



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
KEBIASAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA S1  
ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**Skripsi**

**Oleh:**

**Annisa Khusnul Khotimah**

**30902200008**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2025**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME


Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini. Saya susun tanpa tindakan plagiarime sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan Tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang di jatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.


Mengetahui

Wakil Dekan I

Semarang, 20 Januari 2026

Peneliti

  
Dr. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp.Kep.Mat.  
NUPTK. 9941753654230092

  
Annisa Khusnul Khotimah  
NIM 30902200008





**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
KEBIASAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA S1  
ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Annisa Khusnul Khotimah**

**30902200008**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2025**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN  
KEBIASAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA S1  
ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Annisa Khusnul Khotimah

NIM : 30902200008

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing I

Tanggal : 4 Desember 2025

**UNISSULA**  
جامعته سلطان السليمان  
*Retno*  
Ns. Retno Issroviatiningrum, M.Kep

NUPTK. 8636767668230292

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
KEBIASAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA S1  
ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG**

SEMARANG

Disusun oleh :

Nama : Annisa Khusnul Khotimah

NIM : 30902200008

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 11 Desember 2025  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Dr. Ns. Muh Abdurrouf, M.Kep  
NUPTK. 0837757658130272



Penguji II,

Ns. Retno Issroviatiningrum, M.Kep  
NUPTK. 08636767668230292



Mengetahui,

Dekan, Fakultas Ilmu Keperawatan



Dr. Iwan Ardian, SKM., S.Kep., M.Kep  
NUPTK. 1154752653130093



ABSTRAK

Annisa Khusnul Khotimah

**Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang**

69 hal + 9 tabel + xii (jumlah hal depan) + jumlah lampiran

**Latar Belakang:** Mahasiswa dituntut untuk mampu mengatur waktu dan tanggung jawab akademik agar dapat menyelesaikan studi tepat waktu. Namun, masih banyak mahasiswa yang memiliki kebiasaan prokrastinasi akademik. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut adalah *self-regulated learning*, yaitu kemampuan individu untuk mengatur, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Mahasiswa dengan *self-regulated learning* yang rendah cenderung memiliki kebiasaan prokrastinasi akademik yang tinggi.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2023 sebanyak 173 orang. Sampel yang diambil sebanyak 121 responden menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Assesing Academic Self-Regulated Learning* (AASRL) dan *Procrastination Assessment Scale Student* (PASS). Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*.

**Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian, Sebagian besar responden memiliki *self-regulated learning* kategori tinggi sebanyak 68,6%, dan kebiasaan prokrastinasi akademik kategori rendah 62,8%. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik ( $p$  value = 0,001;  $r$  = -0,666). Artinya, semakin tinggi *self-regulated learning* maka semakin rendah kebiasaan prokrastinasi akademik mahasiswa.

**Simpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang ( $p$  value < 0,05).

**Kata Kunci:** *Self-Regulated Learning*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa Keperawatan

**Daftar Pustaka:** 40 (2020-2025)

**STUDY PROGRAM OF NURSING SCIENCE  
FACULTY OF NURSING SCIENCE  
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITAS SEMARANG  
Thesis, Agustust 2025**

**ABSTRACT**

**Annisa Khusnul Khotimah**

**The Relationship Between Self-Regulated Learning and Academic Procrastination Habits Among Undergraduate Nursing Students at Sultan Agung Islamic University Semarang**

69 pages + 9 tables + xii (preliminary pages) + appendices

**Background:** Student are required to manage their time and academic responsibilities effectively in order to complete their studies on time. However, many students still tend to engage in academic procrastination. One of the factors influencing this behavior is self-regulated learning, which refers to an individual's bility to plan, monitor, and evaluate their own learning process independently. Students with low self-regulated learning tend to have higher levels of academic procrastination.

**Methods:** This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The population consisted of 173 undergraduate nursing students of the 2023 cohort at Sultan Agung Islamic University. A total of 121 respondents were selected using simple random sampling. The instruments used were the Assessing Academic Self-Regulated Learning (AASRL) questionnaire and the Procratination Assessment Scale Students (PASS). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test.

**Results:** The result showed that most responents is had a high level of self-regulated learning (68,6%) and a low level of academic procrastination (62,8%). The Spearman Rank test indicated a significant negative relationship between self-regulated learning and academic procrastination ( $p$  value = 0,001;  $r = -0,666$ ). This means that the higher the self-regulated learning, the lower the level of academic procrastination among students.

**Conclusion:** There is significant relationship between self-regulated learning and academic procrastination habits among undergraduate nursing students at Sultan Agung Islamic University Semarang ( $p$  value < 0,05).

**Keywords:** Self-Regulated Learning, Academic Procrastination, Nursing Students

**References:** 40 (2020-2025)

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN KEBIASAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA S1 ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG” dalam rangka memenuhi persyaratan mencapai gelar Sarjana Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Dalam penyusunan proposal ini penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis mendapatkan bantuan dan kerja sama dari berbagai pihak, sehingga proposal ini dapat terselesaikan. Peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Gunarto S.H. M.Hum Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Iwan Ardian, S.KM, M.Kep, Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyarningsih, M. Kep., Sp.KMB Kaprodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Retno Issroviatiningrum, M. Kep selaku pembimbing yang telah sabar memberikan ilmu yang sangat bermanfaat dan telah meluangkan waktu serta tenaganya dalam bimbingan kami.

5. Seluruh Dosen pengajar dan Staff Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi.
6. Kedua orang tua penulis, bapak dan ibu yang senantiasa mengalirkan kasih sayang tanpa syarat, doa yang tak pernah putus, serta dukungan moril dan materiil di setiap langkah perjalanan ini. Terima kasih atas setiap pengorbanan yang mungkin tak pernah terucap, atas motivasi yang tak henti diberikan, dan atas cinta yang menjadi sumber kekuatan terbesar penulis untuk terus berjuang hingga sampai pada titik ini.
7. Almarhumah nenek tercinta, yang semasa hidupnya telah memberikan kepercayaan, motivasi, serta selalu mengapresiasi setiap usaha penulis. Kenangan dan semangat beliau menjadi dorongan tersendiri dalam menyelesaikan proposal ini.
8. Adik penulis tercinta, yang selalu hadir dengan doa, semangat, dan perhatian yang tulus. Terima kasih telah menjadi teman dalam sepi, penguat di saat lelah, dan sumber keceriaan yang memberi arti di setiap langkah penyusunan proposal ini.
9. Seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan dukungan moral dan spiritual kepada penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
10. Dengan tulus penulis sampaikan kepada teman-teman dalam Keluarga Cemara atas dukungan, semangat, dan kebersamaan yang selalu

menguatkan. Meski tidak disebut satu per satu, kalian semua punya tempat istimewa dalam perjalanan penulis.

11. Sahabat-sahabat penulis yang selalu hadir dengan semangat yang menguatkan, tawa yang menghibur, dan dukungan yang tulus tanpa pamrih, kehadirannya bukan hanya menemani perjalanan ini, tetapi juga memberi warna dan kekuatan yang sangat berarti bagi penulis. Terima kasih atas segala kebaikan dan persahabatan yang tak ternilai.
12. Penulis berterima kasih kepada diri sendiri Annisa Khusnul Khotimah atas perjuangan yang dijalani dalam diam, melewati lelah, keraguan, dan berbagai keterbatasan. Di tengah tantangan, penulis memilih untuk tetap melangkah, bertahan, dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih telah kuat, sabar, dan percaya semua ini adalah bagian dari proses untuk bertumbuh dan belajar.
13. Teman-teman bimbingan Departemen Manajemen Keperawatan.
14. Teman-teman angkatan 2022 Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
15. Semua pihak yang tidak dapat saya ucapkan satu persatu, atas bantuan dan kerjasama yang diberikan dalam penyusunan proposal skripsi.

