

**SELF-REGULATED LEARNING (SRL) DENGAN
PROKRASNASI AKADEMIK PADA SISWA AKSELERASI****Fitria Savira dan Yudi Suharsono**Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
life_fitsav@rocketmail.com

Penundaan terhadap tugas-tugas sekolah dapat berdampak pada penurunan prestasi akademik siswa. Maka perlu adanya kontrol diri dalam belajar yang menunjang dalam pencapaian tujuan dengan mengatur waktu dan pengendalian sistem belajar yang dikenal dengan *SRL*. Penelitian bertujuan mengetahui hubungan *SRL* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi. Subyek penelitian yang dilibatkan adalah siswa kelas XI program akselerasi SMA Negeri di Kota Malang dengan usia 13-15 tahun ($N = 48$). Pengambilan data menggunakan dua skala, skala *SRL* dan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negatif dan sangat signifikan antara *SRL* dengan prokrastinasi akademik dengan koefisien korelasi (r)= -0,73 dan (P)= 0,000.

Kata kunci: Self Regulated Learning (SRL), Prokrastinasi Akademik, Akselerasi

Procrastination could decrease student's academic achievement. Therefore student should have a good self-control in education by managing time & learning system control that also known in psychologically term as the Self Regulated Learning. The aim of this research is to know the correlation between SRL and academic procrastination of accelerated students. Subjects of the research were student who follow accelerating program in Senior High School at XI grade. The data collected with two scales, SRL scale and academic procrastination scale. The data analyze used product moment correlation. The result showed there was negative and very significant correlation between SRL and academic procrastination with correlation coefficient value is (r)=-0,73 and (P)=0,000.

Keywords: Self Regulated Learning (SRL), Academic Procrastination, Acceleration

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah salah satu tempat pendidikan untuk dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki individu baik dalam segi kognitif, afektif maupun psikomotor melalui proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah. Hal tersebut diharapkan mampu menghasilkan generasi-generasi muda yang cerdas, kreatif, cekatan dan bertanggung jawab. Piaget memaparkan, masa remaja merupakan masa perkembangan dalam aspek kognitif yang sudah mencapai taraf operasi formal, sehingga aktivitas siswa SMA merupakan hasil dari berfikir logis (Santrock, 2007). Selain itu aspek afektif dan moral remaja juga telah berkembang yang diharapkan mampu mendukung penyelesaian tugas-tugasnya. Pendapat tersebut menggambarkan bahwa siswa SMA dianggap telah mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian berbagai tugas termasuk tugas akademik. Namun berdasarkan realita masih terdapat siswa SMA yang mengalami masalah dalam menjalankan tugas-tugas akademik.

Fenomena umum yang terjadi pada pelajar saat ini adalah sebagian perilaku pelajar remaja banyak menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan di mall atau plaza, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan *game online* dan suka menunda waktu pekerjaan (Savitri, 2011). Ketika seorang pelajar tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, sering mengulur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat sehingga waktu terbuang dengan sia-sia. Tugas terbengkalai dan penyelesaian tugas tidak maksimal berpotensi mengakibatkan kegagalan atau terhambatnya seorang siswa meraih kesuksesan. Kegagalan atau kesuksesan individu sebenarnya bukan karena faktor intelegensi semata namun kebiasaan melakukan penundaan dalam terutama penyelesaian tugas akademik yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sia menjelaskan adanya korelasi negatif antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik $r = -0,27$ (Gunawinata, dkk., 2008). Selain itu prokrastinasi akademik juga berdampak pada terhambatnya kinerja individu (Solomon & Rothblum dalam Husetiya, 2010), prestasi rendah (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995; Ghufron & Risnawati, 2011; Gunawinata, et al., 2008), tingginya tingkat ketidakhadiran kuliah/terlambat dalam perkuliahan/membolos (Solomon & Rothblum, 1984) dan putus sekolah.

Selain itu hasil penelitian Aitken (Rosário, Costa, Núñez, Pienda, Solano, & Valle, 2009) dalam investigasi dengan remaja, diperoleh fakta bahwa hampir 25% dari individu yang menganggap penundaan adalah masalah yang biasa atau berat. Hal tersebut didukung penelitian Zakiyah, Hidayati, & Setyawan (2010) diperoleh gambaran 13,4% tingkat prokrastinasi akademik siswa pada kategori sedang dan 1,03% pada kategori tinggi.

