



## Pengaruh Self Regulated Learning Dan Grit Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Penyusun Skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik

Agus Purnomo<sup>1</sup>, Asri Rejeki<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia

---

<i>Received:</i>	15 Desember 2023	<b>Abstrak</b>
<i>Revised:</i>	29 Desember 2023	<i>Giving final assignments or theses causes final semester students to postpone long-term delays, which is called Academic Procrastination. As long as Self-regulated Learning and Grit are maintained and managed well, students prevent delays in working on their thesis, especially at Muhammadiyah University of Gresik. The variables in this study were measured using three measuring instruments, namely the Self-regulated Learning measuring instrument, the Grit measuring instrument, and the academic procrastination measuring instrument, which focuses on a Likert scale model that has been modified using five alternative answer choices. the results of the regression test obtained the equation <math>Y = (97.789 + -.092 + -.799)</math>. This means the equality of the academic procrastination variable, the Self Regulated Learning variable and the Grit variable. Based on the results of the ANOVA test, a significant value of 0.000 was obtained, which means that there is an influence of Self Regulated Learning and Grit on academic procrastination in students writing theses. The results of R square (<math>R^2</math>) show a figure of 0.644, which means that the variables Self Regulated Learning and Grit make an effective contribution of 64.4% to academic procrastination behavior. Meanwhile, the remaining 35.6% is influenced by other factors.</i>
<i>Accepted:</i>	05 Januari 2024	<b>Keywords:</b> <i>Performance Improvement, FMEA Method, Quality of Service</i>

(\*) Corresponding Author: [agusp5226@gmail.com](mailto:agusp5226@gmail.com)

**How to Cite:** Purnomo, A., & Rejeki, A. (2024). Pengaruh Self Regulated Learning Dan Grit Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Penyusun Skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10469234>.

---

### PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya yang bertujuan untuk mengembangkan seluruh potensi dalam diri mahasiswa yang berlangsung seumur hidup sesuai dengan nilai-nilai dan kebudayaan yang ada dalam masyarakat. Pengembangan potensi mahasiswa bukan hanya diperlukan oleh mahasiswa itu sendiri, melainkan juga diperlukan oleh rakyat, bangsa dan negara sebagai konsekuensi individu bagian dari komunitas sosial. Pendidikan individu dapat dilakukan melalui pendidikan formal, non formal maupun informal. Peserta didik yang melanjutkan ke perguruan tinggi bukan lagi dikenal dengan predikat siswa, melainkan mendapat predikat mahasiswa. Mahasiswa merupakan sebutan untuk orang yang belajar di perguruan tinggi Novri,(2021).

Mahasiswa memiliki masa studi yang diatur dalam peraturan akademik dalam waktu 4 tahun. Hal ini juga berlaku pada Universitas Muhammadiyah Gresik. Mengenai persyaratan sebelum lulus kuliah dan memperoleh gelar sarjana, mahasiswa diwajibkan untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir yang harus dipromosikan oleh mahasiswa berupa penelitian sebagai salah satu persyaratan bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana (Munlich Mansur, 2017: 4). Tugas akhir yang dibebankan kepada mahasiswa

Universitas Muhammadiyah Gresik tidak hanya berupa skripsi, tetapi juga berupa Artikel. Dalam hal lain mahasiswa dituntut untuk berkontribusi tidak hanya dalam hal akademik tetapi juga non akademik nya.

Fenomena yang sering menjadi permasalahan pada mahasiswa saat menyelesaikan tugas akhir adalah kebosanan dalam mengerjakan skripsi, proses pengumpulan data yang lama, kesulitan menuangkan ide pikiran ke dalam tulisan, kesulitan membagi waktu dalam pengerjaan dan penyusunan. Sebuah tugas dan kegiatan lainnya, misalnya pekerjaan, kurangnya kemampuan bahasa Inggris untuk membaca literatur yang digunakan dan kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas, kemudian melakukan kegiatan lain untuk menghindari kewajiban sampai tugas tersebut tidak selesai (Fauziah, 2015). Lamanya kelulusan mahasiswa merupakan salah satu indikasi adanya prokrastinasi akademik khususnya di Universitas Muhammadiyah Gresik, karena hal ini juga berpengaruh terhadap akreditasi Universitas Muhammadiyah Gresik.