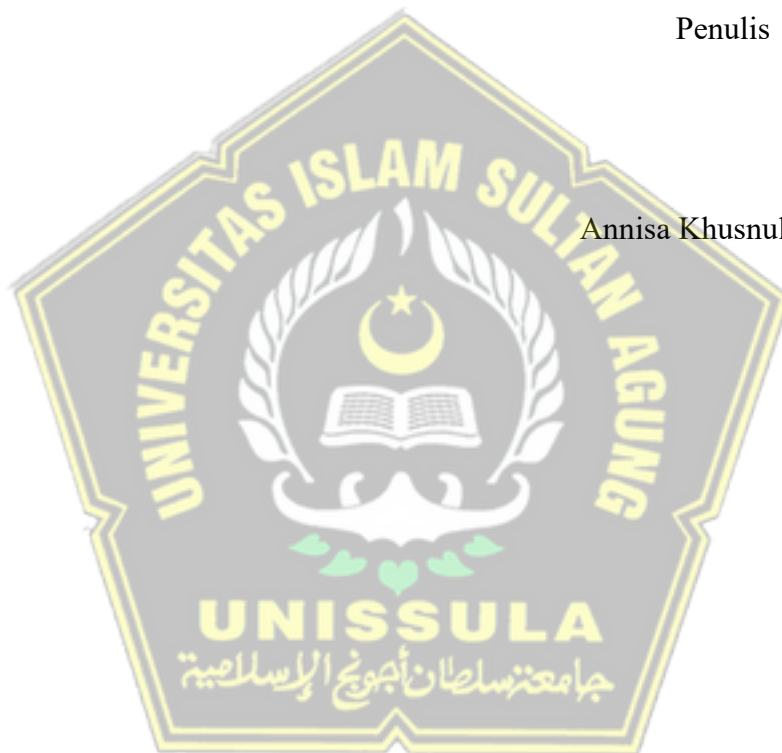
Penulis menyadari bahwa didalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran sangat di harapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Semarang, 12 Mei 2025

Penulis

Annisa Khusnul Khotimah

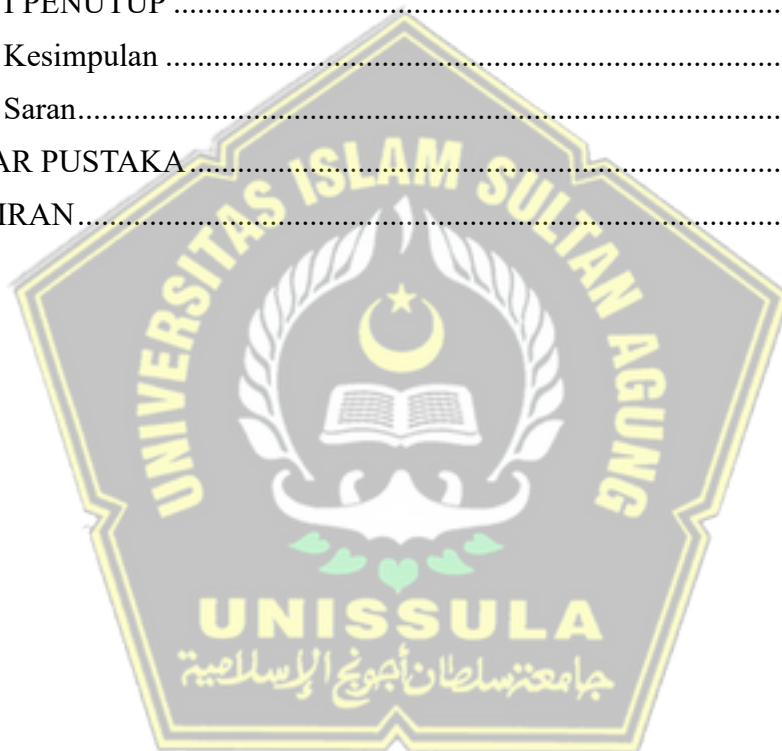


## DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teori.....	10
1. <i>Self-Regulated Learning</i> .....	10
2. Prokrastinasi Akademik.....	17
3. Hubungan antara <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	20
B. Kerangka Teori.....	23
C. Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel Penelitian.....	25
1. Variabel Bebas.....	25
2. Variabel Terikat.....	25
C. Desain Penelitian.....	26
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
1. Populasi.....	26

2. Sampel.....	26
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
1. Tempat Penelitian.....	28
2. Waktu Penelitian .....	28
F. Definisi Operasional dan Definisi Istilah.....	29
G. Instrumen atau Alat Pengumpulan Data.....	30
1. Instrumen Data .....	30
2. Uji Instrumen Penelitian .....	32
H. Metode Pengumpulan Data.....	34
1. Data Primer .....	34
2. Data Sekunder.....	34
I. Rencana Analisis Data.....	35
1. Pengolahan Data.....	35
2. Analisis Data.....	37
J. Etika Penelitian .....	38
1. <i>Informed Consent</i> (lembar persetujuan).....	39
2. <i>Anonymity</i> (tanpa nama).....	39
3. <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan).....	39
4. <i>Beneficience</i> (manfaat).....	39
5. <i>Nonmaleficience</i> (keamanan).....	40
6. <i>Veracity</i> (kejujuran).....	40
7. <i>Justice</i> (keadilan).....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	41
A. Pengantar Bab .....	41
B. Data Demografi Responden .....	41
1. Jenis Kelamin .....	42
C. Analisis Univariat.....	42
1. <i>Self-Regulated Learning</i> .....	42
2. Kebiasaan Prokrastinasi Akademik.....	43
D. Analisis Bivariat.....	43
1. <i>Uji spearman rank</i> .....	43
2. <i>Crosstabulation</i> .....	44

BAB V PEMBAHASAN .....	46
A. Pengantar Bab .....	46
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	46
1. Karakteristik Responden .....	46
2. Analisis Univariat.....	48
3. Analisis Bivariat.....	57
C. Keterbatasan Penelitian.....	61
D. Implikasi Untuk Keperawatan.....	61
BAB VI PENUTUP .....	63
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN.....	69



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 3. 2 Indikator Kuesioner AASRL.....	31
Tabel 3. 3 Indikator Kuesioner PASS.....	32
Tabel 3. 4 Nilai Koefisien Korelasi.....	38
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Mahasiswa di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung September 2025 (n=121) .....	42
Tabel 4.2 Distribusi <i>Self-Regulated Learning</i> Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung September 2025 (n=121) .....	42
Tabel 4. 3 Distribusi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung September 2025 (n=121) .....	43
Tabel 4. 4 Uji <i>Spearman rank</i> Hubungan Antara <i>Self-Regulated Learning</i> Dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Pada S1 Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang September 2025 (n=121) .....	43
Tabel 4.5 Tabulasi silang hubungan antara <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang September 2025 (n=121) .....	44



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep.....	25



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Izin Survey Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Uji Validitas
- Lampiran 3. Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5. Permohonan Izin Menjadi Responden
- Lampiran 6. Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Kuesioner
- Lampiran 8. Catatan Lembar Hasil Konsultasi
- Lampiran 9. Output Data SPSS
- Lampiran 10. Dokumentasi



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan tinggi di Indonesia memegang peranan penting dalam meningkatkan kemampuan bangsa untuk mencapai kemajuan dan menciptakan kesejahteraan bagi seluruh masyarakat. Sebagai bagian dari sistem pendidikan nasional, pendidikan tinggi memiliki peran strategis dalam mencerdaskan kehidupan bangsa serta mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Melalui pendidikan tinggi, individu dapat memperluas wawasan, mengembangkan karakter, dan mengubah diri ke arah yang lebih baik (Karmeli et al., 2023). Seseorang yang terdaftar di suatu perguruan tinggi, baik negeri atau swasta biasa disebut sebagai mahasiswa. Mahasiswa adalah generasi penerus bangsa sehingga tolak ukur kemajuan bangsa terletak pada pendidikan yang diperoleh (Vardia & Kamilah, 2023).

Mahasiswa di lembaga pendidikan tinggi akan selalu diminta mengerjakan tugas baik akademik maupun non-akademik. Tugas akademik adalah pekerjaan yang diberikan dosen, seperti presentasi, pembuatan makalah, dan lainnya (Fadila, 2023). Seorang mahasiswa pada hakekatnya akan selalu terikat dengan tugas-tugas dan tanggung jawabnya di masa perkuliahan. Tugas-tugas dan tanggung jawab ini tentu saja akan lebih baik jika dapat dituntaskan secepatnya (Akerina & Wibowo, 2022).