Prokrastinasi dapat terjadi pada setiap individu dengan berbagai statusnya, oleh karena itu muncul penelitian yang dilakukan dalam beberapa tahun terakhir terkait dengan prokrastinasi. Saat ini prokrastinasi adalah masalah umum yang terjadi di dunia akademik dan sesuatu yang mengancam bagi pelakunya (Ferrari, *et al.*, 1995). Prokrastinasi patut diwaspadai terlebih bila pada siswa dengan potensi unggul seperti peserta akselerasi, sebab siswa yang berpotensi intelektual atau berbakat secara akademik sangat diharapkan dapat menjalankan aktifitas akademik dengan lebih produktif dan hasil maksimal.

Kelas akselerasi merupakan kelas yang memberlakukan percepatan dalam masa studi dan kurikulumnya sehingga siswa dengan syarat tertentu saja yang dapat menjadi siswa akselerasi. Seperti kemampuan intelegensi diatas 130, memiliki kreativitas dan pengikatan pada tugas yang baik (Depdiknas, 2007). Ketika siswa akselerasi dengan berbagai harapan yang ada melakukan perilaku prokrastinasi, maka akan mengakibatkan tersia-sianya potensi yang dimiliki. Tidak tertutup kemungkinan dapat berdampak negatif pada prestasi belajar yang diperolehnya, bahkan dapat menjadi seorang *underachiever* (berprestasi rendah).

Beberapa literatur menjelaskan tentang aspek-aspek yang mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi, seperti kelelahan, *self efficacy*, kecemasan untuk takut gagal, rendahnya kontrol diri, motivasi yang rendah, dan lingkungan yang lenien. Dari aspek-aspek tersebut beberapa diantaranya berindikasi terjadi pada anak akselerasi. Seperti lelah secara fisik dan psikis dikarenakan pemadatan kurikulum yang berefek pada padatnya jam belajar, serta kecemasan untuk gagal karena tuntutan untuk berprestasi dari berbagai pihak dan kontrol diri yang rendah karena lebih mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan bersama teman sebayanya dari pada mengerjakan tugas sekolahnya. Hal ini didukung oleh hasil wawancara peneliti pada siswa akselerasi disalah satu SMAN di Kota Malang. Siswa menyatakan kelelahan akan jadwal belajar yang ada siwa melakukan penundaan memulai mengerjakan tugas, mempelajari pelajaran serta tidak cukup waktu untuk mengevaluasi hasil kerja sebelum mengumpulkan tugas. Selain itu, diperoleh informasi dari siswa akselerasi yang menyatakan melakukan penundaan karena melakukan aktifitas lain selain aktifitas sekolah karena bosan dengan kegiatan belajar yang ada.

Jika melihat hal tersebut, maka setiap individu memiliki kemampuan meregulasi diri dalam kehidupannya dan bertanggung jawab terhadap perilakunya untuk mencapai tujuan yang telah ditargetkan, yang dapat teraplikasikan dalam pembelajaran. Menurut Alsa (Arjangga & Suprihatin, 2010), teori belajar sosial kognitif sudah menjelaskan konsep ideal pembelajaran berdasar regulasi-diri dengan cakupan mekanisme pengembangan diri dan pemantauan diri atas pikiran, perasaan, dan perilaku dengan tujuan untuk mencapai sasaran yang dapat membantu mengatur waktu dan mengendalikan diri pada sistem pembelajarannya, yang dalam psikologi terwujud pada istilah *self-regulated learning (SRL)*. Menurut Santrock (2007) siswa yang memiliki *SRL* menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi, dapat mengendalikan emosi sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran, memantau secara periodik kemajauan target belajar, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi. Para peneliti juga menemukan terdapat korelasi positif dan cukup kuat antara *SRL* dengan prestasi akademik pada siswa (Santrock, 2007). Serta *SRL* merupakan sebuah strategi yang sangat bagus untuk meningkatkan pembelajaran dan pemantauan akan prestasi yang diperolehnya.

Dilihat dari keterkaitan yang ditemukan pada prokrastinasi akademik dan *SRL* muncul dugaan peneliti akan adanya hubungan *SRL* dengan prokrastinasi yang berdasar pada studi literatur belum ditemukan yang melakukan penelitian tersebut terkait pada subyek siswa akselerasi. Sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat judul hubungan *SRL* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi.