Prokrastinasi akademik yang terjadi dikalangan mahasiswa di Indonesia cukup tinggi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Mukaromah, Mawo, dan Jamiyanti (2019) di salah satu perguruan tinggi di Bandung, menunjukkan bahwa sebesar 78,4% (40 orang) melakukan prokrastinasi akademik dengan tingkat yang tinggi. Sisanya sebanyak 21,6% (11 orang) dengan tingkat yang sedang. Sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningtiyas, Fasikhah, dan Amalia (2019) menunjukkan perilaku prokrastinasi yang tergolong tinggi, yaitu 52% (52 orang) salah satu Perguruan tinggi di Malang, sisanya 48 mahasiswa (48%) termasuk dalam perilaku prokrastinasi yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi banyak terjadi pada lingkungan yang rendah pengawasan daripada lingkungan yang tinggi pengawasan. Hal ini bisa disebabkan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik berada di lingkungan yang tidak menuntutnya untuk segera menyelesaikan skripsi yang belum selesai. Rendahnya pengawasan dari lingkungan membuat mahasiswa tersebut tidak terkontrol. Mahasiswa yang sering tidak dipantau oleh dosen pembimbing, juga cenderung akan sering melakukan prokrastinasi karena merasa tidak akan ada yang menegurnya Burhani, (2016).

Prokrastinasi akademik akan berdampak negatif karena akan mempersempit waktu untuk menyelesaikan skripsi. Hal ini juga menyebabkan pengerjaan skripsi atau tugas akhir tidak maksimal. Seperti yang diungkapkan (Ferrari jr 2015) prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Selain itu, prokrastinasi juga dapat mengakibatkan timbulnya rasa cemas saat mengerjakan skripsi yang belum selesai. Mahasiswa menjadi kurang teliti dalam pengerjaan skripsi sehingga memungkinkan tingkat kesalahan yang dilakukan tinggi. Apabila hal ini terus berlanjut, maka kegiatan akademik secara keseluruhan mahasiswa akan terganggu bahkan rusak sehingga daya saing mahasiswa menurun karena rendahnya motivasi dan percaya diri. Sebagaimana yang telah disampaikan oleh (Ghufron & Risnawita 2012, : 154) prokrastinasi dapat menyebabkan rasa cemas yang berujung depresi, tingginya tingkat kesalahan dan banyak waktu terbuang. Prokrastinasi juga dapat

merusak kegiatan akademik dan juga menyebabkan rendahnya motivasi dan percaya diri.

Mahasiswa tentu ingin segera bekerja apabila sudah lulus dari studinya. Apabila mahasiswa dapat lulus tepat waktu, mahasiswa tidak perlu merasa khawatir karena kesempatan untuk memilih pekerjaan yang terbaik terbuka lebar dan persaingan dalam mendapatkan pekerjaan tidak terlalu ketat. Berbeda dengan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi, masa studinya yang terlalu lama menyebabkan peluang untuk memilih pekerjaan yang terbaik semakin terbatas, tidak bisa mengambil peluang saat ada tawaran pekerjaan yang menurutnya baik dan harus menghadapi persaingan yang lebih berat daripada mahasiswa yang bisa lulus tepat waktu.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, sebab data yang diperoleh akan diwujudkan dalam bentuk angka-angka. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara acak. Pada penelitian ini, teknik pengambilan data yang digunakan ialah *non probability sampling*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 134 mahasiswa. Sementara itu, Pengumpulan data menggunakan instrumen analisis yang bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang sudah ditetapkan. Penelitian ini bersifat asosiatif kausal yang dimaksudkan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan atau pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Sugiyono 2013: 7-8). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear ganda yaitu teknik analisis regresi dengan dua variabel bebas (*independent variable*). Selanjutnya seluruh proses analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat bantu program komputer IBM *Statistical Program for Social Science (SPSS for windows* versi 22.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Pengukuran Validitas dan Reliabilitas

