X2)	4,377	0,501

Berdasarkan uji heterokedastisitas yang telah dilakukan, nilai signifikansi pada variabel self directed learning diperoleh sebesar  $0,671 > 0,05$  dan variabel kontrol diri diperoleh sebesar  $0,501 > 0,05$ . Dari hasil uji glejser terlihat bahwa probabilitas signifikannya di atas  $0,05$  jadi dapat disimpulkan bahwa kedua variabel independent tidak terjadi heterokedastisitas.

### 3. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antar variable independent dalam model regresi (Trigunawan et al., 2020). Adapun pedoman pengambilan keputusan dapat dilakukan dengan melihat nilai tolerance dan VIF (Variance Infaltion Factor). Apabila nilai VIF  $< 10.00$ , dan nilai tolerance  $> 0.10$ , maka tidak terjadi mulitkolinieritas dalam regresi. Sebaliknya, apabila nilai VIF  $> 10.00$  dan nilai tolerance  $< 0.10$ , maka terjadi mulitkolineartas dalam regresi.

Tabel 3. 12 Uji Multikolinieritas

Model	Unstandarized coefficients	Standardized coefficients	Collinearity statistics				
	b	Std.error	Beta	T	Sig.	Tolerance	VIF
1 (Constant)	32,615	4,260	-	7,6	0,0	0,503	1,989
<i>self directed learning</i>	-0,011	0,094	0,008	57 -	0,9		
<i>learning</i>				0,1	14		
Kontrol Diri	0,372	0,145	0,145	2,5	0,0	0,503	1,989

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas yang dilakukan, terlihat bahwa variabel *self directed learning* dan Kontrol diri mendapatkan nilai Tolerance sebesar  $0,503 > 0,10$  dan VIF sebesar  $1,989 < 0,10$  artinya bahwa variabel *self directed learning* dan kontrol diri tidak mengalami multikolinieritas.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Persiapan dan pelaksanaan penelitian**

Pertama peneliti mencari fenomena permasalahan dan kemudian peneliti melakukan kajian teori antar variabel diteliti. Tahap kedua mencari subjek penelitian sesuai dengan kriteria. Fenomena penelitian ini adalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dimana peneliti memilih mahasiswa semester 2,4,6, dan 8 di UINSA. Pada tahap ketiga peneliti menyusun desain penelitian dan menyiapkan alat ukur.

Penelitian ini diawali dengan melakukan kajian pada penelitian terdahulu untuk menemukan suatu topik yang akan dibahas beserta melihat fenomena yang terjadi pada saat ini. Setelah itu dilakukan menyusun concept note dengan dosen pembimbing yang akan diajukan kepada kaprodi untuk mendapatkan persetujuan. Setelah mendapat persetujuan, dilakukan dengan membuat proposal serta melengkapi bagian penyusunan materi yang telah mendapat catatan revisi dari kaprodi. Setelah mendapatkan persetujuan dosen pembimbing dan pihak akademik fakultas, dilanjutkan dengan melakukan ujian seminar proposal. Peneliti menyiapkan kuesioner yang akan di ukur dengan menggunakan expert judgement kepada minimal 2 para ahli dalam bidangnya. Dilakukannya expert judgement agar dapat mengetahui item mana yang valid untuk di sebarakan penelitiannya.

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 04-07 Agustus 2022 sebanyak 375 responden mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya. Mekanisme pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan google form melalui aplikasi whatsapp, telegram, serta instagram. Peneliti melakukan chat personal kepada responden yang sesuai dengan kriteria. Setelah data terkumpul sebanyak 375 responden maka peneliti melanjutkan perhitungan uji data.

## 2. Deskripsi hasil data

### a. Deskripsi hasil data demografis subjek

#### 1. Pengelompokan subjek berdasarkan jenis kelamin

Berikut ini tabel pengelompokan jenis kelamin subjek mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya sebagai berikut ini :

***Tabel 4. 1 Pengelompokan Subjek berdasarkan Jenis Kelamin***

Jenis kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-laki	114	30%
Perempuan	261	70%
Total	375	100%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa responden yang mendominasi dalam penelitian ini yaitu perempuan yang berjumlah 261 mahasiswa dengan presentase 70% sedangkan mahasiswa laki-laki berjumlah 114 mahasiswa dengan presentase 30%.

