

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA
PANGUDI LUHUR SANTO YOSEF SURAKARTA**



Disusun Oleh :

ANDIKA RIAN TO PUTRA
(11120154K)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2019**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA
PANGUDI LUHUR SANTO YOSEF SURAKARTA**

SKIPSI



Disusun Oleh :

**ANDIKA RIANTO PUTRA
(11120154K)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SETA BUDI
SURAKARTA
2019**

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA
PANGUDI LUHUR SANTO YOSEF SURAKARTA**

Oleh :

Andika Rianto Putra
11120154K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi
sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh
derajat gelar sarjana Psikologi

Pada tanggal :

2 Agustus 2019

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi

Dekan,



Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

- 1) Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si.
- 2) Prilya Shanty Andrianie, M.Psi., Psikolog
- 3) Sujoko, S.Psi., S.Pd.I, M.Si.

Tanda Tangan

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Andika Rianto Putra

NIM : 11120154K

Program Studi : S1 Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan perilaku Prokrastinasi Akademik pada siswa SMA Pangudi luhur Santo Yosef Surakarta.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti skripsi ini hasil plagiat, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku

Surakarta, 2 Agustus 2019

Yang membuat pernyataan,



Andika Rianto Putra
11120154K

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

Kedua orang tuaku yang selalu mendoakan, memberi motivasi, nasehat dan dukungan, juga untuk ketiga adikku yang selalu mendukung dan memberi semangat. Dan terlebih khusus untuk Dosen pembimbing yang mau meluangkan waktu.

MOTTO

“ karena itu, perhatikanlah dengan seksama, bagaimana kamu hidup, janganlah seperti orang bebal, tetapi seperti orang arif, dan pergunakanlah waktu yang ada karena hari-hari ini adalah jahat “ (Efesus 5:15-16)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus karena atas kasih dan penyertaan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Hubungan antara Self-Regulated Learning dengan Perilaku Prokratinasi Akademik Siswa SMA pangudi luhur Santo Yosef Surakarta “. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dan kelemahan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan karena adanya bimbingan, dorongan dan beserta bantuan dari berbagai pihak baik moril maupun materil. Oleh karena itu penulis pada kesempatan ini ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya atas segala bantuan yang telah diberikan terutama kepada :

1. Bapak Dr. Ir Djoni Tarigan, MBA rektor Universitas Setia Budi Surakarta
2. Bapak Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Bapak Patria Mukti, S.Psi., M.Si selaku sekretaris Fakultas S1 Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
4. Ibu Prilya Shanty Andrianie M.Si, Psi selaku Ketua Program Studi dan dosen pembimbing pendamping yang telah bersedia meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan, serta saran dengan penuh kesabaran dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Aditya Nanda Priatama, S.psi., M.Si. Selaku dosen pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan, serta saran dengan penuh kesabaran dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.
6. Bapak sujoko, S.pd.I, S.psi, M.Si, selaku dosen Pembimbing Akademik dan penguji yang selalu meberikan arahan, saran, motivasi juga masukan agar skripsi ini menjadi kaya dan berkembang.
7. Bapak Yustinus Joko, S.psi,. M.psi, Bapak Mohammad Khasan, S.psi, M.Si, Ibu Rosita Yuniati M.Si, Psi, Ibu Dra. Endang Widyastuti, MA, Selaku bapak dan ibu dosen yang telah memberikan ilmu dan bimbingan dalam menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
8. Bapak Suyanto, SE yang telah memberikan bantuan dalam proses administrasi sehingga skripsi ini dapat berjalan lancar.
9. Yayasan SMA Pangudi luhur Santo Yosef Surakarta yang telah memberikan izin penelitian.
10. Kepala sekolah yang telah memberikan ijin serta siswa-siswi yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian.
11. Keluarga (orang tua dan adik) yang telah memberikan dukungan materil maupun non materil.
12. Rekan-rekan satu angkatan juga teman-teman (adik dan kakak tingkat) Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta yang selalu berbagi ilmu pengetahuan dan senantiasa memberikan semangat dalam pengerjaan dan terselesaikannya skripsi ini.