#### Uji Validitas

Batasan kriteria pemilihan aitem yang berdasar dari korelasi item total yaitu  $r_{ix} > 0,30$ , artinya seluruh daya beda aitem yang mempunyai koefisien korelasi minimal 0,30 dikatakan memuaskan, sedangkan item dengan  $r_{ix}$  atau  $r_{ix} (x-i)$  kurang dari 0,30 dianggap sebagai item dengan daya beda rendah (Sugiono, 2016: 126). Uji daya beda item dalam penelitian ini aitem yang lolos diatas kriteria 0,30 dilakukan 3 kali putaran dengan bantuan program *SPSS versi 22 for windows*. Berikut ini item yang dianggap sah dan gugur pada instrument penelitian Prokrastinasi Akademik.

Tabel 1. Alat Ukur Prokrastinasi Akademik

No	Indikator	F	UF	Jumlah Aitem Sahih
1	Individu Gagal menyelesaikan tugas, serta gagal memprediksi waktu	1*,2	4,6,8	4

2	Tidak konsisten	5,7*,9	3,11,18	5
3	Perasaan tidak menyenangkan	10*,16,17*	12*,13	2
4	Takut gagal, ragu-ragu	19	14,15,20	4
<b>TOTAL</b>				<b>15</b>

**Keterangan : \*Aitem gugur**

Berdasarkan dasarkan tabel diatas dari 20 item pada variabel prokrastinasi akademik terdapat 15 item yang sah sedangkan 5 item yang gugur.

Tabel 2. Alat Ukur *Self Regulated Learning*

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah
1.	Pemikiran Ke Depan	Penetapan Tujuan,	1,2,3,4	17
		Perencanaan Strategi	5,6,7,8	
		Minat Terhadap Tugas	9,10,11	
		Efikasi Diri	12,13,14,15,16,17	
		Strategi Tugas	18,19,20,21,22,23	
		Elaborasi	24,25,26	
		Berfikir Kritis	27,28,29	
2.	Performa	Mencari Bantuan	30,31,32,33	19
		Peningkatan Minat	34,35,36	
		Evaluasi Diri	37,38,39	
3.	Refleksi Diri	Kepuasan Diri/Pengaruh,	40,41,42	6
<b>Jumlah</b>				<b>42</b>

**Keterangan : \*Aitem Gugur**

Berdasarkan dasarkan tabel diatas dari 42 item pada variabel prokrastinasi akademik terdapat 42 item yang sah sedangkan 0 item yang gugur.

Tabel 3. Alat Ukur *Grit*

No.	Aspek	F	UF	Jumlah
1.	<i>Consistency Of Interest</i> (Konsisten minat)	-	1,2,3,4,5,6	6
2.	<i>Perseverance of Effort</i> (usaha ketekunan)	7,8,9,10,11,12	-	6
<b>Jumlah</b>				<b>12</b>

**Keterangan : \*Aitem gugur**

Berdasarkan dasarkan tabel diatas dari 12 item pada variabel prokrastinasi akademik terdapat 12 item yang sah sedangkan 0 item yang gugur.

**Uji Reliabilitas**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pengujian reliabilitas dengan cara menghitung koefisien korelasi reliabilitas *Alpha Cronbach*. Pengujian reliabilitas hasil pengukuran instrument penelitian dilakukan dengan bantuan SPSS 22 for windows.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
0,972	15

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil analisis pada skala prokrastinasi akademik menunjukkan hasil reliabilitas 0,972 yang berarti reliabel. Suatu skala atau instrument penelitian dianggap reliabel hendaknya paling tidak memiliki nilai koefisien reliabilitas 0,70 atau lebih (Sugiono, 2016: 132).

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas *Skala Self Regulated Learning*

Cronbach's Alpha	N of Items
0,996	42

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil analisis pada skala prokrastinasi akademik menunjukkan hasil *reliabilitas* 0,996 yang berarti reliabel. Suatu skala atau instrument penelitian dianggap reliabel hendaknya paling tidak memiliki nilai koefisien reliabilitas 0,70 atau lebih (Sugiono, 2016: 132)

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Grit*

Cronbach's Alpha	N of Items
0,967	12

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil analisis pada skala prokrastinasi akademik menunjukkan hasil reliabilitas 0,967 yang berarti reliabel. Suatu skala atau instrument penelitian dianggap reliabel hendaknya paling tidak memiliki nilai koefisien reliabilitas 0,70 atau lebih (Sugiono, 2016: 132).