Agar dapat lulus tepat waktu, mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan berbagai tugas dan tanggung jawabnya dengan baik. Hal ini mengharuskan

mahasiswa untuk membagi waktu dan menjalankan perannya secara disiplin. Meskipun demikian, masih banyak dijumpai mahasiswa yang tidak dapat memenuhi tugas tersebut, salah satunya adalah ketidakmampuan untuk menyerahkan tugas akademik tepat waktu. Hal ini terjadi sebagai akibat dari kecenderungan mahasiswa menunda mengerjakan tugas akademik mereka. Perilaku menunda pekerjaan dikenal sebagai prokrastinasi. Prokratinasi yaitu ketidakmampuan mengatur waktu dengan baik sehingga pekerjaan tertunda (Husain et al., 2023).

Fenomena prokrastinasi akademik ini sangat sering terjadi pada semua kalangan mahasiswa. Penelitian yang dilakukan Rozzaqyah (2021) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi (29%) dan sedang (49%) dari 89 mahasiswa yang diteliti. Selain itu, penelitian Kogoya & Jannah (2021) menemukan bahwa nilai rata-rata prokrastinasi akademik berada pada kategori cenderung tinggi yakni sebesar 62,34. Hal ini menandakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa masih cukup tinggi.

Menurut Wahyuningsih et al. (2022) mahasiswa menunjukkan perilaku menunda tugas, terutama dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang diberikan, sehingga tugas tersebut tidak terselesaikan dengan optimal. Dimana fenomena tersebut sering ditemukan pada mahasiswa. Ramanda et al. (2022) mengatakan prokrastinasi akademik dapat menjadi masalah serius jika terus menerus digunakan sebagai strategi oleh mahasiswa dalam menyelesaikan tugas. Kebiasaan menunda tugas ini dapat mengganggu proses belajar karena

mahasiswa biasanya tidak memanfaatkan waktu dengan optimal, sehingga pembelajaran kurang efektif. Perilaku ini berdampak negatif, seperti meningkatnya absensi, tugas yang tidak terselesaikan dengan baik, hasil tugas yang kurang memuaskan, dan pemborosan waktu. Selain itu, prokrastinasi juga berpengaruh pada penurunan prestasi akademik, dimana mahasiswa yang sering menunda cenderung mendapatkan nilai yang rendah serta mengalami penurunan kondisi kesehatan.

Menurut Puspita dan Kumalasari (2022) prokrastinasi sering kali dipandang sebagai bentuk kegagalan dalam pengelolaan diri (*self-regulation*). Definisi secara umum dipahami sebagai hal yang dilakukan secara sadar perilaku prokrastinasi memberikan dampak negatif bagi pelakunya, baik itu kerugian materiil maupun immaterial. Sandya dan Ramadhani (2021) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik disebabkan oleh berbagai faktor, seperti rendahnya motivasi intrinsik, kebiasaan malas belajar, pola asuh orang tua yang kurang disiplin, pengaruh negatif dari lingkungan pertemanan, serta kurangnya kemampuan *self-regulated learning* dalam mengelola waktu antara tugas dan kegiatan lainnya. Individu dengan *self-regulated learning* yang baik cenderung mampu memotivasi dirinya secara intrinsik untuk mencapai tujuan belajar.

Menurut Maijoita (2020) prokrastinasi akademik biasanya terjadi karena adanya kebiasaan menunda untuk memulai, melaksanakan atau menyelesaikan suatu aktivitas. Oleh karena itu, prokrastinasi akademik dapat diartikan sebagai perilaku menunda yang terjadi dalam konteks lingkungan

akademik. Wardani dan Prihartanti (2023) mengungkapkan dalam proses pembelajaran, mahasiswa memerlukan kemampuan *self-regulated learning* untuk membantu mereka mengelola waktu dan tugas dengan efektif. Kemampuan tersebut sangat penting bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran, karena dapat membantu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik yang sering terjadi.

Menurut pengalaman Umah (2021) sebagai seorang dosen pengampu mata kuliah yang memberikan tugas kepada mahasiswa, mayoritas mahasiswa cenderung menunda pengerjaan tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan. Ketika ditanyakan tentang perkembangan tugas sebelum tenggat waktu, banyak yang mengaku belum menyelesaikan atau bahkan belum memulainya dengan berbagai alasan. Beberapa mahasiswa bahkan baru bertanya tentang tugas sehari sebelum batas waktu, meskipun waktu pengerjaan yang diberikan cukup panjang. Selain itu, masih ada beberapa mahasiswa yang mengumpulkan tugas melewati waktu yang telah ditentukan, sehingga hasilnya kurang optimal. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa tidak mampu mengelola waktu belajar dirinya sendiri dengan baik dan kurang memahami cara belajar yang efektif.

Menurut Zheng dan Zhang (2020) individu yang memiliki *self-regulated learning* akan belajar secara aktif untuk menetapkan tujuan, merencanakan, memantau, serta mengelola kognisi, motivasi, perilaku, dan lingkungannya. Kemampuan ini mendukung kemandirian belajar untuk mencapai target yang ditentukan. Individu dengan *self-regulated learning* yang

tinggi mampu mengelola dan membagi aktivitasnya secara efektif, menyesuaikan dengan prioritas dan kepentingan masing-masing. Hal ini memungkinkan tugas atau kegiatan yang dilakukan dapat selesai tepat waktu sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

Pada penelitian Rizkyani (2020) terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Kimia UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) yang diperoleh  $-0,409$ , yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variable tersebut berada pada kategori korelasi sedang. Tanda negatif pada koefisien korelasi mengindikasikan adanya hubungan yang berlawanan arah antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan Uswatun et al. (2023) juga menunjukkan hasil uji hipotesis menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,441$  yang menunjukkan hubungan sedang antara kedua variabel. Dari data mengindikasikan adanya hubungan negatif antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik mahasiswa aktif berorganisasi. Artinya semakin tinggi *self-regulated learning*, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik. Namun belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 ilmu keperawatan, khususnya di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Studi pendahuluan dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada tanggal 24 April 2025 terhadap mahasiswa S1 Ilmu

Keperawatan angkatan 2022 dengan menggunakan instrumen kuesioner kepada 11 mahasiswa. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa sebesar 45,5% mahasiswa menyatakan memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang rendah, 36,4% berada pada kategori sedang, dan hanya 18,1% yang menunjukkan *self-regulated learning* yang tinggi. Sementara itu, dalam hal kebiasaan prokrastinasi akademik diperoleh hasil bahwa 18,1% responden berada pada kategori rendah, 36,4% tergolong sedang, dan 45,5% menunjukkan kebiasaan prokrastinasi akademik yang tinggi. Dapat dilihat bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang masih rendah hingga sedang, serta cenderung memiliki kebiasaan prokrastinasi akademik yang tinggi.

Berdasarkan fenomena di atas, penulis ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Responden penelitian ini adalah mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2022.

