

Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS

The Relationship between Self-Regulated Learning and Procrastination in Writing Minithesis among FSSR UNS Students

Habibah Nugraheni Lestari, Salmah Lilik, Aditya Nanda Priyatama

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebalas Maret

ABSTRAK

Skripsi merupakan karya ilmiah yang wajib disusun mahasiswa Sastra-1 sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Hasil penyusunan skripsi yang optimal dapat dicapai salah satunya melalui kemampuan mahasiswa untuk mengatur dirinya atau dengan istilah lain *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* yang baik dapat membantu mahasiswa dalam mengatur, merencanakan, dan mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu, dalam penyusunan skripsi. Mahasiswa perlu memiliki *self-regulated learning* sebagai kemampuan untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi prokrastinasi yang menghambat dalam penyusunan skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa FSSR UNS. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa FSSR UNS angkatan 2007. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 39 mahasiswa FSSR angkatan 2007 yang sedang dalam proses penyusunan skripsi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *purposive incidental sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala *self-regulated learning* dengan skala prokrastinasi penyusunan skripsi. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment Pearson*.

Berdasarkan hasil analisis teknik korelasi *product moment Pearson* diperoleh nilai koefisien korelasi ($r = 0,662$; $p < 0,005$) artinya ada hubungan positif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa FSSR UNS angkatan 2007, yang menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini ditolak. Peran *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa FSSR UNS sebesar 43,8%.

Kata kunci: *self-regulated learning*, prokrastinasi, skripsi, mahasiswa

PENDAHULUAN

Salah satu aspek terpenting dalam kehidupan adalah kesuksesan atau kegagalan dalam bidang pendidikan (Gendron, 2005). Hasil pendidikan perguruan tinggi dapat memengaruhi kesuksesan masa depan dalam segala bidang kehidupan (Dewitte dan Lens, 2000). Salah satu persoalan yang dihadapi perguruan tinggi adalah jumlah lulusan yang tidak sebanding dengan jumlah mahasiswa baru yang masuk, atau dapat disebut dengan fenomena *bottleneck* (Mastuti, 2009). Jumlah mahasiswa yang lulus umumnya

lebih sedikit dibandingkan jumlah yang terlambat lulus (Wijayanti dalam Gunawinata, 2008). Dalam studi perguruan tinggi strata satu, skripsi merupakan tugas akhir bagi mahasiswa sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Manulang, 2004).

Berdasarkan data yang diperoleh dari kantor pusat data dan informasi bagian akademik UNS, sebanyak 3.025 mahasiswa yang lulus pada tahun ajaran 2010/2011, ditemukan fakta bahwa mahasiswa yang lulus kurang dari atau sama

dengan empat tahun masa studi sebanyak 959 mahasiswa, sedangkan mahasiswa yang lulus lebih dari empat tahun masa studi sebanyak 2.066 mahasiswa. Fakta tersebut membuktikan bahwa sebanyak 68,30% mahasiswa UNS menempuh masa studi lebih dari 4 tahun. Penulis juga memperoleh fakta bahwa dalam rentang lima tahun ajaran antara 2006/2007 hingga 2010/2011, Fakultas Sastra dan Seni Rupa merupakan fakultas yang memiliki rata-rata lama studi terlama dibandingkan delapan fakultas lainnya yaitu 5,4 tahun. Kedua terlama adalah Fakultas Teknik dengan rata-rata lama studi 4,7 tahun lalu diikuti oleh Fakultas MIPA dengan rata-rata lama studi 4,6 tahun. Fakta-fakta tersebut memperkuat adanya penundaan yang dilakukan oleh para mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi yang merupakan salah satu syarat untuk mencapai kelulusan.

Kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan dalam dunia psikologi disebut dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi dalam penyusunan skripsi dapat berdampak buruk pada mahasiswa secara keseluruhan, dengan melakukan prokrastinasi, banyak waktu yang akan terbuang sia-sia. Waktu dalam penyusunan skripsi pun menjadi relatif lama bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Berkaitan dengan hal tersebut, mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan, mengatur, dan mengendalikan dirinya agar mencapai tujuan yang diinginkan.