### Hasil Uji Asumsi

Sebelum dilakukan pengujian analisis regresi linier berganda terhadap hipotesis penelitian, maka terlebih dahulu perlu dilakukan suatu pengujian asumsi klasik atas data yang akan diolah sebagai berikut :

### Uji Normalitas

Uji Normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal atau tidak (Ghozali, 2021:196). Pengujian dilakukan dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai *monte carlo sig*>0,05. Hasil uji normalitas untuk variabel penelitian disajikan sebagai berikut.

Tabel 7. Uji Hasil Normalitas

	sig
N	134
Prokrastinasi akademik dan <i>self regulated learning</i> dan <i>grit</i>	0,072 <sup>d</sup>

Hasil uji normalitas pada tabel diatas menggunakan uji *monte carlo* diketahui bahwa semua variabel penelitian mempunyai nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yaitu sebesar 0,072 sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian terdistribusi normal (Ghozali, 2021:196).

### Uji Linearitas

Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi (*linearity*) kurang dari 0,05 (Rochmat Purnomo 2016:94).

Tabel 8. Uji Linearitas *Self Regulated Learning* (X<sub>1</sub>) Terhadap Prokrastinasi Akademik (Y)

Variabel	N	Linearity	Keterangan
<i>Self Regulated Learning</i>	134	0,000	Linier

Prokrastinasi akademik

Hasil uji linearitas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dari linearity sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variable prokrastinasi akademik (Y) dengan variable *Self Regulated Learning* (X<sub>1</sub>) (Rochmat Purnomo 2016:94).

Tabel 9. Uji Linearitas *Grit* (X<sub>2</sub>) Terhadap Prokrastinasi Akademik (Y)

Variabel	N	Linearity	Keterangan
<i>Grit</i>	134	0,000	Linier

Prokrastinasi akademik

Hasil uji linearitas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dari *linearity* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variable prokrastinasi akademik (Y) dengan variable *Grit* (X<sub>2</sub>) (Rochmat Purnomo 2016:94).

**Uji Multikolinearitas**

Multikolinearitas adalah antar variabel independen yang terdapat dalam model regresi memiliki hubungan linear yang sempurna atau mendekati sempurna (koefisien korelasinya tinggi atau bahkan 1). Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi sempurna atau mendekati sempurna diantara variabel bebasnya. Konsekuensi adanya multikolinearitas adalah koefisien korelasi tidak tertentu dan kesalahan menjadi sangat besar (Rochmat Purnomo 2016:116). Metode uji multikolinearitas, yaitu: Dengan melihat nilai *tolerance* dan *inflation* factor (VIF) pada model *regresi*.

Tabel 10. Hasil Uji Multikolinearitas

Model	Tolerance	VIF
<i>Self Regulated Learning</i>	,356	2,806
<i>Grit</i>	,356	2,806

Dasar pengambilan keputusan nilai Tolerance dari kedua variabel independen lebih dari 0,1 dan *VIF* kurang dari 10. Hasil uji multikolinearitas dapat diketahui bahwa nilai dari *tolerance* tabel diatas (0,356 > 0,1) dan nilai *VIF* (2,806 < 10), sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam model regresi ini tidak terjadi masalah multikolinearitas.

**Uji Heterokedastitas**

Uji heterokedastisitas digunakan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan variansi dari pengamatan satu kepengamatan yang lain. Dasar pengambilan keputusan dalam Uji *spearman's Rho* adalah signifikansi diatas **0,05** (Rochmat Purnomo 2016:125).

Tabel 11. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Model	Sig
<i>Self Regulated Learning</i>	0,926
<i>Grit</i>	0,706

Hasil uji heteroskedastisitas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi variable *Self Regulated Learning* (X<sub>1</sub>) sebesar 0,926 (0,926 > 0,05) dan variable (X<sub>2</sub>) sebesar 0,706 (0,706 > 0,05). Nilai signifikansi kedua variabel di atas lebih besar dari 0,05 maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji Uji

*spearman's Rho*, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada model regresi.