13. Jemaat Gereja GBIS Pengging serta pdt. Yayuk yang selalu mendoakan, memberikan semangat juga bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

14. Sahabat- sahabat lain yang belum sempat tertulis satu persatu dalam karya tulis ini yang secara tidak langsung memberikan semangat, motivasi juga bantuan dalam menyelesaikan karya tulis ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat diterima dan berguna bagi pembacanya. Penulis juga berharap skripsi ini menjadi berkat dan membawa manfaat bagi semua orang.

Surakarta, 02 Agustus 2019

Penulis

Andika Rianto Putra

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHANAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Prokrastinasi Akademik	10
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	10
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	11

3.	Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik	12
B.	<i>Self – Regulated learning</i>	14
1.	Pengertian <i>Self- Regulated learning</i>	14
2.	Aspek-aspek <i>self-regulated learning</i>	16
C.	Hubungan antara <i>Self-regulated Learning</i> dengan perilaku Prokrastinasi Akademik	18
D.	Hipotesis	22
BAB III	METODE PENELITIAN	24
A.	Identifikasi Variabel	24
B.	Definisi Konsep dan Operasional	24
1.	Prokrastinasi	24
2.	<i>Self-Regulated Learning</i>	25
C.	Populasi dan Sampel	25
1.	Populasi	25
2.	Sampel	26
D.	Metode Pengumpulan Data	27
1.	Skala prokrastinasi akademik	27
2.	<i>Skala self-regulated learning</i>	28
E.	Validitas	31
F.	Reliabilitas	31
G.	Metode Analisis Data	32
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A.	Persiapan Penelitian	34

1. Orientasi Kancan Penelitian	34
2. Proses Perijinan dan Persiapan alat ukur	35
3. Pelaksanaan Uji coba alat ukur	36
B. Pelaksanaan Penelitian	40
C. Deskripsi Data Penelitian	41
1. Deskripsi Subjek Penelitian	41
2. Deskripsi Data Penelitian	41
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	43
1. Uji Normalitas	43
2. Uji Linearitas	44
3. Uji Hipotesis	44
E. Pembahasan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Perilaku Prokrastinasi pada siswa SMA P.L Santo Yosef	3
Gambar 2. Hubungan <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Perilaku prokrastinasi ..	20

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Blue Print Perilaku Prokrastinasi	28
Tabel 2. Blue print <i>Self-regulated learning</i>	30
Tabel 3. Data Jumlah Siswa SMA St. Yosef Surakarta bulan Februari 2019	35
Tabel 4. Blue Print Perilaku Prokrastinasi Sebelum Uji Coba	37
Tabel 5. Blue Print Perilaku Prokrastinasi Setelah Uji Coba	38
Tabel 6. Blue print <i>Self-regulated learning</i> Sebelum Uji coba	39
Tabel 7. Blue print <i>Self-regulated learning</i> Setelah Uji coba	39
Tabel 8. Data Jumlah Siswa yang dipakai sebagai Sampel Penelitian	40
Tabel 9. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 10. Deskripsi data hasil Penelitian	41
Tabel 11. Norma Kategori Skor Subyek	42
Tabel 12. Deskripsi Kategori Prokrastinasi Akademik	43
Tabel 13. Deskripsi Kategori <i>Self-Regulated Learning</i>	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kuesioner Penelitian sebelum uji coba	55
Lampiran 2. Data uji coba Prokrastinasi Akademik.....	63
Lampiran 3. Data uji coba <i>self regulated learning</i>	65
Lampiran 4. Tabulasi data uji coba skala prokrastinasi	67
Lampiran 5. Tabulasi data uji coba skala	74
Lampiran 6. Skala Penelitian setelah Uji Coba	79
Lampiran 7. Data Penelitian <i>self regulated learning</i>	87
Lampiran 8. Data Penelitian prokrastinasi	90
Lampiran 9. Deskripsi data Empirik dan Uji Asumsi	93

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA
PANGUDI LUHUR SANTO YOSEF SURAKARTA**

**Andika Rianto Putra
11120154K**

ABSTRAK

Penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah memiliki dampak negatif dalam hasil belajar dan penurunan prestasi akademik, sehingga diperlukannya pengaturan waktu, motivasi dan pengendalian sistem belajar yang baik.