Kemampuan tersebut disebut dengan istilah *self-regulation*.

Menurut Ghufroon (2004), dengan adanya *self-regulation* diharapkan mahasiswa mampu menampilkan serangkaian tindakan yang ditujukan untuk pencapaian target dengan melakukan perencanaan terarah, sehingga prokrastinasi dapat lebih diminimalisir. Jadi semakin tinggi tingkat *self-regulation* maka semakin rendah tingkat prokrastinasi mahasiswa.

Berdasarkan hal tersebut, sebenarnya perilaku prokrastinasi dalam penyusunan skripsi dapat dihindari jika individu memiliki tingkat *self-regulated learning* yang tinggi. Untuk itu, penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai *self-regulated learning* dan prokrastinasi penyusunan skripsi. Untuk itu penulis mengadakan penelitian yang berjudul: “Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS”.

DASAR TEORI

1. Prokrastinasi Penyusunan Skripsi

Istilah prokrastinasi pertama-tama digunakan oleh Brown dan Holtzman pada tahun 1967 untuk menunjukkan pada suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan (Ferrari dkk., 1995). Menurut Silver (dalam Ferrari dkk., 1995), prokrastinasi lebih

dari sekedar kecenderungan, melainkan suatu respon mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai atau karena tidak memadainya penguatan atau keyakinan yang tidak rasional yang menghambat kerja. Prokrastinasi juga dapat dikatakan sebagai keengganan untuk mengerjakan tugas yang tidak menyenangkan. Prokrastinasi terkadang digunakan sebagai strategi *self-handicapping* yaitu memberi kesan manipulatif kepada orang lain (Ferrari dan Tice, 2000).

Prokrastinasi dapat dilakukan pada semua area atau jenis pekerjaan. Prokrastinasi yang dilakukan oleh para pelajar atau mahasiswa biasanya dilakukan dalam penundaan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik atau kinerja akademik, misalnya menulis *paper*, membaca buku-buku pelajaran, membayar SPP, mengetik makalah, mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas sekolah atau tugas kursus, belajar untuk ujian, mengembalikan buku perpustakaan, maupun membuat karya ilmiah, misalnya skripsi (Aitken, 1982 dalam Ferrari dkk., 1995). Tidak semua mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu (Prawitasari, 2012). Keterlambatan penyelesaian tugas akhir dapat ditemui mulai dari tingkat sarjana sampai dengan pascasarjana. Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dalam penyusunan skripsi adalah kecenderungan mahasiswa dalam menunda-nunda untuk memulai maupun menyelesaikan skripsi.

Schouwenburg (dalam Ferrari dkk., 1995) memaparkan aspek-aspek dalam prokrastinasi yang meliputi:

- a. Penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi
Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi cenderung menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
Seseorang yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seseorang yang melakukan prokrastinasi menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai.
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas
Seseorang yang melakukan prokrastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seseorang

yang melakukan prokrastinasi cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba orang tersebut tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

- d. Kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan

Seseorang yang melakukan prokrastinasi cenderung tidak segera mengerjakan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), menonton televisi, bermain video game, mengobrol dengan teman, jalan-jalan, dan mendengarkan musik, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan skripsi yang harus diselesaikannya.

2. *Self-Regulated Learning*

Bandura (dalam Zimmerman, 1989) menekankan *self-regulated learning* terdiri dari tiga proses sebagai sub-proses yang saling

berkaitan satu sama lain yaitu: observasi diri (*self-observation*), evaluasi diri (*self-evaluation*), dan reaksi diri (*self-reaction*). Menurut Zimmerman dan Martinez-pons (dalam Purdie, dkk., 1996), siswa yang mampu mengarahkan dirinya saat belajar (*self-regulated learners*) dapat dilihat dari cara mereka merencanakan, mengorganisasikan dan mengarahkan diri sendiri, serta melakukan evaluasi diri pada berbagai tingkatan selama proses perolehan informasi. Pelajar yang memiliki *self-regulated* dapat dikatakan sebagai orang yang memiliki kemampuan (*self-efficator*), memiliki otonomi (*autonoms*) dan memiliki motivasi dalam diri sendiri (*intrinsically motivated*).