**Hipotesis**

Berdasarkan hasil perhitungan validitas dan reliabilitas terhadap item-item mengenai prokrastinasi akademik, *Self Regulated Learning* dan *Grit* maka aitemaitem yang tidak sah (gugur) tidak dipergunakan. Data yang berasal dari item-item yang sah dipergunakan untuk analisis data penelitian. Hasil uji *normalitas* menunjukkan bahwa data dari ketiga variabel terdistribusi normal, tidak terjadi multikolinearitas, tidak terjadi masalah heterokedastisitas dan terdapat hubungan yang linear. Pada teknik analisis *regresi* hanya dapat dilakukan untuk mengetahui adanya pengaruh yang signifikan antar variable (Nuryadi,dkk.2017:125) Sehingga peneliti melakukan analisis dengan metode analisis *regresi* menggunakan program IBM *Statistical Program for Social Science (SPSS) for windows* versi 22.

Tabel 12. Koefisien Regresi

		ANOVA <sup>a</sup>				
Model		B	Std error	Beta	T	Sig.
1	<i>Self Regulated Learning</i>	-,259	,021	-,724	-12,048	,000 <sup>b</sup>
	<i>Grit</i>	-1,082	,074	-.788	-14,692	0,000

Nilai *t-statistik* berjumlah untuk mwnguji signifikansi konstruk dengan taraf signifikansi  $\alpha = 5\%$  dianggap signifikansi. Koefisien jalur menunjukkan korelasi antara konstruk, menunjukkan arah positif atau negatif. Berdasarkan tabel diaatas dapat diketahui:

- Pada variabel *Self Regulated Learning* menunjukkan hasil uji t menunjukkan bahwa nilai signifikansi pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap prokrastinasi akademik adalah  $0,000 < 0,05$ .. Dan nilai t hitung  $-12,048 < \text{nilai } t \text{ } 1,978$  maka  $H_0$  1 ditolak dan  $H_{a1}$  diterima .Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima artinya ada pengaruh yang signifikan antara *Self Regulated Learning* ( $X_1$ ) terhadap prokrastinasi akademik (Y) pada mahasiswa yang menyusun skripsi.
- Pada variabel *Grit* menunjukkan hasil uji t menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel *Grit* ( $X_2$ ) terhadap prokrastinasi akademik (Y) adalah  $0,000 < 0,05$  dan nilai t hitung  $-14,692 < \text{nilai } t \text{ } 1,978$ . Maka  $H_{02}$  ditolak dan  $H_{a2}$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ketiga diterima artinya ada pengaruh positif yang signifikan antara *Grit* ( $X_2$ ) terhadap prokrastinasi akademik (Y) pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Tabel 13. Anova *Self Regulated Learning* ( $X_1$ ) Dan *Grit* ( $X_2$ ) Terhadap Prokrastinasi Akademik

		ANOVA <sup>a</sup>				
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	24771,162	2	12385,581	118,554	,000 <sup>b</sup>
	Residual	13685,853	131	104,472		
	Total	38457,015	133			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

Dari tabel diatas dapat disimpulkan nilai signifikansi untuk *Self Regulated Learning* (X<sub>1</sub>) dan *Grit* (X<sub>2</sub>) terhadap prokrastinasi akademik (Y) adalah sebesar 0,000 < 0,05 dan f hitung 118,554 > 3,07 hal tersebut membuktikan bahwa Ho3 ditolak dan Ha3 diterima artinya terdapat pengaruh *Self Regulated Learning* (X<sub>1</sub>) dan *Grit* (X<sub>2</sub>) terhadap prokrastinasi akademik (Y) secara signifikan.