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Pangudi Luhur St. Yosef Surakarta, Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif . Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA Pangudi Luhur St. Yosef Surakarta yang berjumlah 77 orang. Pengambilan data menggunakan dua skala, skala *self regulated learning* dan skala prokrastinasi akademik Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson dengan bantuan *SPSS 25.0 for windows release*.

Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,817$ dengan $p = 0,000 (p < 0.05)$. Hal tersebut membuktikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci : *self regulated learning*, Prokrastinasi akademik

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATED LEARNING AND ACADEMIC
PROCRASTINATION BEHAVIOR IN PANGUDI LUHUR SANTO YOSEF
SENIOR HIGH SCHOOL SURAKARTA**

**Andika Rianto Putra
11120154K**

ABSTRACT

Delays in doing school assignment will have a negative impact on learning outcome and a decrease in academic achievement, so that time management, motivation and control of learning systems are needed.

This study aims to determine the relationship between self regulated learning and academic procrastination by student in senior high school Pangudi Luhur St. Yosef Surakarta. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between self regulated learning and academic procrastination by those student.

This study uses a quantitative method. 77 student in senior high school Pangudi Luhur St. Yosef Surakarta. are selected as research subjects. the data collected with two scale, self regulated learning scale and academic procrastination scale. Meanwhile, the method of data analysis is Karl Pearson's product-moment correlation supported by SPSS 25.0 for windows release.

The result of the analysis shows that the correlation coefficient is $r_{xy} = -0,817$ with $p=0.000$ ($p < 0.05$). It proves that there is a significant negative relationship between self regulated learning and academic procrastination, so the hypothesis proposed in this study is accepted.

Keyword : self regulated learning, academic procrastination

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kunci utama dalam meningkatkan kualitas individu dalam kehidupannya. Dunia pendidikan dituntut untuk dapat menghasilkan individu yang memiliki daya saing yang tinggi, dan mampu menjawab tuntutan-tuntutan perubahan pada masyarakat pasca modern saat ini. Pemerintah Indonesia memberikan wadah pada masyarakat untuk mendapatkan pendidikan dengan baik lewat sekolah-sekolah yang telah disiapkan berdasarkan jenjang pendidikan yang ditempuh. Sekolah menengah atas (SMA) adalah salah satu pendidikan formal yang telah disiapkan pemerintah dengan tujuan untuk mempersiapkan siswa menjelang pendidikan tinggi.

Siswa SMA diharapkan dapat memiliki kemampuan-kemampuan yang baik dalam melaksanakan tugasnya sebagai pelajar, agar dapat dan mampu menjadi lulusan yang bukan hanya terampil namun dapat optimal dalam setiap tuntutan-tuntutan yang dihadapi windayati (dalam Setyawan, Dkk, 2010). Untuk dapat memenuhi tuntutan-tuntutan tersebut siswa harus dapat menyelesaikan tugas-tugas belajarnya dengan baik. Siswa tersebut harus datang tepat waktu, mengumpulkan tugas tepat waktu, mengikuti pelajaran dengan baik sesuai jadwal, dan juga mematuhi setiap peraturan yang telah ditentukan oleh pihak sekolah.