Prokrastinasi Akademik

Desimone menjelaskan istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*, yang memiliki arti harfiah untuk menunda atau menangguhkan sampai hari esok (Ferrari, et al., 1995). Husetiya (2010) mengartikan prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik. Adapun Solomon dan Rothblum (1984) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Ferrari menjelaskan seseorang yang dikatakan melakukan prokrastinasi akademik adalah ketika seseorang memiliki ciri-ciri menunda untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan (Ghufron & Rini, 2010). Munculnya perilaku prokrastinasi akademik ini ditunjang oleh beberapa faktor yang kondusif untuk menjadi katalisator munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada seseorang yaitu faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu yang meliputi faktor fisik dan psikologis dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu berupa gaya pengasuhan dan kondisi lingkungan yang linien (Ferrari, et al., 1995).

Self Regulated Learning

Pintrict & Groot (1990) memberikan istilah *self-regulated* dalam belajar dengan istilah *SRL*. Konsep *self-regulation* dikemukakan pertama kali oleh Bandura dalam latar teori belajar sosial. Menurut Zimmerman (2002), *self-regulation* dalam proses belajar bukanlah suatu kemampuan mental atau sebuah keterampilan dalam akademik, namun mengelola proses belajar *individu* sendiri melalui pengaturan dan pencapaian tujuan dengan mengacu pada metakognisi dan perilaku aktif dalam belajar mandiri. Pembelajaran dengan pengaturan diri terdiri atas metakognisi, motivasi, dan tindakan terencana yang secara siklus diadaptasikan untuk mencapai tujuan pribadi (Zimmerman & Pons memaparkan, 1990). Dimana metakognisi merupakan kesadaran dan pengetahuan tentang pengetahuan berfikir, yang mengacu pada kesadaran siswa tentang apa yang diketahui dan bagaimana untuk mencapai tujuan *individu* (Anderton, 2006). Selain itu motivasi dalam konteks *SRL* adalah *self motivation* yang merupakan motivasi berasal dari diri sendiri terhadap kapasitasnya untuk belajar (Sunawan, 2005). Aspek perilakupun berkaitan dengan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar seperti mendengarkan pelajaran dari guru, mencatat, berkonsentrasi, dan lain-lainnya. Namun Thoresen dan Mahoney menjelaskan bahwa *SRL* dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu faktor pribadi (*person*), perilaku, dan lingkungan (Zimmerman, 1990).

Hipotesa

Ada hubungan negatif *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa akselerasi tingkat SMA di Kota Malang dengan sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI peserta program akselerasi SMA Negeri di Kota Malang yang berada pada usia 13-15 tahun.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi dengan menggunakan instrumen jenis skala *Likert*. Dalam skala *Likert* terdapat pernyataan yang terdiri dari atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favorable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan *unfavorable* (tidak mendukung objek sikap). Adapun skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini ada dua, yaitu skala *SRL* dan skala prokrastinasi.

Metode Analisa Data

Analisa data menggunakan perhitungan statistik, dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 13.00. Hasil uji statistik tersebut lalu diinterpretasi dengan melihat taraf kemaknaannya yang ditunjukkan oleh indeks kesalahan yang mungkin terjadi, yang biasa disebut *probable error* (p). Nilai (p) berkisar 0,05 sampai 0,01. Apabila dari hasil uji statistik didapatkan nilai $p > 0,05$ maka hasil penelitian yang diperoleh tidak signifikan, sedangkan hasil penelitian dapat dikatakan signifikan apabila nilai $p \leq 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menemukan bahwa 22 siswa (45,8%) memiliki *self-regulated learning* tinggi artinya individu memiliki perencanaan untuk mencapai tujuannya dan mengelola waktu belajar dengan baik, mengorganisasi dan mengode informasi secara strategis, mempertahankan motivasi, serta mengelola lingkungan guna mendukung aktivitas belajarnya. Sedangkan 26 siswa (54,2%) yang memiliki *self-regulated learning* rendah, yang menggambarkan bahwa siswa tidak memiliki perencanaan dan pengaturan waktu dalam pembelajaran, tidak memiliki strategi pembelajaran, rendahnya motivasi, dan kurang memanfaatkan sumber-sumber yang ada. Berikut ini tabel 1 merupakan ringkasan hasil diskripsi data variabel *self-regulated learning* dan prokrastinsai akademik:

Tabel 1. Sebaran *t-score self-regulated learning*

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	<i>t-score</i> > 50	22	45,8%
Rendah	<i>t-score</i> < 50	26	54,2%
Total		48	100%