Tabel 14 Koefisien Determinasi

<b>Model Summary<sup>b</sup></b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,803 <sup>a</sup>	,644	,639	10,221

a. Predictors: (Constant), X2, X1

b. Dependent Variable: Y

Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>) digunakan untuk mengetahui prosentasi perubahan variabel tidak bebas (Y) yang disebabkan oleh variabel bebas (X). Jika R<sup>2</sup> semakin besar, maka prosentase perubahan variabel tidak bebas (Y) yang disebabkan oleh variabel bebas (X) semakin tinggi (Nuryadi,dkk.2017:125).

Berdasarkan tabel diatas variabel *Self Regulated Learning* (X<sub>1</sub>) menyumbang pengaruh kepada variabel prokrastinasi akademik (Y) sebesar 0,186 atau 18,6% sedangkan *Grit* (X<sub>2</sub>) sebesar 0,457 atau 45,7%. bisa disimpulkan koefisien dari (X<sub>1</sub>) dan (X<sub>2</sub>) terhadap variabel (Y) sebesar 0,644 atau 64,4%. Sementara itu sisanya sebesar 35,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Rumus uji linier berganda:

$$Y = a + b.x_1 + b.x_2 \dots\dots\dots (1)$$

Keterangan :

Y : Nilai prediksi variabel dependen (prokrastinasi akademik)

a : Konstanta, yaitu nilai Y jika X=0

b : Koefisien regresi, yaitu nilai peningkatan atau penurunan variabel Y yang didasarkan variabel X

X : Variabel independen (*Self Regulated Learning* dan *Grit*).

Hasil persamaanya adalah, Y = (97,789 + -0,092 + -0,799)

**PEMBAHASAN**

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan pendapat Ghufroon & Risnawita (2010) menyebutkan bahwa seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, dikatakan sebagai seseorang yang melakukan prokrastinasi sehingga prokrastinasi dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam penggunaan waktu dan kecenderungan untuk tidak segera memulai pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas yang diberikan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Mukaromah, Mawo, dan Jamiyanti (2019) di salah satu perguruan tinggi di Bandung, menunjukkan bahwa sebesar 78,4% (40 orang) melakukan prokrastinasi akademik dengan tingkat yang tinggi. Sisanya

sebanyak 21,6% (11 orang) dengan tingkat yang sedang. Sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningtiyas, Fasikhah, dan Amalia (2019) menunjukkan perilaku prokrastinasi yang tergolong tinggi, yaitu 52% (52 orang) salah satu Perguruan tinggi di Malang, sisanya 48 mahasiswa (48%) termasuk dalam perilaku prokrastinasi yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Adapun yang sudah diteliti oleh (Maharani, 2020) yang memuat 85 subjek yang diperoleh hasil -0,804 dengan signifikansi  $p = 0,000$ . Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut, pada penelitian ini terdapat korelasi atau hubungan antara variabel prokrastinasi akademik dengan *self-regulated learning*. Hal ini didukung dengan (Salim & Anwar 2021) penelitian ini adalah *Self Regulated Learning* berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik jumlah sampel 80 orang. Memiliki reliabilitas sebesar 0,741 dan skala *Self Regulated Learning* sebesar 0,744.

Hasil analisis menunjukkan F hitung sebesar 146,734 dengan koefisien  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ),  $t = -12,113$ . Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara *Self Regulated Learning* terhadap prokrastinasi akademik Memiliki pengaruh sebesar 65,3% terhadap prokrastinasi akademik ( $R = \text{square} = 0,653$ ). (Nora & mahdya, 2020) melakukan penelitian antara *Grit* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan Sampel acak sederhana dari 324 mahasiswa Hasil mengungkapkan korelasi yang sangat signifikan secara statistik antara *Grit* terhadap prokrastinasi akademik di mana  $P\text{-value} < 0,01$ , juga, *Grit*  $R^2 = 0,659$  atau 65,9%, . Disimpulkan bahwa *Grit* dapat memprediksi prokrastinasi akademik.