#### 2. Pengelompokan subjek berdasarkan fakultas

Berikut ini tabel pengelompokan fakultas subjek mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya sebagai berikut ini :

**Tabel 4. 2 Pengelompokan Subjek berdasarkan Fakultas**

Fakultas	Jumlah Subjek
Fakultas Adab dan Humaniora (FAHUM)	35
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi (FDK)	50
Fakultas Syariah dan Hukum (FSH)	58
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)	67
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat (FUF)	42
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI)	54
Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK)	15
Fakultas Sains dan Teknologi (SAINTEK)	30
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP)	24
Total	375

Berdasarkan tabel diatas, terdapat 9 fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya yang masing-masing subjek sudah di cluster random sampling pada teknik sampling sehingga mendapatkan hasil diatas serta total subjek sebanyak 375 mahasiswa pada kategori pengelompokan fakultas.

### 3. Pengelompokan berdasarkan semester

Berikut ini tabel pengelompokan semester subjek mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya sebagai berikut ini:

**Tabel 4. 3 Pengelompokan Subjek berdasarkan Semester**

Semester	Jumlah	Presentase
2	82	22%
4	91	24%
6	82	22%
8	120	32%
Total	375	100%

Berdasarkan tabel diatas, subjek sebanyak 375 mahasiswa dengan berkategori semester, di dapat pada semester 2 dengan jumlah 82 mendapati presentase sebesar 22% lalu pada semester 4 dengan jumlah 91 mendapati presentase sebesar 24% lalu pada semester 6 dengan jumlah 82 mendapati presentase 22% lalu pada semester 8 mendapati presentase 32%.

b. Kategorisasi variabel

Uji asumsi data serta uji analisis data dilakukan ketika telah mengetahui karakteristik pada setiap data penelitian yang telah dilakukan. Proses yang dilakukan merupakan pengawalan pada analisa yang membutuhkan cara menganalisis pada setiap data dengan bersifat deskriptif melalui skor mean, maksimum, minimum, standar deviasi, serta jumlah subjek dan statistik (Azwar, 2013).

**Tabel 4. 4 Mean,Max,Minim,Std.Deviantion**

Descriptive Statistics					
Variabel	N	Minumim	Maximum	Mean	Std.Deviation
Prokrastinasi akademik	375	40,00	80,00	59,42	7,419
Self directed learning	375	25,00	52,00	37,55	4,770
Kontrol diri	375	22,00	72,00	45,95	9,642

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa jumlah dari keseluruhan total subjek pada variabel prokrastinasi akademik, Self Directed Learning dan kontrol diri adalah 375 subjek. Pada skor minimum prokrastinasi akademik yaitu senilai 40 dan skor maksimum yaitu 80, lalu nilai mean yaitu 59,42 dan std.deviation yaitu 7,419. Pada skor minimum Self Directed Learning yaitu senilai 25 dan skor maksimum yaitu 52, lalu nilai mean yaitu 37,55 dan std.deviation yaitu 4,770. Pada skor minimum kontrol diri yaitu senilai 22 dan skor maksimum yaitu 72, lalu nilai mean yaitu 45,95 dan std.deviation yaitu 9,642.

Selanjutnya sesudah mengetahui hasil deskriptif di atas, dilakukan kategorisasi berdasarkan rumus Azwar (2016) :

**Tabel 4. 5 Pedoman Hasil Pengukuran**

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$
Keterangan : X = Skor Subjek, M = Mean, SD = Standar Deviasi	

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, peneliti memperoleh hasil yang didapatkan pada setiap variabel. Berikut dibawah ini merupakan tabel kategori variabel Prokrastinasi Akademik :

**Tabel 4. 6 Kategori Prokrastinasi Akademik**

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Presentase
Prokrastinasi Akademik	Rendah	$X < 36,308$	51	14%
	Sedang	$36,308 \leq 55,92$	259	69%
	Tinggi	$55,92 \leq X$	65	17%
Total			375	100%

Diketahui pada tabel di atas bahwasannya mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang memiliki prokrastinasi akademik dengan kategori rendah sebanyak 14%, untuk yang memiliki kategori sedang sebanyak 69%. Selain itu, kategori yang paling tinggi adalah 17%. Dari data di atas sebanyak 69% dari 375 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya memiliki prokrastinasi akademik dengan kategori sedang.

**Tabel 4. 7 Kategori Self Directed Learning**

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Presentase
<i>self directed learning</i>	Rendah	$X < 52,001$	65	17%
	Sedang	$52,001 \leq 66,839$	239	64%
	Tinggi	$66,839 \leq X$	71	19%
Total			375	100%

Diketahui pada tabel pengkategorian di atas menunjukkan sebanyak 375 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang memiliki Self Directed Learning dengan kategori rendah sebanyak 17%, pada kategori yang sedang sebanyak 64%, dan pada kategori yang paling tinggi sebanyak 19%. Dari data di atas sebanyak 64% dari 375 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya memiliki Self Directed Learning diri dengan kategori sedang.