## B. Rumusan Masalah

Prokrastinasi akademik ini berdampak negatif bagi mahasiswa, seperti meningkatnya absensi, tugas yang tidak terselesaikan dengan baik, hasil tugas yang kurang memuaskan, dan pemborosan waktu (Ramanda et al., 2022). Untuk mengatasinya, mahasiswa memerlukan kemampuan *self-regulated learning* agar dapat mengelola waktu dan tugas dengan lebih efektif (Maijoita, 2020). Menurut Wardani & Prihartanti (2023) *Self-regulated learning* adalah proses di mana mahasiswa mengelola pikiran, perilaku dan emosi mereka untuk mengarahkan pembelajaran secara efektif. Kemampuan ini penting dalam membantu mahasiswa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Studi pendahuluan dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada tanggal 24 April 2025 terhadap mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan angkatan 2022 dengan menggunakan instrumen kuesioner kepada 11 mahasiswa. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa sebesar 45,5% mahasiswa menyatakan memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang rendah, 36,4% berada pada kategori sedang, dan hanya 18,1% yang menunjukkan *self-regulated learning* yang tinggi. Sementara itu, dalam hal kebiasaan prokrastinasi akademik diperoleh hasil bahwa 18,1% responden berada pada kategori rendah, 36,4% tergolong sedang, dan 45,5% menunjukkan kebiasaan prokrastinasi akademik yang tinggi. Dapat dilihat bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang masih rendah hingga sedang, serta cenderung memiliki kebiasaan prokrastinasi akademik yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diambil rumusan masalah penelitian yaitu “Bagaimana hubungan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang?”.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *self-regulated learning* pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- b. Mengidentifikasi kebiasaan prokrastinasi pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- c. Menganalisis hubungan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

#### D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah literatur dan pemahaman tentang hubungan *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa, dosen, dan konselor akademik mengurangi prokrastinasi melalui strategi pembelajaran efektif.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Dapat membantu meningkatkan kualitas pendidikan dan tenaga kesehatan yang disiplin dan produktif.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Teori

##### 1. *Self-Regulated Learning*

###### a. Pengertian *Self-Regulated Learning*

Konsep *self-regulated learning* ini menggambarkan proses aktif dan konstruktif dimana peserta didik secara mandiri mengatur dirinya untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Menurut Wolters et al. (2003, dalam Jannati, 2020) *self-regulated learning* adalah pengaturan diri dalam belajar guna menyelesaikan tugas. Sedangkan menurut Mawardi (2022) *self-regulated learning* adalah salah satu faktor yang berperan penting dalam meningkatkan keberhasilan proses pembelajaran pada mahasiswa.

Ketika mahasiswa termotivasi untuk belajar secara mandiri atau terlibat dalam *self-regulated learning* akan aktif dalam proses pembelajaran mereka. Ini mencakup kegiatan seperti mengatur materi pembelajaran, menetapkan tujuan yang jelas, merancang strategi yang efektif, memantau kemajuan, mengelola proses kognitif, mengatur motivasi dan perilaku, serta menciptakan lingkungan yang mendukung pembelajaran. Dengan cara ini mahasiswa menjadi lebih mandiri dan otonom dalam proses belajar mereka (Zheng & Zhang, 2020). Menurut Lidiawati dan Helsa (2021) mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan berusaha dengan bersungguh-sungguh untuk mencapai

prestasi akademik yang tinggi. Hal ini disebabkan oleh kesadaran mereka terhadap tanggung jawab dan pemahaman mengenai strategi belajar yang efektif. Sebaliknya, siswa yang tidak memiliki *self-regulated learning* akan cenderung bergantung pada pendampingan atau diawasi oleh orang lain saat belajar. Hal ini menekankan pada peran aktif mahasiswa dalam mengelola proses belajar secara mandiri.

b. Faktor-Faktor *Self-Regulated Learning*

*Self-regulated learning* dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu faktor individu, faktor perilaku, dan faktor lingkungan (Gestiardi & Maryani, 2020). Berbagai faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* terdiri atas faktor individu yang terdiri atas (proses metakognitif, keyakinan diri, komitmen terhadap pembelajaran), faktor perilaku terdiri atas (*self-observation*, *self-judgment*, *self-reaction*), dan faktor lingkungan (Afifah et al., 2024).

1) Faktor Individu

a) Proses metakognitif

Proses ini mengendalikan aspek kognitif dalam pembelajaran, termasuk perencanaan, pemantauan, pengendalian, evaluasi terhadap proses belajar. Semakin tinggi metakognisi seseorang maka akan membantu pengelolaan diri dalam individu.

b) Keyakinan diri (*self-efficacy*)

Motivasi dalam pembelajaran tercermin dari keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik. Semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu akan semakin membantu individu dalam melakukan *self-regulated learning*.

c) Komitmen terhadap pembelajaran

Adanya dedikasi dalam mencapai tujuan akademik serta menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran. Semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan *self-regulated learning*.

2) Faktor perilaku

Faktor perilaku berperan dalam regulasi diri seseorang. Dimana perilaku tersebut mencerminkan upaya individu dalam memanfaatkan kemampuannya. Semakin maksimal usaha yang dilakukan seseorang dalam merencanakan dan mengelola aktivitas, semakin baik pula kemampuannya dalam mengatur dirinya sendiri. Dalam faktor perilaku ada tiga tahap yang mempengaruhi *self-regulated learning* yang terdiri atas (*self-observation, self-judgment, self-reaction*).

a) *Self-observation*

*Self-observation* berkaitan dengan bagaimana individu mengamati dan mengevaluasi dirinya sendiri, termasuk cara individu merespons serta berperilaku dalam berbagai situasi. *Self-observation* mengharuskan individu untuk memantau kinerjanya sendiri hingga ada akhirnya perlu memperhatikan aspek perilaku yang akan ditampilkan.

b) *Self-judgment*

*Self-judgment* adalah tahap dimana individu menilai kinerjanya dengan membandingkannya terhadap standar dan tujuan yang telah ditetapkan individu itu sendiri. Dengan membandingkan performanya, individu dapat mengevaluasi kinerjanya serta mengidentifikasi kelemahan atau kekurangannya.

c) *Self-reaction*

*Self-reaction* adalah respons individu terhadap perilakunya sendiri, yang melibatkan evaluasi diri berdasarkan pengamatan dan penilaian. Dalam proses ini, seseorang dapat memberikan penghargaan atau hukuman kepada dirinya sendiri sesuai dengan hasil penilaiannya.

3) Faktor lingkungan

Pendekatan kognitif sosial menekankan peran pengalaman dan pengaruh sosial dalam membentuk fungsi manusia. Faktor

lingkungan, baik yang mendukung maupun tidak berperan penting dalam *self-regulated learning*.

c. Aspek-aspek *Self-Regulated Learning*

Menurut Wolters et al. (2003, dalam Jannati, 2020), *self-regulated learning* terdiri dari tiga aspek utama. Aspek tersebut terdiri atas aspek kognitif, aspek motivasi, dan aspek perilaku.

1) Aspek kognitif

Aspek kognitif mencakup kesadaran pemahaman diri, serta kemampuan memilih strategi belajar yang tepat. Individu yang mampu merencanakan, mengatur, mengarahkan, memantau, dan mengevaluasi proses belajar menunjukkan penguasaan aspek kognitif dalam pembelajaran mandiri (Afifah et al., 2024). Menurut Wolters (2003, dalam Jannati, 2020) ini berfokus pada bagaimana individu mengatur dan mengelola diri dalam proses belajar. Strategi ini terdiri atas *rehearsal*, *elaboration*, *organization*, dan *metacognitif*.

- a) *Rehearsal* (pengulangan), termasuk usaha mengingat materi dengan cara mengulang terus menerus.
- b) *Elaboration* (peluasan), termasuk mencoba meringkas materi dengan menggunakan kalimat sendiri.
- c) *Organization* (organisasi) termasuk penggunaan taktik seperti mencatat tugas yang terprioritas, mengatur waktu pengerjaan tugas.

d) *Metacognitif* (meregulasi metakognitif), termasuk perencanaan, menentukan tujuan dari suatu kegiatan atau membuat perubahan atau penyesuaian supaya adanya kemajuan dalam tugasnya.

## 2) Aspek motivasi

Motivasi berperan sebagai dorongan internal yang mencakup keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri (*self-efficacy*) serta perasaan memiliki kendali terhadap tugas-tugas belajar. Motivasi ini berasal dari keinginan bawaan untuk mengendalikan proses belajar dan berhubungan dengan rasa kompetensi individu (Afifah et al., 2024). Menurut Wolters et al. (2003, dalam Jannati, 2020) strategi motivasi mencakup berbagai aktivitas di mana mahasiswa secara sengaja berupaya membangkitkan, mengelola, atau meningkatkan dorongan mereka untuk memulai, melanjutkan, atau menyelesaikan tugas akademik. Ini melibatkan pemikiran dan tindakan yang bertujuan memengaruhi pilihan, tingkat usaha, dan ketekunan mereka dalam menyelesaikan tugas belajar. Strategi tersebut terdiri atas *mastery self-talk*, *extrinsic self-talk*, *relative ability self-talk*, *relevance enhancement*, *situational interest enhancement*, dan *self-consequating*.

a) *Mastery self-talk*, mengacu pada pemikiran yang berfokus pada pencapaian tujuan pembelajaran melalui pemahaman dan

penguasaan materi, seperti memuaskan rasa ingin tahu dan memperkuat perasaan telah mencapai sesuatu.