Hasil sumbangan variabel *Self Regulated Learning* dan *Grit* terhadap prokrastinasi akademik dalam penelitian ini sebesar 0,644 atau 64,4%. Sementara itu sisanya sebesar 35,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Sovi Septani, 2018) juga sudah melakukan penelitian melibatkan 62 mahasiswa dengan masa studi akhir ,secara signifikan membuktikan bahwa *Grit* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik sebesar 29.3%. ini menjelaskan bahwa tinggi rendahnya *Grit* berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. (Endah 2018) melakukan penelitian melibatkan 158 mahasiswa dengan masa studi akhir ,secara signifikan membuktikan bahwa uji t didapatkan kontribusi atau sumbangan efektif self-regulated learning terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa kebidanan Merauke-Papua sebesar 33,4%.

Tabel 15. Item Prokrastinasi Akademik Yang Banyak Dipilih

No	Dimensi	Indikator	Pernyataan	SS	S	Total
2.	Perceived Time	Gagal menyelesaikan tugas	Saya melewati acara yang diselenggarakan oleh kampus karena saya telat mendaftar atau membeli tiket.	44,4%	31,1%	75,5%

5.	Perceived Time	Gagal memprediksi waktu	Sebuah tugas dapat saya abaikan sehari-hari sebelum saya mengerjakannya.	43,7%	31,9%	75,6%
11.	Emotional Distress	Perasaan tidak menyenangkan	Ketika bersiap melakukan aktivitas di luar kos/rumah, saya tidak pernah melakukan aktivitas lain sebelumnya.	45,9%	30,4%	76,3%

Pada tabel diatas item yang banyak dipilih dari 20 kuesioner prokrastinasi nomer 2 dengan prosentasi 75,5% serta nomer 5 dengan prosentasi 75,6% dan item 11 dengan prosentasi 76,3% . Responden terlalu banyak membuang waktu oleh karna itu setiap menjalani aktivitas yang ada sering melewatkannya.

Tabel 16. Item *Self Regulated Learning* Yang Banyak Dipilih

No	Dimensi	Indikator	Pernyataan	SS	S	Total
1.	Pemikiran kedepan	Penetapan tujuan	Saya menetapkan standar pribadi untuk kinerja dalam pekerjaan saya	16,3%	13,3%	29,6%
6.	Pemikiran kedepan	Perencanaan Strategis	Saya memikirkan beberapa cara untuk memecahkan masalah dan memilih yang terbaik.	13,3%	16,3%	29,6%
38.	Refleksi diri	Evaluasi diri	Saya bertanya pada diri sendiri apakah ada cara lain untuk melakukan sesuatu setelah saya menyelesaikan tugas.	17,8%	12,6%	30,4%

Pada tabel diatas item yang banyak dipilih nomer 1 dengan prosentasi 29,6%, nomer 6 yang sama dengan prosentasi 29,6% serta nomer 38 dengan

prosentasi 30,4%. Hal ini bahwa responden selalu memikirkan yang terbaik bagi diri mereka sendiri.

Tabel 17. Banyak Item Yang Dipilih *Grit*

No	Dimensi	Indikator	Pernyataan	SS	S	Total
3	<i>Consistency Of Interest</i> (konsisten minat)	Mempertahankan minat	Saya menjadi lebih tertarik pada kegiatan baru setiap beberapa bulan kemudian.	28,1 %	11,9 %	40%
4	<i>Consistency Of Interest</i> (konsisten minat)	menetapkan tujuan	Minat saya berubah dari tahun ke tahun	30,4 %	12,6 %	43%
7	<i>Perseverance Effort</i> (usaha ketekunan)	Berusaha keras dalam tantangan	Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk mengerjakannya.	27,4 %	11,1 %	38,5 %

Pada tabel diatas menunjukkan item yang banyak dipilih antara lain nomer 3 dengan prosentase 40% serta nomer 4 dengan prosentase 43% dan nomor 7 dengan prosentase 38,5%. Karena responden selalu tertarik akan hal yang datang tetapi tidak punya tujuan.