Teori pembelajaran sosial dan kognitif mulai menyadari bahwa agar belajar menjadi benar-benar efektif, maka mahasiswa harus dapat mengatur diri dalam kegiatan belajar yang mereka jalani (Ormrod, 2009). Secara khusus, pembelajaran yang diatur sendiri (*self-regulated learning*) mencakup proses-proses berikut ini:

- a. Penetapan tujuan (*goal setting*)
Mengatur diri agar mengetahui apa yang ingin dicapai ketika membaca atau belajar.
- b. Perencanaan (*planning*)
Mengatur diri dalam menggunakan waktu dan sumber daya yang dimiliki untuk mengerjakan tugas belajar.
- c. Kontrol atensi (*attention control*)
Mengatur diri agar dapat memusatkan perhatian pada pokok persoalan yang

- dihadapi dan membersihkan pikiran dari hal-hal yang berpotensi mengganggu konsentrasi dan emosi.
- d. Penerapan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*)
Mengatur diri agar dapat memilih strategi belajar yang sesuai dengan tujuan spesifik yang ingin dicapai.
- e. Motivasi diri (*self-motivation*)
Mengatur diri agar dapat menjaga motivasi dengan berbagai strategi, seperti mencari cara untuk membuat aktivitas yang membosankan menjadi lebih menarik dan menantang, atau membayangkan diri berhasil dalam menyelesaikan suatu beban atau tugas yang sulit.
- f. Mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*)
Terkadang diri tidak mampu mengerjakan segalanya tanpa bantuan. Pada saat seperti itu, mereka mengakui bahwa mereka membutuhkan bantuan orang lain dan mereka secara khusus akan meminta bantuan pada seseorang yang dapat membantu agar bisa menjadi lebih mandiri di masa mendatang atau masa depan.
- g. Monitor diri (*self-monitoring*)
Mengatur diri agar selalu memantau kemajuan atau perkembangan ke arah tujuan yang hendak dicapai, dan terkadang mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan jika diperlukan.
- h. Evaluasi diri (*self-evaluation*)
Mengatur diri dalam menentukan apakah yang telah mereka pelajari sudah memenuhi

tujuan yang telah ditetapkan untuk diri sendiri. Idealnya, mereka juga menggunakan evaluasi diri untuk mengubah pilihan mereka dan penggunaan berbagai strategi pembelajaran untuk menggapai masa depan.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2007 yang sedang menyusun skripsi pada jurusan yang terdapat di Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS, yaitu Sastra Daerah, Sastra Indonesia, Sastra Inggris, Ilmu Sejarah, dan Kriya Seni. Penulis menggunakan teknik pengambilan sampel dengan *purposive incidental sampling*. Sampel diambil berdasar kriteria yang sudah ditetapkan oleh penulis berdasar kriteria tertentu, yaitu mahasiswa angkatan 2007 yang sedang dalam proses penyusunan skripsi. Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi, yaitu skala prokrastinasi dalam penyusunan skripsi dan skala *self-regulated learning*.

1) Skala Prokrastinasi Penyusunan Skripsi

Skala prokrastinasi penyusunan skripsi digunakan untuk mengungkap sejauh mana tingkat prokrastinasi dalam penyusunan skripsi yang dilakukan mahasiswa. Penyusunan skala ini mengacu kepada aspek-aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Schouwenburg (dalam Ferrari dkk., 1995).

2) Skala *Self-Regulated Learning*

Skala *self-regulated learning* pada penelitian ini mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ormrod (2009) yang menjelaskan tentang proses-proses *self-regulated learning*.

HASIL- HASIL

Perhitungan dalam analisis penelitian ini dilakukan dengan bantuan komputer program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 16.0.

1. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas sebaran dengan teknik *One Kolmogorov Smirnov Test (ks-z)* ini dikatakan normal jika $p > 0,05$. Hasil uji normalitas pada variabel prokrastinasi penyusunan skripsi diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,590 ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas pada variabel *self-regulated learning* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,844 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel prokrastinasi penyusunan skripsi dan *self-regulated learning* memiliki sebaran yang normal.