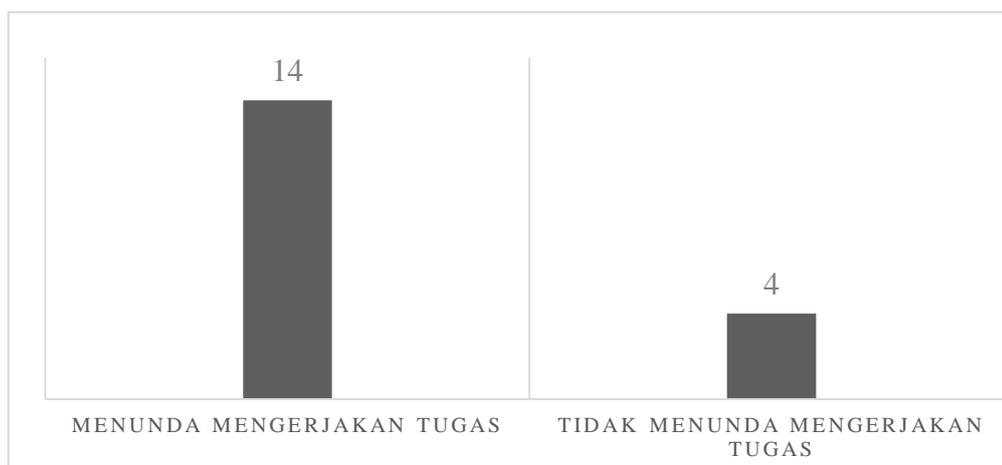
Walaupun demikian setiap siswa memiliki perilaku yang beragam, dan hal tersebut mempengaruhi tingkat keberhasilan yang diperoleh. Siswa yang memiliki perilaku belajar yang baik adalah siswa yang sadar akan tanggung jawab yang harus diselesaikan olehnya sebagai seorang pelajar. Menurut Silver (dalam Gufron, 2012) Ketika siswa termotivasi untuk belajar, seringkali hal tersebut hanya terhenti sampai kepada tahapan kognitif dan ketika sampai pada tingkat yang nyata, maka siswa tersebut tidak dapat mengaplikasikan motivasinya dengan benar. Siswa seringkali akan menunda-nunda setiap tugas dan kegiatan yang telah diberikan dengan berbagai alasan sehingga waktu yang diberikan tidak dipergunakan dengan baik.

Siswa SMA seringkali mengabaikan dan tidak memanfaatkan waktu luangnya dengan baik, sebagian besar dari waktu luangnya itu tidak dipergunakan untuk belajar tetapi mengerjakan kegiatan yang lain, seperti menonton tv atau bermain *game online*. (Savira dalam Alvina, 2014). Adapun tugas dari sekolah yang seharusnya dapat diselesaikan tepat waktu menjadi tertudah penyelesaiannya dan pada akhirnya tugas tersebut menjadi terbengkalai ataupun mendapatkan hasil yang tidak maksimal. Pemikiran siswa yang keliru tersebut akan mengakibatkan timbulnya masalah-masalah akademik, salah satunya yaitu prokrastinasi. Prokrastinasi adalah perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dikerjakan (Gufron, 2010).

Prokrastinasi yang terkait dengan akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik dapat ditemukan hampir disetiap lingkungan akademisi, bahkan penelitian Qun (2011) menyebutkan

75% pelajar di luar negeri melakukan prokrastinasi dalam pengaturan waktu belajar, dan menyelesaikan tugas sekolah. Hasil penelitian serupa ditunjukkan oleh Salomon dan Rothblum (dalam McClosky, 2011) diketahui bahwa siswa melakukan prokrastinasi secara bervariasi terhadap tugas akademik yang dikerjakannya. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan 46% siswa di luar negeri melakukan prokrastinasi dalam menulis tugas akademiknya, 27,6% melakukan prokrastinasi terhadap belajar dalam menghadapi ujian, 10,6% melakukan prokrastinasi dalam tugas membaca, dan 23% melakukan prokrastinasi dalam presentase kehadirannya di dalam kelas.

Hal tersebut juga ditemukan oleh penulis berdasarkan hasil survei awal menggunakan *close-ended question* kuesioner di SMA P.L Santo Yosef dengan pemilihan responden secara acak terhadap 18 siswa kelas X, XI dan XII ditemukan hasil berupa 14 siswa atau sebanyak 78% memilih menunda mengerjakan tugas yang diberikan dan 4 siswa atau sebanyak 22% tidak menunda tugas yang diberikan.