**Tabel 4. 8 Kategori Kontrol Diri**

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Presentase
Kontrol Diri	Rendah	$X < 32,78$	50	13%
	Sedang	$32,78 \leq 42,32$	261	70%
	Tinggi	$42,32 \leq X$	65	17%
Total			375	100%

Dari tabel di atas yang menunjukkan kategori pengukuran nilai kontrol diri yang memiliki kategori paling rendah sebanyak 13% dan pada

kategori yang sedang didapat sebanyak 70%. Selain itu, kategori yang paling tinggi adalah 17%. Dari data di atas sebanyak 70% dari 375 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya memiliki kontrol diri dengan kategori sedang.

c. Tabulasi Silang

Data tabulasi silang menyajikan informasi gabungan dari data demografis dengan data variabel. Pada kelompok jenis kelamin terdapat laki-laki maupun perempuan.

**Tabel 4. 9 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Prokrastinasi Akademik**

		Jenis kelamin		
		Laki-laki	Perempuan	Total
Prokrastinasi akademik	Rendah	14	37	51
	Sedang	76	183	259
	Tinggi	24	41	65
Total		114	261	375

Berdasarkan tabel di atas, tabulasi silang diketahui jenis kelamin perempuan lebih banyak memiliki prokrastinasi akademik yang rendah sebanyak 37 subjek dibandingkan laki-laki 14 subjek. Pada kategori sedang perempuan lebih banyak memiliki prokrastinasi akademik sebanyak 183 dibandingkan laki-laki 76 subjek. Pada kategori tinggi perempuan lebih banyak memiliki prokrastinasi akademik sebanyak 41 dibandingkan laki-laki 24 subjek. Sehingga kesimpulannya mayoritas prokrastinasi akademik pada tingkat sedang berjenis kelamin perempuan.

**Tabel 4. 10 Tabulasi Silang Semester dengan Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik	Semester	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
	2	11	46	25	82
	4	14	58	19	91
	6	13	60	9	82
	8	13	95	12	120
<b>Total</b>		51	259	65	375

Berdasarkan tabel tabulasi silang di atas, diketahui prokrastinasi akademik yang rendah pada semester 4 sebanyak 14 mahasiswa. Pada semester 8 di kategorikan sedang sebanyak 95 mahasiswa dan pada kategori tinggi di semester 2 sebanyak 25 mahasiswa. Sehingga kesimpulannya yang di dapat prokrastinasi akademik pada semester 8 sebanyak 120 mahasiswa berada di tingkatan sedang.

**Tabel 4. 11 Tabulasi Silang Fakultas dengan Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik	Fakultas	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
	FAHUM	3	23	9	35
	FDK	3	36	19	50
	FEBI	14	38	11	54
	FISIP	3	12	2	24
	FPK	3	12	9	15
	FSH	12	39	0	58
	FTK	9	47	7	67
	FUF	3	29	11	42
	SAINTEK	1	23	10	30
<b>Total</b>		51	259	65	375

Berdasarkan tabel tabulasi silang diatas, diketahui prokrastinasi akademik yang rendah pada fakultas FEBI sebanyak 14 mahasiswa. Prokrastinasi akademik pada kategori sedang di fakultas FEBI sebanyak 38 mahasiswa. Prokrastinasi akademik pada kategori tinggi di fakultas FDK sebanyak 19 mahasiswa. Sehingga kesimpulannya pada fakultas FSH sebanyak 58 mahasiswa berada di tingkat sedang.

**Tabel 4. 12 Data Tabulasi Variabel X1 dan Y**

Prokrastinasi akademik	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
	0	60	5	65
X1	37	186	16	239
	14	13	44	71
Total	51	259	65	375

Berdasarkan tabulasi diatas, diketahui variabel *Self Directed Learning* memiliki tingkat sedang sebanyak 186 dengan prokrastinasi akademik.

**Tabel 4. 13 Data Tabulasi Variabel X2 dan Y**

Prokrastinasi akademik	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
	0	60	8	50
X2	39	208	14	261
	12	9	43	64
Total	51	259	65	375

Berdasarkan tabulasi diatas, diketahui variabel kontrol diri memiliki tingkat sedang sebanyak 208 dengan prokrastinasi akademik.

## B. Pengujian Hipotesis

Pada sub bab ini akan membahas beberapa poin mengenai pengujian statistik yang dipakai melalui SPSS ver 24. Beberapa analisis data tersebut antara lain sebagai berikut .:

### 1. Uji T Parsial

Uji T atau yang disebut uji parsial yang akan dilakukan nantinya memiliki tujuan untuk mendeteksi mengenai bagaimana hubungan masing-masing variabel X terhadap variabel Y, apakah ada atau tidak. Apabila ditemukan nilai sig t tabel

maka dapat disimpulkan bahwasannya ada hubungan antara variabel X variabel Y.