2. Uji Linearitas

Hasil uji linearitas bertujuan untuk melihat adanya linearitas hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung yang dilakukan dalam penelitian. Pengujian linearitas dalam penelitian ini menggunakan *test for linearity* dengan bantuan *computer program Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi

16.0. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi kurang dari 0,05 (Priyatno, 2008).

Hasil uji linearitas hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi diperoleh *Sig. Linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dapat dilihat bahwa hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel tergantung bersifat linear.

3. Uji Hipotesis

Pengujian dilakukan dengan teknik korelasi *product moment Pearson* untuk mengetahui keeratan hubungan antara dua variabel tersebut dan untuk mengetahui arah hubungan yang terjadi. Hasil analisis menunjukkan bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel *self-regulated learning* dan prokrastinasi penyusunan skripsi adalah sebesar 0,662 dengan nilai *Sig.* 0,000 ($p < 0,05$). Nilai r yang positif (+) menunjukkan arah hubungan ini yang bersifat positif. Hal ini berbeda dengan hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara tingkat *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi dari *product moment Pearson*, diperoleh angka $r = 0,662$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti meskipun terdapat hubungan antara *self-*

regulated learning dengan prokrastinasi penyusunan skripsi, namun hubungan tersebut bernilai positif dan tidak sesuai dengan hipotesis yang diajukan, yaitu terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa walaupun mahasiswa memiliki tingkat *self-regulated learning* yang tinggi terhadap tugas-tugas perkuliahan, namun mereka tidak terlepas dari prokrastinasi dalam penyusunan skripsi.

Ditolaknya hipotesis dalam penelitian ini sangat mungkin dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar faktor *self-regulated learning*. Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Andayani dan Karyanta (2011), membuktikan bahwa *self-regulated learning* memiliki pengaruh yang nyata terhadap penurunan prokrastinasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian tersebut seharusnya dapat dijadikan acuan bahwa adanya *self-regulated learning* tinggi yang dimiliki mahasiswa, akan mampu untuk menurunkan tingkat prokrastinasi penyusunan skripsi. Namun pada kenyataannya, dalam penelitian ini tidak menghasilkan hal yang serupa. Tingginya *self-regulated learning* yang dimiliki seharusnya dapat menurunkan tingkat prokrastinasi penyusunan skripsi ternyata tidak menunjukkan signifikansi yang nyata. Hal tersebut menunjukkan bahwa banyak sekali faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi penyusunan skripsi.

Dalam penelitian ini, walaupun secara data

aspek *self-regulated learning* memiliki sumbangan yang cukup besar, yaitu 43,8% ($R_2 = 0,438$), tetapi aspek *self-regulated learning* ternyata kurang memiliki peranan dan kurang memberikan sumbangan yang besar dalam penurunan perilaku prokrastinasi penyusunan skripsi. Ditolaknya hipotesis dalam penelitian ini mungkin dikarenakan beberapa penyebab. Penyebab pertama, menurut penulis, karena butir-butir aitem mengandung muatan *social desirability* sehingga memungkinkan responden untuk melakukan *faking good* dalam mengisi skala yang diberikan. Dalam *self-report*, seseorang akan dipengaruhi oleh banyak faktor daripada mengukur tindakannya secara nyata; orang mungkin tidak ingin melaporkan secara jujur bagaimana mereka melakukan prokrastinasi (Steel, dkk. 2001).

Penyebab kedua, menurut penulis, karena perilaku prokrastinasi di kalangan mahasiswa sudah menjadi suatu trait sehingga bagaimanapun tingkat *self-regulated learning* seseorang, perilaku prokrastinasi masih ditemui di setiap mahasiswa. Hal ini sesuai dengan pengertian prokrastinasi menurut Ferrari, dkk. (1995) yang berpendapat bahwa prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung (Ghufron, 2004). Hal ini

didukung dengan penelitian yang dihasilkan Mastuti (2006) yang menunjukkan bahwa dari lima trait kepribadian berdasarkan kepribadian *big five*; yaitu trait *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*; bersama-sama memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian Mastuti (2006) diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Surijah dan Sia (2007) yang menemukan adanya korelasi signifikan antara prokrastinasi akademik dengan *conscientiousness*. *Conscientiousness* merupakan salah satu dari lima dimensi kepribadian (*big five*) yang disebut juga dengan *lack of impulsivity*. Orang yang tinggi dalam dimensi *conscientiousness* umumnya berhati-hati, dapat diandalkan, teratur, dan bertanggung jawab (Friedman dan Schustack, 2008).