Gambar 1.
Diagram Perilaku Prokrastinasi pada siswa SMA P.L Santo Yosef

Hasil tersebut juga diperkuat dengan wawancara penulis terhadap tiga orang siswa-siswi kelas X dan XI SMA St. Yosef Surakarta.

,..... “ itu si kak, aku kan terlalu banyak tugas, PR la, terus tugas presentasi jadi kadang aku malas kak ngejain itu, soalnya banyak banget aku jadi susah main. Kan aku suka main game online juga kak jadi nanti habis main baru aku kerjain. Tapi kadang aku ngerjain pas nanti di sekolah sama temen-temen sebelum dikumpul. Hehehehe Tau aja kan kak anak sma gimana (AB, 15 Tahun, tgl 02 Oktober 2018)”.

,..... “susah soalnya ngatur waktu, soalnya ikut eskul kan basket gitu, jadi kadang kan latihan terus ikut lomba-lomba gitu. Jadi ya kadang tugas nanti dikerjain pas pulang rumah itupun kalo ingat hehehe, soalnya capek banget lo kitanya (YB, 15 Tahun, tgl 02 Oktober 2018)”.

mereka mengatakan bahwa sering melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru, hal tersebut dikarenakan kurang dapatnya mengatur waktu belajar dengan banyaknya kesibukan internal di sekolah.

,.... “ itu lo kak guru kimia itu bikin bete, itu lo ngak enak ngajarnya. Bikin bosan banget la aku ngak ngerti bapaknya nerangin apa, jadi pas dikasih tugas males bikinya....itu temen-temen juga semua males bikin tugas, gurunya gitu si. Pengenya si ya gurunya nguba metode belajarnya gitu maunya si kak biar kita lebih semangat gitu biar ngak banyak pr. Kita kan uda ikut banyak eskul jadi agak sibuk juga, trus ngerjain tugasnya.... (MA, 14 Tahun, tgl 02 Oktober 2018)”.

Salah satu dari siswa juga memberikan alasan melakukan penundaan atau prokrastinasi dikarenakan guru mata pelajaran tertentu kurang dapat interaktif dalam mengajar, dan terlalu banyak memberikan tugas, akibatnya siswa tersebut tidak dapat mengerti dan melakukan penundaan dalam mengerjakan tugasnya.

Permasalahan penundaan atau prokrastinasi akan berdampak buruk terhadap potensi dan waktu yang dimiliki siswa, sehingga tidak menutup kemungkinan akan menghambat prestasi belajar siswa tersebut (Savira dalam

Alvina, 2014). Prokrastinasi akan menyebabkan terlewatnya berbagai kesempatan dan peluang yang dapat diraih oleh siswa. Bahkan prokrastinasi dapat menimbulkan tingginya depresi dan kecemasan serta rendahnya harga diri yang berdampak negatif bagi siswa (Salomon dalam Aziz, 2015). Oleh karena itu sudah seharusnya siswa memiliki kemampuan dan keterampilan untuk mengatur kegiatan belajar, menentukan tujuan, dan motivasi agar dapat mengontrol perilaku belajar sehingga masalah prokrastinasi dapat ditangani.

Masalah belajar adalah masalah pengaturan diri, dan kemandirian siswa dalam mengatur waktu belajar dan mengontrol jam belajar. Siswa yang dapat mengontrol waktu belajarnya akan dapat meningkatkan motivasi dalam belajarnya, mengatur emosinya dan juga dapat mengembangkan pengetahuan yang diperolehnya (Santrock, 2007). Kemampuan siswa dalam mengatur dirinya dalam proses belajar disebut dengan *Self-Regulated Learning* (SLR), SLR adalah proses proaktif yang digunakan siswa untuk memperoleh keterampilan akademis, yaitu : pertama menetapkan tujuan, kedua memilih dan menggunakan strategi, dan ketiga ialah kemampuan untuk memantau efektifitas dirinya sendiri dalam proses belajar (Maria, 2012).