- b) *Extrinsic self-talk*, berarti memberikan dorongan kepada diri sendiri untuk terus melanjutkan aktivitas dengan tujuan memperoleh hasil atau prestasi yang lebih baik secara eksternal.
- c) *Relative ability self-talk*, merupakan bentuk berpikir yang menekankan upaya untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik dibandingkan orang lain, dengan menyoroti usaha yang lebih besar.
- d) *Relevance enhancement* adalah strategi yang digunakan mahasiswa untuk meningkatkan hubungan atau makna antara tugas yang dikerjakan dengan kehidupan pribadi mereka, sehingga terasa lebih signifikan.
- e) *Situational interest enhancement*, mencerminkan upaya individu dalam menumbuhkan minat pribadi terhadap tugas, agar aktivitas belajar menjadi lebih menarik dan menyenangkan.
- f) *Self-consequating*, adalah proses menetapkan ganjaran atau konsekuensi untuk diri sendiri sebagai cara menjaga konsistensi dan komitmen terhadap tugas atau kegiatan yang dilakukan.

### 3) Aspek perilaku

Perilaku dalam pembelajaran mandiri merujuk pada upaya individu untuk mengendalikan tindakannya, menyesuaikan lingkungan belajar, serta menciptakan kondisi yang mendukung (Afifah et al., 2024). Menurut Wolters dalam (2003, dalam Jannati., 2020) ini berfokus pada bagaimana pembelajaran mengelola lingkungan agar mendukung proses belajar. Strategi ini terdiri atas *effort regulation*, *time* dan *study environment*, dan *help seeking*.

- a) *Effort regulation* adalah meregulasi usaha.
- b) *Time* dan *study environment* adalah mengatur waktu dan tempat dengan membuat jadwal belajar untuk mempermudah proses belajar.
- c) *Help seeking* adalah mencoba mendapatkan bantuan dari teman, dosen dan orang yang berkaitan.

## 2. Prokrastinasi Akademik

### a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Solomon dan Rothblum (1984, dalam Husain et al., 2023) prokrastinasi merupakan kecenderungan untuk menunda baik dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas secara keseluruhan. Hal ini terjadi karena lebih memilih melakukan aktivitas lain yang kurang bermanfaat, sehingga menghambat kinerja, menyebabkan tugas tidak terselesaikan tepat waktu, serta sering mengakibatkan

keterlambatan dalam menghadiri pertemuan. Menurut Mujirohrawati dan Khoirunnisa (2020) perilaku menunda pengerjaan tugas dikenal sebagai prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik adalah perilaku sengaja menunda aktivitas yang seharusnya dilakukan, meskipun peserta didik menyadari bahwa tindakan tersebut dapat membawa konsekuensi negatif (Laia et al., 2022). Prokrastinasi adalah perilaku menunda pekerjaan dengan melakukan aktivitas di luar tugas akademik yang tidak bermanfaat. Sehingga mengakibatkan tugas tidak selesai tepat waktu, terlambat, atau sering terlambat (Azizah, 2020). Penundaan dalam menyelesaikan kegiatan pembelajaran sering disebut sebagai prokrastinasi akademik (Fathoni & Indrawati, 2022).

b. Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi

Prokrastinasi akademik cenderung cukup tinggi di kalangan mahasiswa. Salah satu alasan mereka menunda mengerjakan tugas karena merasa tidak ada pengawasan (Handoyo et al., 2020). Perilaku menunda-nunda tugas dapat menjadi penghambat dalam mencapai keberhasilan belajar. Beragam faktor yang mendorong peserta didik melakukan prokrastinasi dan berdampak pada pencapaian prestasi akademik (Laia et al., 2022).

Menurut Mu'alima (2021) prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi hal-hal seperti pembelajaran yang diatur sendiri (*self-*

*regulated learning*), keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*), kemampuan dalam mengelola waktu dan kontrol diri. Sementara itu faktor eksternal melibatkan dukungan yang diberikan oleh orang tua serta teman sebaya. Sedangkan menurut Husain et al. (2023) prokrastinasi dipengaruhi oleh dua jenis faktor, faktor tersebut terdiri atas faktor dari dalam diri (*internal*) dan faktor dari luar individu (*eksternal*).

1) Faktor internal

Faktor internal berkaitan dengan kondisi dari dalam individu. Seperti kondisi keadaan fisik dan psikologis. Jika terganggu kondisi fisik maupun psikologis terganggu, hal ini dapat mempengaruhi kecenderungan individu untuk menunda pekerjaan atau prokrastinasi.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal meliputi hal hal yang berasal dari luar diri individu yaitu gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Misalnya, beban pelajaran yang terlalu berat, kurangnya fasilitas pendukung dalam pembelajaran, atau pengaruh dari teman yang mengajak melakukan aktivitas lain yang lebih menarik, dan sebagainya.

c. Indikator Prokrastinasi Akademik

Menurut Solomon dan Rothblum (1984, dalam Assafi'i et al., 2023) dan Basaria dan Aryani (2021) terdapat enam area akademik

yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi jenis tugas mahasiswa yang sering menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik. Area tersebut meliputi kegiatan membaca, belajar untuk menghadapi ujian, tugas menulis, pekerjaan administratif, kinerja akademik secara keseluruhan, dan menghadiri kegiatan akademik. Berdasarkan area tersebut ada enam indikator prokrastinasi akademik atau indikator tugas yang sering mengalami penundaan. Enam indikator tersebut antara lain : (1) menunda mengerjakan makalah dan media presentasi; (2) tidak menyelesaikan belajar untuk menghadapi ujian; (3) menunda merangkum atau membaca materi kuliah mingguan; (4) mengundur melakukan urusan administratif; (5) terlambat atau tidak menghadiri perkuliahan atau pertemuan; dan (6) mengutamakan hal lain yang tidak lebih penting daripada tugas kuliah.

### 3. Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik

Menurut Wolters et al. (2003, dalam Jannati, 2020) pengaturan diri dalam belajar (*self-regulated learning*) mencakup kemampuan menggunakan strategi kognitif, dorongan motivasi untuk belajar, serta perilaku yang dilakukan guna menyelesaikan tugas. Menurut Kartikasari et al. (2022) peserta didik memerlukan *self-regulated learning* dalam proses pembelajaran agar dapat mengatur dan membimbing diri mereka sendiri. Kemampuan ini juga mendukung mereka dalam beradaptasi dan mengontrol diri, terutama saat menghadapi tugas-tugas yang sulit