**Tabel 4. 14 Hasil Uji T**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	32,615	4,260		7,657	,000
	<i>Self Directed Learning</i>	-,011	,094	-,008	-,114	,909
	Kontrol Diri	,372	,145	,184	2,557	,000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

Berdasarkan analisis data, dapat dilihat bahwa masing-masing variabel independent memiliki hubungan terhadap variabel dependent. Pada hasil diatas self directed learning memiliki signifikansi  $0,909 < 0,05$  dan t hitung sebesar  $-0,114$ . Maka dapat disimpulkan bahwa variabel self directed learning tidak memiliki hubungan terhadap variabel Prokrastinasi akademik, Selanjutnya variabel kontrol diri memiliki nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  dan t hitung sebesar  $2,557$ . Maka dapat disimpulkan bahwa variabel kontrol diri memiliki hubungan terhadap variabel prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah pula prokrastinasi akademiknya begitu pula sebaliknya.

## 2. Uji F

Uji F atau yang disebut uji simultan yang akan dilakukan nantinya dimaksudkan untuk mendeteksi hubungan secara simultan (bersama- sama) dari variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y, apakah ada atau tidak. Jika ditemukan nilai sig  $< 0,05$  atau nilai f hitung  $> f$  tabel maka dapat ditarik kesimpulan bahwasannya variable X secara simultan (bersama-sama) berhubungan terhadap variabel Y.

**Tabel 4. 15 Hasil Uji F**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1105,062	2	552,531	6,106	,000 <sup>b</sup>
	Residual	33663,872	372	90,494		
	Total	34768,933	374			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

B. Predictors: (Constant), Kontrol Diri, Self Directed Learning

Pada tabel di atas diperoleh F-itung sebesar 73,608 dengan signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima. Hal ini bisa diartikan bahwa Self Directed Learning dan Kontrol diri secara bersama-sama berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Kemudian nilai koefisien determinasi dapat menggambarkan besarnya sumbangan variabel bebas terhadap variabel terikat. Adapun hasil koefisien determinasi adalah sebagai berikut :

### 3. Hasil koefisien determinan

Hal ini dimaksudkan untuk mendeteksi seberapa besar kemampuan yang diberikan variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

**Tabel 4. 16 Koefisien Determinan**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,178 <sup>a</sup>	,032	,027	9,51285

a. Predictors: (constant) X2,X1

b. Dependent variabel: Y

Dari tabel koefisien determinan diatas diketahui nilai R Square sebesar 0,032. Nilai ini menunjukkan bahwa kedua variabel menyumbang 32% terhadap bentuknya prokrastinasi akademik dan sisanya di pengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### C. Pembahasan

Penelitian ini dimaksudkan untuk mendeteksi hubungan antara self directed learning dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pasca pandemi covid-19. Penelitian ini mendapat subjek sebanyak 375 mahasiswa yang berkuliah di UIN Sunan Ampel Surabaya. Uji regresi ganda digunakan oleh peneliti untuk menguji hipotesis yang tergolong dari uji T, uji F, serta koefisien determinasi.

Hipotesis pertama yang dilakukan peneliti ini ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan self directed learning dengan prokrastinasi akademik. Hal tersebut didapatkan hasil pengujian T ( Parsial) menunjukkan hasil tidak adanya hubungan self directed learning dengan prokrastinasi akademik. Dibuktikan dengan penelitian terdahulu yaitu Apriyani & Laksmiwati (2014) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara self-directed in learning dengan prokrastinasi akademik..

Pada penelitian Noran (dalam Akinsola & Tella, 2007) mahasiswa yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lainnya dari pada mengerjakan tugas. Selain itu, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi juga lebih memilih menonton film atau televisi dari pada belajar. Jadi tingkat Self Directed Learning yang dimiliki mahasiswa dapat membuat mereka mampu untuk mengelolah seluruh proses belajarnya dan memiliki inisiatif sendiri dan bertanggung jawab terhadap tugasnya. Individu yang Self Directed Learning tinggi akan merasa lebih mampu untuk mengidentifikasi kebutuhan belajar mereka dan mampu membuat perencanaan belajar serta mampu melaksanakan rencana belajar tersebut (Guglielmino & Guglielmino, 2003). Semakin baik individu Self Directed Learning, maka akan semakin baik untuk mengambil inisiatif sendiri dan mengidentifikasi kebutuhan belajar. Penelitian Wahyu (2019) menguatkan semakin tinggi Self Directed Learning, maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil kategori Self Directed Learning menggambarkan mayoritas subjek berada pada kategori sedang. Self Directed Learning kemampuan berinisiatif dalam mengatur, mengelolah dan mengontrol proses belajar sehingga digunakan berbagai alternatif strategi belajar (Darmayanti, 1993). Individu yang memiliki Self Directed Learning mampu menelolah seluruh belajarnya dan mengevaluasi hasil belajarnya tanpa bantuan orang lain, maka itu sudah bisa di katakan mandiri (Apriyani & Laksmiwati, 2014). Individu yang memiliki tingkat Self Directed Learning yang rendah dapat menyebabkan kurang mampu mengerjakan tugas, kurang mampu menghadapi masalah, kurang percaya diri, kurang mampu dalam mengambil keputusan dan kurang memperoleh kepuasan dari usahanya, begitupun sebaliknya (Asiyah, 2013).