Selanjutnya dapat diketahui pula 25 siswa (52,1%) yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi artinya individu menunda-nunda mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas, tidak sesuai dengan *deadline* yang telah ditetapkan, dan mendahulukan aktivitas lain saat menyelesaikan tugas. Sedangkan sisanya sebanyak 23 siswa (47,9%) yang tergolong prokrastinasi akademik rendah artinya individu bersegera dalam mengerjakan tugas, tepat waktu mengerjakan tugas, antara rencana dan aktualisasi sesuai, serta fokus terhadap tugas yang ingin diselesaikan. Data diskripsi selengkapnya seperti pada table 2 berikut ini:

Tabel 2. Sebaran *t-score* prokrastinasi akademik

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	<i>t-score</i> > 50	25	52,1%
Rendah	<i>t-score</i> < 50	23	47,9%
Total		48	100%

Gambaran lain dari penelitian ini dengan menggabungkan ke 2 variabel dapat diperoleh informasi sebagai berikut, yaitu ditemukan 5 siswa (10,4%) yang memiliki *SRL* yang rendah dan memiliki prokrastinasi akademik rendah, 21 siswa (43,8%) yang memiliki *SRL* yang rendah dan memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi, ada 18 siswa (37,5%) yang memiliki *SRL* yang tinggi dan memiliki prokrastinasi akademik yang rendah, serta terdapat empat siswa (8,3%) yang memiliki *SRL* tinggi dan mempunyai prokrastinasi akademik tinggi. Secara umum dapat dilihat bahwa tidak semua subyek penelitian siswa dengan *SRL* yang tinggi memiliki prokrastinasi akademik yang rendah ataupun *SRL* yang rendah diikuti tingginya prokrastinasi akademik. Adapun hasil distribusi data variabel *SRL* dengan variabel prokrastinasi akademik dapat dikategorikan sebagai berikut :

Tabel 3. Crosstabulasi *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik

			Prokrastinasi akademik		Total
			Rendah	Tinggi	
SRL	Rendah	Count	5	21	26
		% of Total	10.4%	43.8%	54.2%
	Tinggi	Count	18	4	22
		% of Total	37.5%	8.3%	45.8%
Total		Count	23	25	48
		% of Total	47.9%	52.1%	100.0%

DISKUSI

Berdasarkan dari hasil analisa data dalam penelitian ini, didapatkan nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar *-0,73* dengan nilai kesalahan atau *probabilitas error* (*p*) sebesar 0,000 pada taraf 1% yang bermakna ada hubungan dengan arah negatif dan sangat signifikan antara *SRL* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi. Artinya, siswa akselerasi yang memiliki *SRL* tinggi maka prokrastinasi akademik rendah (tidak melakukan prokrastinasi akademik). Sebaliknya, apabila siswa akselerasi dengan *SRL* rendah maka diikuti tingginya prokrastinasi akademik (melakukan prokrastinasi akademik).

Seorang siswa yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi cenderung tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi menggambarkan seorang siswa yang mampu secara mandiri melakukan pengaturan terhadap beberapa hal yang mengarahkan pikiran, motivasi dan perilakunya ke arah pencapaian tujuan. Dimana siswa memiliki perencanaan yang terarah guna menetapkan waktu yang dibutuhkan untuk setiap tahapan kegiatan yang akan dilakukannya. Dengan adanya pengalokasian waktu pada kegiatan belajar yang menunjang pencapaian tujuan, maka secara tidak langsung siswa memiliki pola waktu terstruktur yang menjadi jadwal efektif untuk kegiatan belajar yang mengarah pada pencapaian targetnya. Sehingga siswa akselerasi tidak melakukan prokrastinasi

akademik berupa keterlambatan dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah, penundaan dalam memulai ataupun penyelesaian akan tugasnya dan sesegera mungkin untuk mengerjakan tugas sekolah yang ada sesuai dengan jadwal belajar yang telah dibuatnya tanpa menyia-nyiaakan waktu yang ada.

Untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang telah direncanakan, siswa akselerasi pun memiliki motivasi dimana individu percaya terhadap kemampuannya untuk mendorong perilaku, dengan usaha keras demi tercapainya hasil yang lebih baik dalam pembelajarannya dan ketekunan dalam menyelesaikan suatu tugas akademik sekalipun tugas tersebut sukar untuk diselesaikan. Siswa akselerasi yang memiliki kepercayaan diri untuk mampu mempertahankan diri dan memunculkan perilaku yang menunjang mencapai tujuan belajar yang lebih baik merupakan siswa akselerasi yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi, yang akan terhindar dari keyakinan negatif akan ketidakmampuannya dalam mengerjakan tugas, perilaku mengabaikan tugas yang dirasa tidak menyenangkan, pecahnya konsentrasi saat mengerjakan tugas-tugas akademik ataupun hanya mengerjakan sekedarnya saja pada tugas sekolah yang dianggap sulit. Sebab siswa akselerasi yang memiliki keyakinan akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas akan terdorong terciptanya perilaku yang produktif dalam pencapaian target belajar.