Ditinjau dari faktor yang memengaruhi perilaku prokrastinasi dalam penyusunan skripsi, faktor *self-regulated learning* ini termasuk dalam faktor internal yaitu kondisi fisik dan psikologis individu. Jadi, di sini jelas masih ada faktor-faktor eksternal yang memengaruhi prokrastinasi dalam penyusunan skripsi yang dilakukan mahasiswa, antara lain berupa pengasuhan orang tua, tingkat atau level sekolah, *reward dan punishment*, tugas yang terlalu banyak, kondisi lingkungan lingkungan, faktor ekonomi, dosen pembimbing dan faktor eksternal lainnya.

Selain itu, prokrastinasi dalam penyusunan skripsi tetap dipengaruhi oleh berbagai macam

faktor. Faktor-faktor yang memengaruhi antara lain seperti yang telah diungkapkan Bernard (1991), Ferrari, dkk. (1995), Rizvi, dkk. (1997); Ghufron (2004); Rumiani (2006); Surijah dan Sia (2007); Anggraeni, dkk. (2008); Gunawinata, dkk. (2008) yaitu karakteristik kepribadian, pusat kendali dan efikasi diri, gaya pengasuhan orang tua, motivasi berprestasi, trait kepribadian, tingkat stress pada mahasiswa, dan perfeksionisme pada mahasiswa.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dan kelemahan, antara lain belum bisa mengambil data yang lebih banyak terkait dengan keadaan subjek yang sulit ditemui. Keterbatasan ruang dan waktu dalam proses pengambilan data yang menyebabkan penelitian berlangsung cukup lama. Penelitian ini juga hanya mengungkap hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi dan hanya dapat digeneralisasikan secara terbatas pada populasi penelitian saja.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan ditolaknya hipotesis, karena adanya hubungan positif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS. Penelitian-penelitian selanjutnya diharapkan mampu menggunakan lebih banyak data dan melakukan analisis mengenai berbagai faktor yang memengaruhi variabel-variabel lain terkait dengan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi.

 PENUTUP

A. Simpulan

1. Ditolaknya hipotesis karena terdapat hubungan positif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS angkatan 2007 ($r = 0,662$; $p = 0,000$; $p < 0,05$).
2. Tingkat prokrastinasi dalam penyusunan skripsi (mean = 130,49), dan tingkat *self-regulated learning* (mean = 127,44) yang dimiliki mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa UNS tergolong sedang.

B. Saran

1. Untuk Mahasiswa
 - a. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi dalam penyusunan skripsi yang sedang. Kecenderungan melakukan prokrastinasi akan membuat mahasiswa semakin lama dalam menyelesaikan skripsi. Perilaku ini harus segera dikurangi sehingga mahasiswa akan lebih produktif dan dapat memenuhi target kelulusan yang diinginkan.
 - b. Sudah seharusnya mahasiswa memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu menyelesaikan skripsinya dengan baik, karena dengan *self-regulated learning* yang baik

mahasiswa mampu menggerakkan segala usaha untuk dapat menjalankan dan menyelesaikan tugas semaksimal mungkin, tidak terkecuali saat menghadapi kesulitan selama proses pengerjaan skripsi

- c. Tuntutan yang berlebih dari orang lain akan memotivasi mahasiswa ketika mahasiswa melihat teman-teman seangkatannya telah berhasil menyelesaikan skripsi. Mahasiswa diharapkan juga tetap menjaga dan mempertahankan hubungan baik yang sudah dibangun dengan dosen pembimbing agar terjalin komunikasi yang efektif sehingga selanjutnya dapat meningkatkan motivasi dalam penyelesaian skripsi.