Hasil data tabulasi silang antara Self Directed Learning dengan Prokrastinasi Akademik menunjukkan ada sejumlah mahasiswa yang memiliki Self Directed Learning sedang dan tinggi terhadap prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan Self Directed Learning tinggi akan mampu berinisiatif sendiri untuk mengelolah seluruh proses belajar. Individu dengan Self Directed Learning yang tinggi ataupun sedang akan lebih baik dalam menyelesaikan permasalahan belajar yang ada. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syahputri, Alfina, Indriani, & Tahel (2018) menunjukkan bahwa peningkatan hasil belajar kemandirian yang telah diterapkan model pembelajarannya, maka akan semakin mendorong mahasiswa untuk kritis dan kreatif.

Hipotesis kedua menyatakan ada hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, artinya kontrol diri yang diterima dengan baik oleh individu yang berkaitan dengan pengendalian diri yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan penelitian Gufron (2014) menunjukkan bahwa ada

hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Kontrol diri yang rendah masuk kedalam faktor internal, sehingga pada penelitian Steel (2007) bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung impulsive, mudah teralihkan dan kurang memiliki kontrol diri. Individu yang baik dalam mengontrol diri akan terhidar dari aktivitas tidak penting yang bisa membuat terjadinya penundaan.

Kontrol diri yang di miliki individu akan membuat mereka merasa memiliki strategi atau mekanisme untuk mengatur dan mengarahkan perilaku. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengatur diri antara bersenang-senang dan tanggung jawab akan proses belajar (Borba, 2008). Dengan adanya kontrol diri, individu akan menjadi lebih mengontrol perilaku melakukan aktivitas lain dari pada mengerjakan tugas dan mengontrol diri dari kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual hufron & Risnawita (2017). Sri & Indri (2014) juga menguatkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah kurang mampu mengendalikan diri dengan baik sedangkan jika individu memiliki kontrol diri tinggi mampu mengelola waktu dengan baik untuk belajar dan mengerjakan tugas.

Dari hasil kategorisasi kontrol diri mayoritas subjek berada pada kategori sedang. Kontrol diri yang mereka miliki akan membantunya dalam mengontrol perilaku dan yang berdampak pada dirinya sendiri. Thompson (dalam Ghufron & Risnawati, 2010) melaskan bahwa kontrol diri memiliki ciri-ciri yang mampu mengontrol perilaku, kemampuan untuk mengatipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan. Salah satu aspek dari kontrol diri yang berhubungan dengan aspek dari prokrastinasi yaitu kontrol prilaku yang memnuat terjadinya kesenjangan rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Mahasiswa yang memiliki kemampuan kontrol perilaku yang baik, akan memiliki tingkat yang rendah terhadap penundaan tugas dan akan mengerjakan serta menyelesaikan tugas

tepat pada waktunya sehingga tidak ada kesenjangan antara rencana dan kinerja intelektualnya.

Pada tabulasi silang antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa terdapat 208 yang memiliki kontrol diri sedang. Kontrol diri berhubungan dengan pengendalian emosi dan semangat dalam diri individu sehingga mampu menjadi lebih baik. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri rendah kurang akan mampu mengendalikan diri dengan baik, oleh karena itu bisa membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Sedangkan jika mahasiswa memiliki kontrol diri tinggi dapat mengelola waktu dengan baik untuk belajar dan mengerjakan tugas (Sri & Indri, 2014). Hal ini sesuai dengan penelitian Husna & Suprihatin (2019) menyatakan bahwa kontrol diri mempunyai hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik dimana kontrol diri memberikan sumbangan efektif besar terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan bisa juga dipengaruhi oleh variabel lain seperti membuang waktu, menghindari tugas yang diterima dan meyalahkan orang lain. Jadi dimana semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki, maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik, dan sebaliknya.