Perilaku siswa akselerasi yang mendukung selesainya tugas-tugas akademik dilakukan untuk mengatur lingkungan belajar dengan menyeleksi kegiatan ataupun kondisi yang dapat mengoptimalkan kinerjanya. Ketika kondisi yang ada dirasa menghambat akan aktivitas akademiknya maka siswa akan menciptakan atau memanfaatkan lingkungan yang mendukung aktivitas belajarnya, seperti lebih memilih mencatat penjelasan guru dari pada mengobrol dengan teman sebangku atau bertanya kepada guru dan teman ketika mengalami kesukaran dalam mengerjakan tugas yang dirasa sulit daripada meninggalkannya untuk melakukan kegiatan yang dirasa lebih menyenangkan atau pasif tanpa mencari solusi yang dapat mengarahkan pada prokrastinasi akademik.

Self regulated learning merupakan pembangunan diri dan pemantauan diri atas pikiran, perasaan dan perilaku dengan tujuan untuk mencapai suatu sasaran, yang terkait dengan sasaran akademik ataupun sasaran sosioemosional (Santrock, 2007). *Self regulated learning* merupakan sikap yang menjaga kualitas diri dan keuletan yang berlawanan dengan prokrastinasi akademik yang seringkali menunda pekerjaan, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, ketidaksesuaian jadwal dengan kinerja dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (Ferrari, *et al.*, 1995). Hal ini sesuai dengan penelitian Wolters (2003) yang menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik memiliki hubungan dengan *SRL*. Jika siswa akselerasi memiliki *SRL* tinggi dan prokrastinasi akademik yang rendah, maka siswa akselerasi memiliki kemampuan secara mandiri untuk melakukan pengaturan terhadap perencanaan kegiatan, pemantauan dan mengevaluasi kegiatan yang dilakukannya, disertai motivasi yang kuat untuk mampu menampilkan serangkaian tindakan produktif dan efektif yang ditujukan untuk pencapaian target. Begitu pula sebaliknya, apabila prokrastinasi akademik tinggi dan *SRL* rendah, maka keempat ciri yang dikemukakan oleh Ferrari dkk akan muncul.

Dari hasil koefisien determinan variabel (R^2) antara *SRL* dengan prokrastinasi akademik adalah 0,546. Hal ini menunjukkan sumbangan efektif *SRL* dengan prokrastinasi akademik adalah sebesar 54,6%, artinya dengan memiliki *SRL* yang tinggi maka prokrastinasi akademik siswa akselerasi rendah ataupun sebaliknya. Sedangkan sisanya

45,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, misalnya faktor kondisi fisik individu, pengawasan yang rendah, pola asuh orang tua, perfeksionis dan motivasi internal yang rendah (Solomon & Rothblum, 1984).

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti di lapang, dimana terdapat lima dari 48 responden yang memiliki *SRL* rendah namun prokrastinasi akademik rendah, diduga diakibatkan siswa mengikuti tuntutan yang diharapkan kepada *individu* untuk meraih prestasi sehingga mengikuti susunan kegiatan yang telah terpantau sehingga tidak melakukan prokrastinasi akademik. Terdapat pula empat dari 48 responden yang memiliki *SRL* tinggi dan prokrastinasi akademik tinggi, hal ini diduga karena siswa akselerasi yang memiliki *SRL* baik melakukan prokrastinasi akademik yang bertujuan, yaitu *functional procrastination* yang merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat dalam penyelesaian tugas agar memperoleh hasil sesuai dengan tujuan dari ekspektasi nilai yang diharapkan.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *SRL* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi dengan korelasi (r) sebesar $-0,73$ dan nilai probabilitas kesalahan (p) sebesar $0,000 < 0,01$. Hal ini berarti siswa yang *SRL*nya rendah akan diikuti prokrastinasi akademik yang tinggi, dan sebaliknya siswa yang *SRL* tinggi akan diikuti prokrastinasi akademik yang rendah. Adapun sumbangan efektif *SRL* terhadap prokrastinasi pada siswa akselerasi dalam mengerjakan tugas sekolah sebesar 54,6%.