## KESIMPULAN

Berdasar dari analisis data menggunakan teknik analisis *regresi linier* berganda yang telah disampaikan oleh peneliti dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu:

Berdasar hasil uji *regresi* didapat persamaan  $Y = (97,789 + -,092 + -,799)$ . Artinya persamaan variabel prokrastinasi akademik, variabel *Self Regulated Learning* dan variabel *Grit*. Berdasar hasil Uji *ANOVA*, diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 yang artinya terdapat pengaruh *Self Regulated Learning* dan *Grit* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Variabel *Self Regulated Learning* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p > 0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh antara *Self Regulated Learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penyusun skripsi. Variabel *Grit* diperoleh 0,000 ( $p > 0,05$ ) artinya terdapat pengaruh *Grit* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penyusun skripsi. Hasil  $R^2$  menunjukkan angka sebesar 0,644 yang berarti variabel *Self Regulated Learning* dan *Grit* memberikan sumbangan efektif sebesar 64,4% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya 35,6% dipengaruhi faktor lain.

## REFERENCES

- A.S, Basri. Hasan. (2017). Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari religiusitas. *Jurnal bimbingan konseling dan dakwah islam* 14 (2), 54-77.
- Aldy Rochmat, Purnomo. (2016). Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis dengan SPSS. Yogyakarta: Fadilatama.
- Alhadi, Said & Agus Supriyanto, “Self-Regulated Learning Concept: Student Learning Progres”, dalam Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan dan Konseling dalam Penguatan Pendidikan Karakter Universitas Ahmad Dahlan tahun 2017.
- Arikunto,S.(2017). Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Arina, Mujahidah. 2014. Hubungan Antara Takut Kegagalan Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.
- Candra, U., Wibowo, M. E., & Setyowani, N. (2014). Faktor – Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung.
- Duckworth, Angela Lee. 2016. *Grit: The Power Of Passion And Perseverance*. New York, NY :Scribber.
- Eka Putri Wahyuningtiyas S., S. S. (2019). Hubungan Manajemen Stres Dengan Perilaku. *RAP UNP vol.10 no 1*, 28-45.
- Fauzia, Hana Hanifah. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 2, No. 2. Bandung.
- Fasikhah, S.S. dan Fatimah, S. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1):145-155.  
<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/download/1364/1459>
- Ferrari, J. (2015). Chronic Procrastination Among Emerging Adults: Factor Structure Of The Greek Version Of The General Procrastination Scale. *Hellenic Journal of Psychology*, Vol. 12 pp. 85-104
- Fontana, RP, Milligan, C, Littlejohn, A & Margaryan, A 2015, 'Measuring self-regulated learning in the workplace', *International Journal of Training and Development*, vol. 19, no. 1, pp. 32-52. <https://doi.org/10.1111/ijtd.12046>.
- Ghozali,I.(2021). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan program IBM SPSS 26 Edisi 10. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hexiang, w. x. (2019). Peer Attachment and Academic Procrastination in Chinese College Students: A Moderated Mediation Model of Future Time Perspective and *Grit*
- Kristiyani, Titik. 2016. Self-Regulated Learning Konsep, Implikasi Dan Tantangannya Bagi Siswa Di Indonesia. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Kuswanto,M.V.(2020). Self-regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir
- Mansnur Bandung. Jurnal, Munslich. (2017). Pengertian skripsi tesis disertai karangan ilmiah  
(<http://machdarhelmi.wordpress.com>) diakses 20 April 2017.

- Mukaromah, e. a. (2018). Hubungan Self Efficacy Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. 126-136.
- Nafeesa. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa yang menjadi anggota organisasi siswa intra sekolah . *Anthropos : jurnal antropologi sosial dan budaya* , 4 (1):53-67
- Novri asri, e. s. (2021). Aktivitas Olahraga Di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap. *Sinta 3*, vol 4 no 1.
- Nuryadi., dkk. (2017). *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: Sibuku Media.
- Risnawita., G. &. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. . Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia Dafpus : 2012
- Rusdi Rusli, n. a. (2021). *Grit In Medical Professional Education Student*. *Jpki*, 1-11.
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 44-49. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.14946>
- Sovi, m. (2018). Pengaruh *Grit* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet
- Wahyuningtiyas, E. P., Fasikhah, S. S., & Amalia, S. (2019). Hubungan Manajemen Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1). <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i1.105006>
- Zimmerman, Barry J. 2011. *Self-Regulated Learning*. ed. Héfer Bembenutty. San Francisco: Jossey-Bass.
- Zimmerman, B. J. (2010). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. <https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501>