Hipotesa ketiga didapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara self directed learning dan kontrol diri dengan Berdasarkan dari hasil uji regresi berganda antara Self directed learning dan kontrol diri dengan nilai pengujian F (Simultan) adanya nilai yang signifikan artinya hipotesis tersebut diterima. Sehingga secara simultan Self directed learning dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik adanya saling memengaruhi pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. Maka diambil kesimpulan bahwa penelitian ini terdapat hubungan antara Self directed learning dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa kedua variabel bebas secara

bersama-sama berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Dalam penelitian ini kedua variabel menyumbang prokrastinasi akademik sebesar 32% dan sisanya di pengaruhi oleh variabel lain. Individu yang memiliki Self directed learning yang tinggi dan mendapat dukungan dari kontrol diri yang baik akan memiliki prokrastinasi yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Muhid (dalam Aini & Mahardayani, 2011) menyebutkan beberapa aspek yang dapat mempengaruhi mahasiswa yang mempunyai kecenderungan prokrastinasi, antara lain rendahnya kontrol diri, rendahnya harga diri, kesadaran diri, efikasi diri, kecemasan sosial dan kemandirian belajarnya (self directed).

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Ferarri (1995) adalah oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi self directed learning, kontrol diri, harga diri, efikasi diri, kesadaran diri dan self critical. Sementara faktor eksternal meliputi keluarga, teman dan lingkungan sekitar. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah self directed learning. Berdasarkan penelitian Apriyani & Laksmiwati (2014) menunjukkan ada hubungan negatif antara self directed learning dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi self-directed learning maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya.

Selain self directed learning, Kontrol diri juga mempengaruhi prokrastinasi akademik. Kontrol diri di sini lebih bagaimana seorang mahasiswa mengontrol dirinya dari aktivitas tidak penting yang membuat terjadi penundaan tugas seperti halnya bermain hp berjamjam dari pada mengerjakan tugas. Berdasarkan penelitian Husna & Suprihatin (2019) menyatakan bahwa kontrol diri mempunyai hubungan yang negatif dengan prokrastinasi akademik dimana kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 12,6% terhadap prokrastinasi akademik,

sedangkan 87,4% dipengaruhi oleh variabel lain seperti membuang waktu, menghindari tugas yang diterima dan meyalahkan orang lain. Jadi dimana semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki, maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uji koefisien determinasi pada variabel self directed learning dan kontrol diri masing-masing menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Koefisien determinasi menunjukkan hasil sebesar 32% kontribusi self directed learning dan kontrol diri terhadap terbentuknya prokrastinasi akademik. Dapat dikatakan bahwa kedua variabel bebas dalam penelitian ini menjadi komponen yang harus dimiliki individu untuk dapat mengurangi prokrastinasi akademik. Dengan kata lain kedua variabel independent tersebut dapat digunakan untuk memprediksi terjadinya prokrastinasi akademik. Azhari & Ibrahim (2019) juga menyatakan bahwa kontrol perilaku pada mahasiswa dalam mengendalikan situasi dan menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki berkategori rendah. Dari temuan penelitian ini, tidak semua mahasiswa mampu mengontrol perilaku mengerjakan tugas tepat waktu dengan baik karena pada kenyataannya sebagian mahasiswa masih menunda-nunda untuk mengerjakan tugas, sehingga perlu ditingkatkan kontrol diri baik itu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

Sama halnya dengan self directed learning bahwa dapat mengelolah seluruh proses belajarnya dan mahasiswa yang self directed learningnya tinggi akan memiliki inisiatif sendiri, manajemen belajarnya dengan baik dan bertanggung jawab atas tugas-tugasnya. Selain itu pada penelitian Muyana (2018) menjelaskan bahwa inisiatif sendiri membantu individu dalam memutuskan sesuatu yang benar tanpa harus diberi tahu oleh orang lain. Inisiatif sendiri dalam penelitian ini memberikan kontribusi sebesar 17% terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Maka, untuk meraih hasil yang maksimal dalam proses belajar, mahasiswa harus memiliki keterampilan dalam mengelola seluruh proses belajarnya sendiri dengan baik.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Tidak terdapat hubungan antara *self directed learning* dengan prokrastinasi akademik, maka diartikan *self directed learning* tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik.
2. Terdapat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, Semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik.
3. Terdapat hubungan antara *self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, semakin tinggi *self directed learning* dan kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