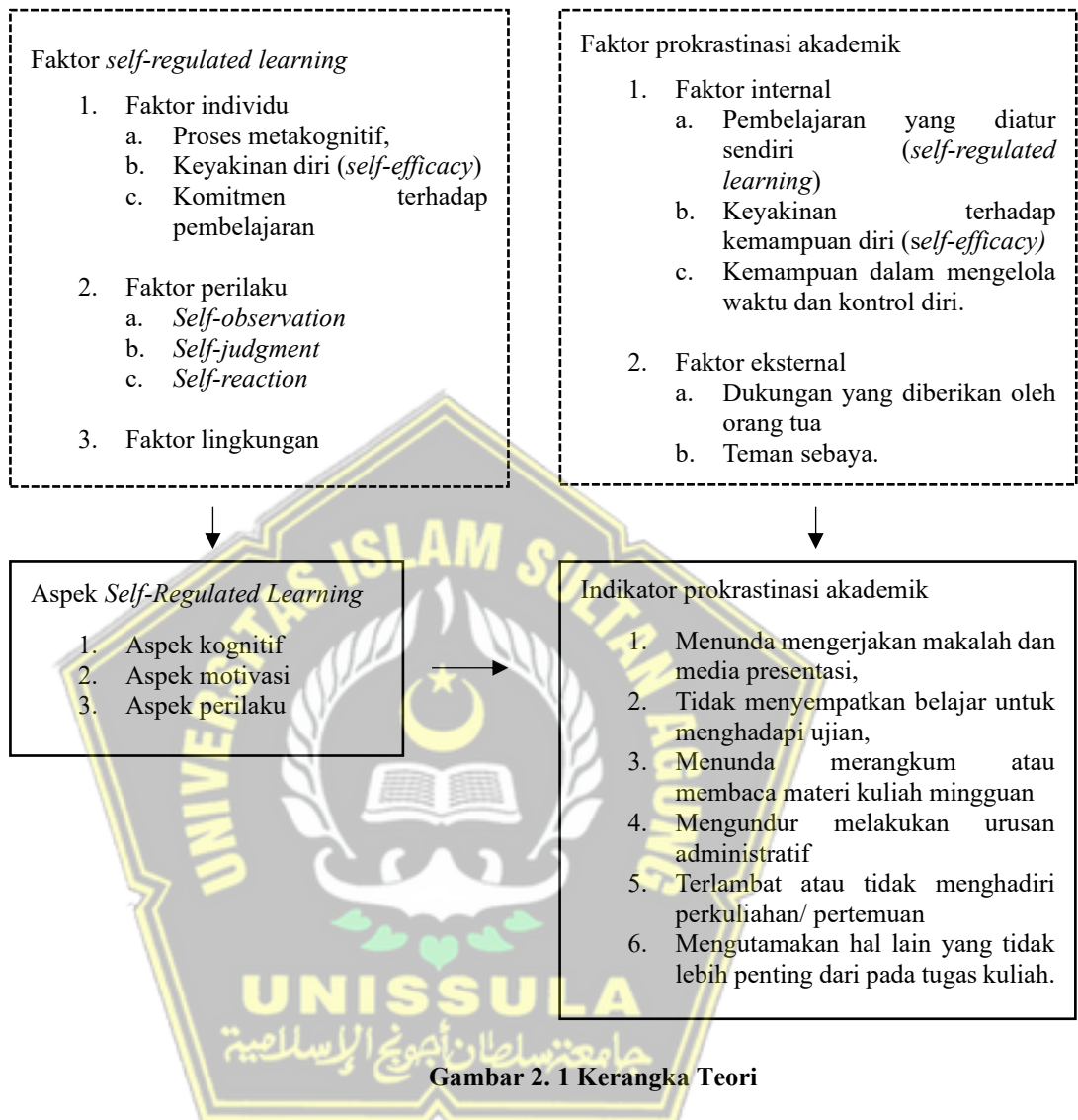
Individu yang memiliki *self-regulated learning* akan belajar secara aktif dengan menyusun dan menetapkan tujuan belajar, merencanakan, memantau, serta mengelola kognisi, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan yang telah dirancang, sehingga mendorong kemandirian belajar (Zheng & Zhang, 2020). Hal ini termasuk kemampuan untuk mengatur perilaku kerja atau menyelesaikan tugas-tugas akademik, karena menyelesaikan tugas sesuai dengan tenggat waktu merupakan tanggung jawab seorang mahasiswa selama menjalani studi di perguruan tinggi (Gambo & Shakir, 2021). *Self-regulated learning* yang kuat memungkinkan mahasiswa untuk mengelola waktu dengan baik, sehingga setiap aktivitas yang dilakukan menjadi bermakna tanpa menyia-nyikan waktu dalam menyelesaikannya tugas-tugas akademik. Mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas berdasarkan skala prioritas, urutan tenggat waktu, atau tingkat kesulitan memerlukan dorongan internal individu. Hal ini penting agar semua aktivitas belajar yang telah direncanakan dapat berjalan dengan lancar. Selain itu, lingkungan yang mendukung juga menjadi faktor penting karena dapat membantu membangun konsentrasi yang optimal saat mengerjakan berbagai tugas akademik (Hong et al., 2021).

Dengan kemampuan kognisi yang dimiliki mahasiswa dapat merancang jadwal, menyusun rencana penyelesaian, dan menerapkan strategi belajar yang efektif agar semua tugas dapat diselesaikan sesuai rencana, tanpa menimbulkan kecemasan akibat prokrastinasi (Assafi'i et

al., 2023). Tingkat *self-regulated learning* yang tinggi pada individu memungkinkan mereka mengatur dan membagi aktivitas secara tepat sesuai dengan waktu, prioritas, dan kebutuhan. Sehingga pekerjaan atau kegiatan dapat diselesaikan tepat waktu (Kartikasari et al., 2022). Sebagaimana dalam penelitian Mujirohmawati dan Khoirunnisa (2020) mengungkapkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kemampuan *self-regulation learning* dengan prokrastinasi akademik. Di mana ini memiliki arti semakin tinggi kemampuan *self-regulated learning* seorang mahasiswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya dan sebaliknya.

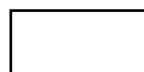


## B. Kerangka Teori

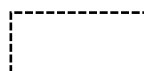


Sumber : (Mu'alima, 2021), (Basaria & Aryani, 2021), (Afifah et al., 2024), (Jannati, 2020)

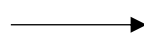
Keterangan :



Faktor yang diteliti



Faktor yang tidak diteliti

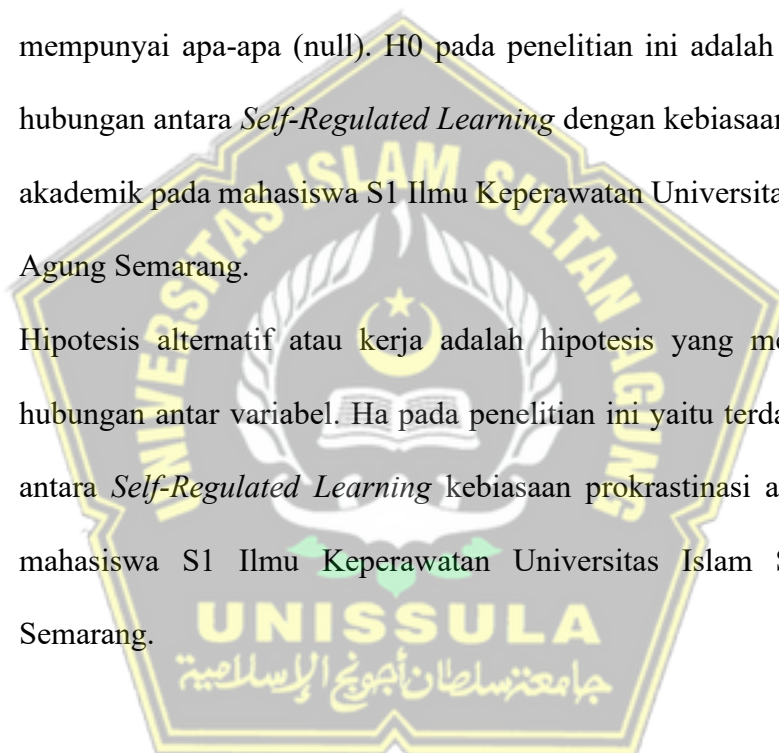


Faktor yang mempengaruhi

### C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu anggapan sementara atau jawaban sementara terhadap rumusan masalah atau pertanyaan penelitian yang kebenarannya belum teruji (Zaki & Saiman, 2021).