2. Untuk Lingkungan Akademik

Diharapkan untuk selalu menjaga, mempertahankan, dan mengembangkan iklim akademis yang kondusif guna meningkatkan motivasi mahasiswa selama proses skripsi maupun demi kelancaran penelitian serta mendorong peningkatan kuantitas maupun kualitas riset mahasiswa.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penulisan dengan tema yang sama, diharapkan mampu mengungkap lebih banyak data dan melakukan analisis mengenai berbagai

faktor yang mempengaruhi variabel-variabel dalam penelitian ini seperti usia, jenis kelamin, tingkat ekonomi dan lainnya. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mempertimbangkan berbagai karakteristik dan kondisi subjek, dalam hal ini adalah mahasiswa Fakultas Sastra dan Seni Rupa. Kepada peneliti selanjutnya disarankan juga untuk menggunakan metode kualitatif sebagai alat pengumpul data tambahan, sehingga hasil yang didapat lebih lengkap sekaligus dapat mengungkap setiap dinamika yang terjadi pada diri mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, Tri Rejeki & Nugraha Arif Karyanta. 2011. Model Pembelajaran Regulasi Diri untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Wacana Jurnal Psikologi*. Vol. 3 No. 6 Juli 2011
- Anggraeni, Merry., Deceu B.P, Yulita Kurniawaty. 2008. Hubungan Stres dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (studi mahasiswa fakultas psikologi UIN SUSKA Riau). *Jurnal Psikologi*. 2008, J. 001, 91-106.
- Bernard, M. E. 1991. *Procrastinate Later: How to Motivate Yourself to Do It Now*. Melbourne: Schwartz & Wilkinson.
- Dewitte, S., & Lens, W. 2000. Procrastinators Lack a Broad Action Perspective. *European Journal of Personality*, 14, 121-140.
- Ferrari, J.R., Johnson, J.L. & McCown. 1995. *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*. New York: Platinum Press.
- Ferrari, J. & Tice, D. 2000. Procrastination as a Self-Handicap for Men and Women: A Task Avoidance Strategy In a Laboratory Setting. *Journal of Research in Personality*, 34, 73-83
- Friedman, Howard. S & Miriam W. Schustack. 2008. *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern Edisi Ketiga Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Gendron, A. L. 2005. Active Procrastination, Self-Regulated Learning and Academic Achievement in University Undergraduates. *Thesis*. Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts
- Ghufron, M. Nur. 2004. Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Psikologi Tabularasa*. Vol. 2, no 1, 1-18.
- Gunawinata, V. A. R., Nanik, Lasmono, H. K. 2008. Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*. Vol. 23, No. 3, 256-276.
- Manulang. 2004. *Pedoman Teknis Menulis Skripsi*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Mastuti, Endah. 2006. Analisis Faktor Alat Ukur Kepribadian Big Five (Adaptasi dari IPIP) pada Mahasiswa Suku Jawa. *Jurnal Unair Insan Media Psikologi 2006*. Vol. 7 No. 3 / 2006-12 /
- Ormrod, J. E. 2009. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Edisi Keenam Jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Prawitasari, J.E. 2012. *Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Priyatno, Dwi. 2008. *Mandiri Belajar SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Purdie, N., Hattie, J., & Douglas, G. 1996. Student conception of learning and their use of self-regulated learning strategies: A cross-cultural comparison. *Journal of Educational Psychology*. Vol. 88, No.1, 87-100
- Rizvi, Afiani., Johana Endang Prawitasari, Helly Prajitno Soetjipto. 1997. Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika Nomor 3 Tahun II 1997*.

- Rumiani, 2006. Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol. 3 No. 2*
- Steel, Piers., Thomas Brothen, & Catherine Wambach. 2001. Procrastination and Personality, Performance, and Mood. *Personality and Individual Differences, 30, 95-106*
- Surijah, E. A., & Sia, T. 2007. Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima, Indonesia Psychological Journal, 22 (4), 352-374*
- Zimmerman, J. Barry. 1989. A Social Cognitive View of Self Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology. v81 n3 p329-39*