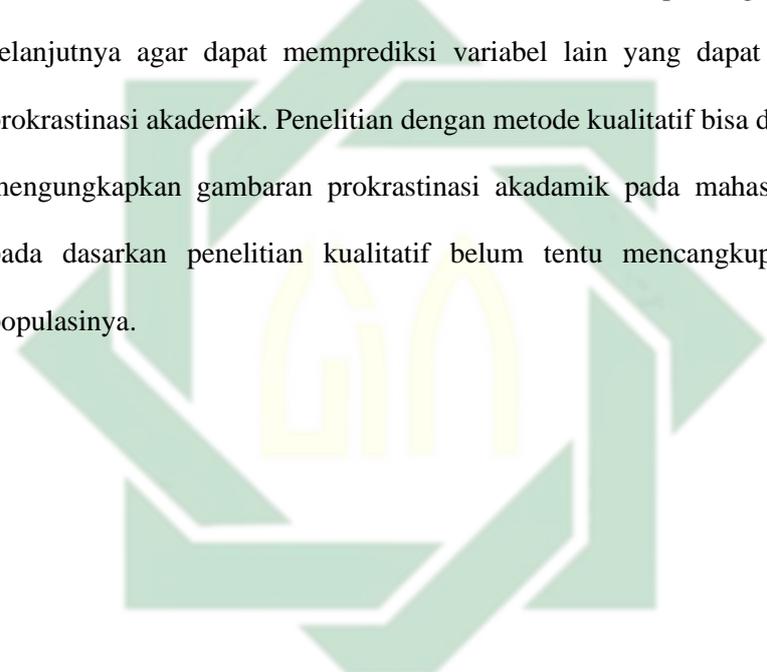
#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran antara lain :

1. Untuk mahasiswa dapat menumbuhkan *self directed learning* dan kontrol diri dengan cara meningkatkan motivasi diri sehingga peran dari orang sekitar juga mempengaruhi individu untuk termotivasi belajarnya dan dukungan orang tua memberikan anak semangat untuk belajar agar upaya tersebut individu akan menjadi lebih baik dalam mengelolah seluruh proses belajarnya.
2. Untuk perguruan tinggi harus bekerja secara optimal dengan mengembangkan seluruh potensi, energi dan sumber daya yang dimiliki untuk mencapai standar mutu kelulusan yang baik sehingga memuaskan masyarakat dan untuk menimbah ilmu

yang sangat membantu mahasiswa dalam kompetensi.

3. Untuk penelitian selanjutnya, penelitian ini hanya melihat hubungan antara variabel *self directed learning* dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Kategori rendah, sedang dan tinggi pada variabel prokrastinasi akademik hanya dilihat dari dimensi alat ukur sehingga tidak dapat menggambarkan apa saja dimensi prokrastinasi akademik. Penelitian ini memberikan peluang untuk peneliti selanjutnya agar dapat memprediksi variabel lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Penelitian dengan metode kualitatif bisa dilakukan untuk mengungkapkan gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa walaupun pada dasarnya penelitian kualitatif belum tentu mencakup berapa besar populasinya.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriansah. (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 Saifudin Jambi. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*.
- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa universitas muria kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*.
- Akinsola, T., & Tella. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Journal of Mathematics, Science & Technology Education*.
- Albaar, Z. (2015). Pengaruh Self-Directed Learning berbasis Teknologi Informasi Terhadap Keterampilan Berpikir Kritis dan Kemandirian Belajar Siswa Kelas XI IPA Di SMA Negeri 1 Palu. *PALU: Jurnal Sains Dan Teknologi Tadulako*, 4.
- Alvira, M. (2013). *Keefektifan teknik self management untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa SMP*.
- Anam, K. (2017). Hubungan Antara Konformitas dan Dukungan Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 2 Samarinda. *EJournal Psikologi*.
- Anggunan, Lestari, S. M. P., & Pangestu, B. A. (2020). Hubungan Self Directed Learning Readiness (*SELF DIRECTED LEARNING*) Dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2.
- Apriyani, & Laksmiwati. (2014). Self Directed Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 5.
- Asiyah. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2.
- Azhari, D. T., & Ibrahim, Y. (2019). Self-control of Student who tend to Academic Procrastination. *Jurnal Neo Konseling*, 1. <https://doi.org/10.24036/00109kons2019>
- Azwar, S. (2000). *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basilisa, G., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan Antara Kemandirian Belajar dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Santo Kristoforus 1 Jakarta. *JURNAL Psiko-Edukasi*, 19(2), 140–15
- Borba, M. (2008). *Membangun kecerdasan moral (tujuh kebijakan utama agar anak bermoraltinggi)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Darmayanti, T. (1993). Readiness For Self-Directed Learning and Achievment Of The Indonesian Open Learning University. *Victoria: University of Victoria, BC*.
- Ergene, O., & Kurtca, T. T. (2020). Pre-Service Mathematics Teachers' Levels of