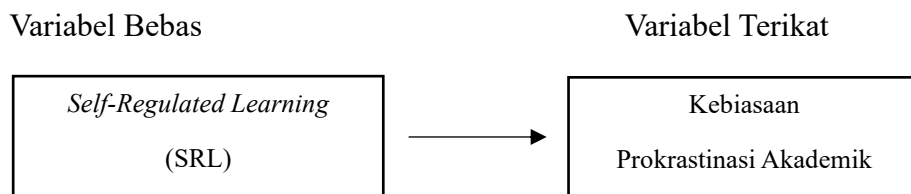
1. Hipotesis nol adalah hipotesis yang tidak ada perbedaan, tidak ada pengaruh. Sehingga hipotesis nol merupakan hipotesis yang tidak mempunyai apa-apa (null).  $H_0$  pada penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Hipotesis alternatif atau kerja adalah hipotesis yang menggambarkan hubungan antar variabel.  $H_a$  pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara *Self-Regulated Learning* kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan :



#### B. Variabel Penelitian

##### 1. Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel yang memiliki pengaruh terhadap variabel lain atau yang muncul lebih dahulu dibandingkan dengan variabel terikat (Syahroni, 2022). Variabel bebas pada penelitian ini adalah *Self-Regulated Learning* pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.

##### 2. Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Syahroni, 2022). Variabel terikat pada penelitian ini adalah

kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.

### C. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Proses pengumpulan data terfokus pada waktu pengukuran dan pengamatan data terhadap variabel terikat dan bebas. Penelitian dapat terhubung antara variabel bebas yaitu *Self-Regulated Learning* dengan variabel terikat yaitu kebiasaan prokrastinasi akademik.

### D. Populasi dan Sampel Penelitian

#### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah umum yang terdiri dari obyek atau subyek mempunyai jumlah dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya. Dalam penelitian ini, populasi terdiri 173 responden mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2023.

#### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi (Syahroni, 2022). Teknik penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Teknik *simple random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan acak dan semua populasi memiliki kesempatan

yang sama untuk diambil sebagai sampel. Jumlah sampel yang didapat ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + (Ne)^2}$$

Keterangan

n = Sampel Penelitian

N = Populasi Penelitian

e = Nilai Presisi 95% atau sig. 0,05

Dengan jumlah populasi 173 dapat ditentukan sampel dengan rumus slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{173}{1 + (173 \times (0,05)^2)}$$

$$n = \frac{173}{1 + (173 \times 0,0025)}$$

$$n = \frac{173}{1 + 0,43}$$

$$n = \frac{173}{1,43}$$

$$n = 120,979021 \rightarrow \text{dibulatkan } 121$$

Hasil yang didapat adalah 120,979021 maka jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 121 sampel.

#### a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan ciri ciri umum topik penelitian kelompok sasaran yang dapat diakses dan diselidiki. Kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu :

- 1) Mahasiswa aktif S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2023 Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

2) Mahasiswa yang bersedia menjadi responden.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria yang dapat dipenuhi oleh subjek yang mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat yang ditetapkan untuk sampel penelitian, seperti hambatan etika, penolakan untuk menjawab atau mengisi kuesioner dan menolak menjadi responden (Syahroni, 2022). Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2023 yang sedang cuti atau sakit.
2. Mahasiswa yang mengundurkan diri pada saat penelitian.

**E. Tempat dan Waktu Penelitian**

**1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

**2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan September – Oktober 2025.

## F. Definisi Operasional dan Definisi Istilah

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
<b>Self-Regulated Learning</b>	<i>Self-Regulated Learning</i> (SRL) adalah pengaturan diri dalam belajar guna menyelesaikan tugas angkatan 2023 S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Terdapat 3 aspek SLR yaitu : 1. Kognisi 2. Motivasi 3. Perilaku	Kuesioner AASRL ( <i>Assessing Academic Self-Regulated Learning</i> ) terdiri dari 25 pernyataan yang menggunakan skala likert. SS : 4 S : 3 TS : 2 STS : 1	Rentang nilai 25 – 100 dengan skor terendah 25 dan skor tertinggi 100 dengan kategori: Tinggi : 75-100 Sedang: 50 – 74 Rendah : 25 – 49	Ordinal
<b>Kebiasaan Prokrastinasi Akademik</b>	Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda baik dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas secara keseluruhan oleh angkatan 2023 S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Terdapat enam indikator yaitu : 1. Menunda mengerjakan makalah dan media presentasi 2. Tidak menyempatkan belajar untuk menghadapi ujian 3. Menunda merangkum atau membaca materi kuliah mingguan 4. Mengundur melakukan urusan administratif 5. Terlambat atau tidak menghadiri perkuliahan/ pertemuan 6. Mengutamakan hal lain yang tidak lebih	Kuesioner PASS ( <i>Procrastination Assessment Scale Student</i> ) terdiri dari 15 pernyataan menggunakan skala likert. S : 4 HS : 3 HTP : 2 TP : 1	Rentang nilai 15 - 60 dengan skor terendah 15 dan skor tertinggi 60 dengan kategori: Tinggi : 45 – 60 Sedang : 30 – 44 Rendah : 15 – 29	Ordinal

---

penting daripada tugas kuliah.

---

## G. Instrumen atau Alat Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Data

- a. Kuesioner A, terdapat komponen tentang demografi mengenai inisial, dan jenis kelamin.
- b. Kuesioner B, berisi tentang *self-regulated learning* mahasiswa dari beberapa aspek *self-regulated learning* yaitu kognitif, motivasi, serta perilaku. Kemudian responden diminta mengklik pada kotak dengan pilihan sebagai berikut; sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju. Kuesioner *Assessing Academic Self-Regulated Learning* (AASRL) yang di kembangkan Wolters (2003) dan diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Jannati (2020) terdiri dari 30 pernyataan dengan menggunakan skala likert dengan bobot yang dikategorikan pada masing masing kuesioner dengan pernyataan *favourable* yaitu skor Sangat Setuju (SS) : 4, Setuju (S) : 3, Tidak Setuju (TS) : 2, Sangat Tidak Setuju (STS) : 1. Dan sebaliknya pada kuesioner dengan pernyataan *unfavourable* yaitu skor Sangat Setuju (SS) :1, Setuju (S) : 2, Tidak Setuju (TS) : 3, Sangat Tidak Setuju (STS) : 4.

Tabel 3. 2 Indikator Kuesioner AASRL

Komponen	Nomor Item	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Kognitif	1,2,3,4,5,6,7,8	1,2,4,5,6,8	3,7	8
Motivasi	9,10,11,12,13, 14,15,16,17	9,11,12,13,1 4,15,16	10,17	9
Perilaku	18,19,20,21,22 ,23,24,25	18,19,20,21, 22,24	23,25	8
<b>Jumlah Total</b>		<b>19</b>	<b>6</b>	<b>25</b>

- c. Kuesioner C, berisi tentang kebiasaan prokrastinasi akademik menggunakan kuesioner berdasarkan beberapa indikator menunda mengerjakan makalah dan media presentasi, tidak menyempatkan belajar untuk menghadapi ujian, menunda merangkum atau membaca materi kuliah mingguan, mengundur melakukan urusan administratif, terlambat atau tidak menghadiri perkuliahan atau pertemuan, mengutamakan hal lain yang tidak lebih penting dari pada tugas kuliah. Kuesioner *Procrastination Assesment Scale-Student* (PASS) dikembangkan oleh Solomon dan Rothblum (1984) dan bagian pertama kuesioner yang sudah di adaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Jannati (2020) terdiri 18 pernyataan dengan skala likert dengan jumlah bobot yang sudah dikategorikan pada pernyataan *favourable* yaitu skor Selalu (S) :4, Hampir Selalu (HS) : 3, Hampir Tidak Pernah (HTP) :2, Tidak Pernah (TP) : 1. Dan sebaliknya pada pernyataan *unfavourable* yaitu skor Selalu (S) :1, Hampir Selalu (HS) : 2, Hampir Tidak Pernah (HTP) :3, Tidak Pernah (TP) : 4.