Pengaturan diri siswa dalam proses belajarnya sangat tergantung dari motivasi dan tujuan yang dimilikinya, dimana motivasi digunakan siswa untuk melaksanakan strategi SLR dalam proses belajarnya. Siswa akan cenderung lebih efisien dalam mengatur waktu jika mereka dapat menumbuhkan motivasi untuk belajar dengan baik dan berprestasi. Hal positif dari motivasi tersebut membuat siswa dapat menghindari prokrastinasi atau penundaan dalam

belajarnya (Cobb dalam Rola, 2008). Hal konkrit dari penerapan SLR yang sederhana adalah pemilihan jurusan pada SMA seperti ilmu pengetahuan alam, dan ilmu pengetahuan sosial. Pemilihan tersebut bertujuan untuk menunjang cita-cita siswa dan bagaimana siswa mengambil keputusan dalam proses akademik selanjutnya.

Pengambilan keputusan sangat diperlukan oleh siswa untuk menerapkan SLR dengan baik dimana beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengambilan keputusan yang baik mempengaruhi perilaku siswa, dimana siswa dapat mengontrol dirinya serta pilihannya untuk dapat menjalankan SLR dengan baik agar dapat menghindari prokrastinasi (Lee, Dkk. 2006). Salah satu penelitian mengenai prokrastinasi mengemukakan penelitiannya akan dampak dari prokrastinasi yaitu : tidak efektifnya jam belajar, kegagalan untuk berprestasi, harga diri yang rendah, depresi dan kecemasan. (Trezza, 2008). Dilihat dari dampak yang dapat dihasilkan oleh prokrastinasi, seharusnya prokrastinasi tidak perlu untuk dilakukan.

Secara ideal, siswa seharusnya memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol cara belajarnya dan membuat sebuah tujuan akhir belajarnya dengan baik (Alvina, 2014). Untuk itu *Self-regulated learning*, menjadi penerapan alternatif dalam proses akademisi siswa, dimana siswa dapat mengaktifkan pikiran dan motivasinya untuk mencapai tujuan belajar (Pintrich, Dkk, dalam Mastuti, 2009), sehingga hal tersebut memungkinkan untuk mendorong siswa lebih baik dalam belajar dan mampu mengendalikan

dirinya dalam proses belajar yang dihadapi. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *Self-regulated learning*, terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA Pangudi Luhur Santo Yosef di Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang didasarkan oleh latar belakang permasalahan diatas adalah : Apakah terdapat Hubungan antara *self-regulated learning* dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa Pangudi Luhur St. Yosef Surakarta ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini secara khusus bertujuan untuk mengetahui dan membuktikan Hubungan antara *self-regulated learning* dengan perilaku prokrastinasi akademik.

D. Manfaat Penelitian

Dari gambaran pendahuluan hingga tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara kolektif baik untuk keilmuan (teoretis) atau untuk penelitian dan subjek penelitian (praktis). Manfaat tersebut adalah :

1. Secara teoritis dapat memberikan sumbangan untuk menambah wawasan keilmuan dan pengetahuan bagi masyarakat umum serta pengetahuan ilmu psikologi, khususnya bidang psikologi pendidikan dan sosial.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu :

- a. Bagi masyarakat umum

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan mengenai konsep *self-regulated learning* dalam kajian psikologi pendidikan dan sosial, juga dapat memberikan pengertian pentingnya pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi siswa SMA.

- b. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan referensi untuk penelitian selanjutnya dalam ranah psikologi pendidikan dan sosial.

- c. Bagi siswa dan orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi orang tua mengenai pentingnya meminimalisir tingkat prokrastinasi anak dalam ranah akademik. Dan bagi siswa dapat menjadi masukan untuk dapat menerapkan *self-regulated learning* dalam kegiatan akademiknya sehingga dapat mencapai kesuksesan akademiknya.