- Academic Procrastination and Online Learning Readiness. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 8(4).
- Faizah, S. R. I., Pamungkasari, E. P., & Randita, A. B. T. (2016). Hubungan antara Self- directed Learning Readiness (*SELF DIRECTED LEARNINGR*) dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Nexus Pendidikan Kedokteran Dan Kesehatan*, 5.
- Fajarwati, S. (2015). Hubungan Antara Self Control Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa BK UNY Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8.
- Fatmala, & Nurwidawati. (2016). Perbedaan Prokrastinasi Akademik dan Kemandirian Belajar pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler dan Siswa yang tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Kelas X di SMKN 2 Blitar. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 4.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Ferari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.
- Gerung, N. J. (2012). Conceptual Learning and Learning Style. *Journal Uniera*, 1.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, & Risnawita. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Ghufron, M Nur, & Risnawita, R. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Ghufron, M.N, & Risnawati, R. . (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Gibbons, M. (2002). *The Self-Directed Learning Handbook: Challenging Adolescent Students To Excel*. United States of America: Jossey-Bass.
- Gufon, R. (2014). *Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa IPA MAN Malang I Kota Malang*.
- Guglielmino, L. M., & Guglielmino, P. J. (2003). *Identifying Learners Who Are Ready for e- Learning and Supporting Their Success* (Piskurich & G. M. (Ed.), Eds.). San Francisco: Pfeiffer.
- Gunawan, H. (2016). *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi*. Bandung: Alfabeta.
- Husna, F., & Suprihatin, T. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 1 Semarang. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu)*.
- Jansen, A. E. (2015). Locus of Control and Procrastination. *Journal Epistimis*, 6.
- Margono. (1997). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Marliyah, L., & Novera, D. A. (2017). The Role Of Self Control To Mediate The Influence Of Achievement Motivation Towards Academic Procrastination. *Unnes Science Education Journal*.
- Muda, D. (2020). Curhat Mahasiswa UTU Terkait Kuliah Online: Psikis Kami Tertekan. <https://www.ajnn.net/news/curhat-mahasiswa-utu-terkait-kuliah-online-psikis-kami-tertekan/index.html>.

- Muhid, A. (2006). Hubungan Self-Control dan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Paramedia*.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik* (D. N. Hidayat (ed.)). Zifatama Jawa.
- Mulyana, S. (2018). *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling*.
- Mundir, H. (2012). *Statistik Pendidikan*. Jember: STAIN Jember Press.
- Murad, H., & Varkey, P. (2004). Self Directed Learning in Health Professions Education. *SelfDirected Learning in Health Professions Education*.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*.
- Paiman, M. (2019). *Teknik Analisis Korelasi dan Regresi Ilmu-Imu Pertanian*. Yogyakarta: UPY Press.
- Reni Oktaviana Cahyanti. (2020). *Hubungan Self Control dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*.
- Rohmyni, F. (2020). *Kelebihan dan kekurangan PJJ di masa pandemi covid-19*.
- Setyawati, S. P. (2015). Keefektifan Model Pembelajaran Inquiry Based Learning Untuk Meningkatkan Self Directed Learning Mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional*.
- Sihyati, T. . (2019, April 20). *Mengatasi Kebiasaan Menunda Tugas/Prokrastinasi pada Pelajar*. Retrieved from <http://www.rakyatpos.com/mengatasi-kebiasaan-menunda-tugasprokrastinasi-pada-pelajar.html/>
- Solopos. (2021). Belajar sistem kebut semalam efektif. <https://www.solopos.com/belajar-sistem-kebut-semalam-efektif-ini-penjelasan-ahli-1110362>
- Sri, M., & Indri. (2014). *Hubungan kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik padasiswa kelas VII MTS Tarbiyatul Islamiyah Jakenan semester genap tahun pelajaran 2014/2015*.
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review Of Quintessential SelfRegulatory Failure. *Psychological Association*.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanti, E., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa. *Character*.
- Syahputri, N., Alfina, O., Indriani, U., & Tahel, F. (2018). Enhancement of Independence and Students Learning Outcomes by Using Self-Directed Learning. *International Conference on Cyber and IT Service Management*.
- Trigunawan, A., Rahayu, I. W., & Andarsyah, R. (2020). Regresi Linier untuk Prediksi Jumlah Penjualan terhadap jumlah Permintaan. *Informatic Research Center*.
- Wahyu, D. N. (2019). Hubungan Kemandirian Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo*, 7.
- Wijayanti, L. N. (2020). *Analisis Permasalahan Mahasiswa FKIP UMS dalam Penyelesaian Skripsi Selama Pandemi COVID-19*.
- Wulandari, M., Umaroh, S. K., & Mariskha, S. E. (2020). Pengaruh Efikasi Diri

Dan Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motiva : Jurnal Psikologi*.  
Yudhistiro. (2016). Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar pada Siswa yang Aktif dalam Kegiatan Ekstrakurikuler. *Psikoborneo*.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A