Implikasi

Hasil penelitian ini juga memberikan implikasi penerapan hasil penelitian dalam kehidupan sehari-hari sebagai berikut :

1. Peran institusi pendidikan dalam membantu peserta didik guna mengembangkan kemampuan belajar mandiri dalam proses pembelajaran dengan melakukan pemantauan pada siswa dan membantu dalam memberikan rekomendasi strategi yang dapat dilakukan oleh siswa dalam mencapai tujuan dalam pembelajaran.
2. Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan pemikiran ilmu psikologi untuk merancang berbagai metode pembelajaran yang mengarahkan pada konsep pengaturan diri dalam pembelajaran pada siswa akselerasi pada tahun depan.
3. Siswa mampu meningkatkan kemampuan pengaturan diri dalam belajar secara mandiri dengan menetapkan tujuan belajar yang ingin dicapai serta strategi-strategi yang dapat membantu dalam mencapainya terkait pengaturan waktu belajar, mempertahankan motivasi untuk belajar dan perilaku yang menunjang keberhasilan dalam pencapaian target-target yang telah ditetapkan.

REFERENSI

- Anderton, B. (2006). Menggunakan kursus online untuk mempromosikan diri-strategi pembelajaran diatur di pelayanan guru. *Jurnal Online Learning Interaktif*, 5, 2, 156-177. www.ncolr.org/jiol.

- Arjanggal, R. & Suprihatin, T., (2010). Metode pembelajaran tutor teman sebaya meningkatkan hasil belajar berdasar regulasi-diri. *Makara Social Humaniora*, 14, 2, 91-97. Diperoleh dari <http://journal.ui.ac.id/humanities/article/view/File/666/635>.
- Depdiknas. (2007). *Penatalaksanaan psikologi program akselerasi*. Jakarta: Depdiknas.
- Ferrari, J. R., Ohson, J. L., & Mccown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance, theory, research and treatment*. New york: Plenum Press.
- Gufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2011). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Gunawinata, Nanik, & Lasmono. (2008). Perfeksionis, prokrastinasi akademik, dan penyelesaian skripsi mahasiswa. *Indonesia Psychological Journal*, 23, 3, 256-276. Diperoleh dari http://isjd.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/23308256276_0215-0158.pdf.
- Husetiya, Y. (2010). *Hubungan asertivitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro semarang*. <http://eprints.undip.ac.id/24780>.
- Pintrich, P. R., & De Groot E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82, 1, 33-40. Diperoleh dari doi.apa.org/journals/edu/82/1/33. pdf
- Rosário, P., Costa, M., Núñez, J. C., Pienda, J. G., Solano, P. & Valle, A. (2009). Academic Procrastination: Associations with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*, 12, 1, 118-127. Diperoleh dari http://www.ucm.es/info/psi/docs/journal/v12_n1_2009/art118.pdf.
- Santrock, W. J. (2007). *Life span development: Perkembangan masa hidup (jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, W. (2009). *Psikologi pendidikan: Educational psychology (edisi 3 buku 1)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Savitri, I. (2011). Arti belajar penting ditanamkan pada anak usia sekolah. LPTUI. Diakses Februari 2012 dari <http://artikel.php.htm>.
- Solomon L. J., & Rothblum E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 4, 503-509. Diperoleh dari http://www-rohan.sdsu.edu/~rothblum/doc_pdf/procrastination/AcademicProcrastinationFrequency.pdf.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*. 95. 1. 179-187. http://scholar.google.co.id/scholar_url?hl=en&q=http://commonsenseatheism.com/wp-content/uploads/2011/02/Wolters-Understanding-procrastination-from-a-self-regulated-learning-perspective.pdf

Zakiah, N., Hidayati, F. N. R., & Setyawan, I. (2010). Correlation between self-adjustment and academic procrastination at student's of boarding school SMPN 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Diperoleh dari <http://eprints.undip.ac.id/24655/1/Jurnal.pdf>.

Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement : an overview. *Journal Educational Psychologist*, 25, 1, 3-17.

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: an overview. *Theory Into Practice*, 41, 2. Diperoleh dari <http://commonsenseatheism.com/wp-content/uploads/2011/02/Zimmerman-Becoming-a-Self-Regulated-Learner-An-Overview.pdf>.

Zimmerman, B. J., & Pons, M. M. (1990). Student differences in self-regulated learning: relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of educational psychology*, 82, 1, 51-59. Diperoleh dari

http://technologication.com/files/2010/03/Zimmerman_Pons_Student_Self_Regulation.pdf.