Tabel 3. 3 Indikator Kuesioner PASS

Komponen	Nomor Item	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Menunda mengerjakan makalah dan media presentasi	1,2,3	3	1,2	3
Tidak menyempatkan belajar untuk menghadapi ujian	4	4		1
Menunda merangkum atau membaca materi kuliah mingguan	5,6,7	5,6	7	3
Mengundur melakukan urusan administratif	8,9,10	8,9	10	3
Terlambat atau tidak menghadiri perkuliahan/pertemuan	11,12	11,12		2
Mengutamakan hal lain yang tidak lebih penting dari pada tugas kuliah.	13,14,15	13,14	15	3
<b>Jumlah Total</b>		<b>10</b>	<b>5</b>	<b>15</b>

## 2. Uji Instrumen Penelitian

### a. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui serta menguji ketepatan dan ketetapan suatu alat ukur untuk dipergunakan sebagai pengukur sesuatu yang seharusnya di ukur (Rosita et al., 2021). Pengujian uji validitas tersebut dinyatakan valid apabila  $r_{hitung} > r_{table}$  dan dinyatakan tidak valid apabila  $r_{hitung} < r_{table}$ .

Uji validitas ini dilakukan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2022, dengan 1/3 responden dari sampel yaitu 40 responden. Kuesioner

*Assessing Academic Self-Regulated Learning* terdiri 30 item pernyataan yang tidak valid 5 nomor yaitu nomor 3, 8, 11, 16, dan 20 karena  $r_{hitung} < r_{table}$  (0,3120) maka item yang tidak valid tersebut dihilangkan karena ada item yang mewakili. Nomor lainnya valid karena nilai  $r_{hitung} > r_{table}$  (0,3120). Kuesioner *Procrastination Assessment Scale-Student* (PASS) terdiri 18 item pernyataan yang tidak valid 3 nomor yaitu nomor 4, 6, dan 15 karena  $r_{hitung} < r_{table}$  (0,3120) maka item yang tidak valid tersebut dihilangkan karena ada item yang mewakili. Nomor lainnya valid karena nilai  $r_{hitung} > r_{table}$  (0,3120).

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian adalah alat untuk menentukan apakah kuesioner yang dapat digunakan dalam pengumpulan data dapat dianggap reliabel atau tidak (Rosita et al., 2021). Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode *Alpha Cronbach*. Menurut Rosita et al., (2021) suatu variabel dikatakan reliabel atau konsisten dalam pengukuran jika nilai *Alpha Cronbach* ( $\alpha$ )  $> 0,60$ . Nilai *Cronbach's alpha*  $< 0,60$  dinyatakan tidak reliabel.

Uji reliabilitas dilaksanakan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2022. Dengan 1/3 responden dari sampel yaitu sebanyak 40 responden pada variabel. Hasil variabel kuesioner *Assessing Academic Self-Regulated Learning* dikatakan reliabel karena nilai *alpha Cronbach* ( $\alpha$ ) 0,889  $> 0,60$ . Sedangkan hasil variabel kuesioner *Procrastination Assessment*

*Scale-Student (PASS)* dikatakan reliabel karena nilai *alpha Cronbach* ( $\alpha$ )  $0,846 > 0,60$ .

## H. Metode Pengumpulan Data

### 1. Data Primer

Data primer dalam penelitian merupakan data atau informasi yang dikumpulkan langsung dari sumbernya (Syahroni, 2022). Tujuan dari data primer ini adalah untuk memperoleh langsung dari responden tentang hubungan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan.

### 2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dari orang lain, kantor berupa laporan, profil, panduan perjalanan, perpustakaan, dan lain-lain. Prosedur pengumpulan data dilakukan dalam beberapa tahapan antara lain:

- a. Pada tahap awal penelitian, peneliti meminta izin untuk melakukan penelitian kepada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- b. Setelah mendapat surat izin dari Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, selaku peneliti menyampaikan surat penelitian kepada Dekan Fakultas kemudian akan menerima surat persetujuan dan tanggapan untuk melakukan penelitian.

- c. Setelah mendapatkan izin, peneliti menunggu beberapa saat untuk menyiapkan materi yang akan digunakan dalam penelitian.
- d. Peneliti menjelaskan tujuan penelitian kepada mahasiswa yang akan menjadi responden.
- e. Setelah mahasiswa memahami tujuan penelitian ini, peneliti memberikan formulir persetujuan responden untuk ditandatangani sebagai tanda kesediaan berpartisipasi dalam penelitian.
- f. Peneliti menjelaskan cara pengisian identitas dan cara pengisian kuesioner yaitu dengan mengklik pada kolom *google form* yang dianggap sesuai dengan pernyataan responden.
- g. Peneliti membagikan link kuesioner kepada responden.
- h. Jika responden tidak memahami suatu pernyataan, peneliti akan memberikan waktu untuk bertanya.
- i. Kuesioner yang telah diisi secara lengkap bisa langsung disubmit, dan peneliti mengevaluasi skor kuesioner yang telah diisi responden.
- j. Peneliti mengolah data dan menginterpretasikan hasil penelitian.

## **I. Rencana Analisis Data**

### **1. Pengolahan Data**

Data yang baru dikumpulkan melalui google form masih berupa data mentah dan memerlukan tahap pengolahan sebelum dianalisis. Dalam penelitian pengolahan data secara umum dilaksanakan melalui beberapa tahapan yaitu :

a. Pengeditan Data (*editing*)

Editing yaitu dengan memeriksa kembali kelengkapan data yang dimasukkan responden. Hal ini dilakukan untuk memastikan seluruh kuesioner telah dijawab secara lengkap oleh responden, sehingga tidak terjadi pengumpulan data baru.

b. *Coding*

Coding yaitu setiap variabel yang tercatat diberi kode atau jawaban responden diubah dengan kode untuk memudahkan pengelolaan lebih lanjut.

c. Tabulasi Data

Tabulasi data merupakan data yang dikumpulkan dihitung secara statistic dan dimasukkan ke dalam format table yang berisi data yang perlu dianalisis.

d. Entry Data

Entry data yaitu memasukkan data ke dalam database komputer ke dalam program analisis data (SPSS, Epi, Info, dan Epi Data).

e. Analisis Data

Analisis data yaitu setelah diolah dan data tersebut perlu ditampilkan dalam bentuk table.

f. *Cleaning Data*

Peneliti memeriksa kembali seluruh proses mulai dari pengkodean dan seterusnya untuk memastikan tidak ada kesalahan pada

data yang dimasukkan sehingga analisis dapat dilakukan dengan menggunakan program analisis statistic komputer.

## 2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan alat komputer dengan program SPSS. Data yang diperoleh kemudian analisis menggunakan analisis univariat dan bivariat.

### a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan dalam penelitian deskriptif dan analitik. Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel penelitian. Variabel yang dianalisis secara univariat dalam penelitian ini untuk menggambarkan karakteristik responden, *self-regulated learning* dan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan.

### b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis data yang mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Analisis bivariat pada penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan uji *statistic non parametric* sebagai alat untuk mengukur hubungan data ordinal dan ordinal. Uji *statistic non parametric* ini

menggunakan uji korelasi *Spearman rank*, dan melaporkan hasilnya.

Dasar pengambilan keputusan pada uji ini adalah (Hasnidar, 2020):

- 1) Apabila nilai sig. kurang dari 0,05 maka terdapat korelasi yang signifikan antara variabel yang dihubungkan. Apabila nilai sig. lebih dari 0.05 maka tidak terdapat korelasi yang signifikan antara variabel yang dihubungkan.
- 2) Koefisien korelasi

**Tabel 3. 4 Nilai Koefisien Korelasi (Sari Sasi Gendro, 2022)**

Kategori	Tingkat Keeratan
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Cukup
0,40 – 0,599	Kuat
0,60 – 0,799	Sangat Kuat
0,80 - 1,00	Sempurna

- 3) Arah Hubungan
  - a) Arah hubungan searah atau disebut juga dengan positif, maka semakin besar atau tinggi nilai satu variabel, maka semakin besar atau tinggi pula nilai variabel lainnya
  - b) Apabila arah hubungan berlawanan arah atau disebut negatif, maka semakin besar atau tinggi nilai satu variabel, maka semakin kecil atau rendah pula variabel lainnya.

## J. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan kode etik yang berlaku bagi semua pihak yang melakukan kegiatan penelitian yang didalamnya peneliti terlibat dan menjadi pertimbangan pihak-pihak (subyek penelitian) dan masyarakat yang

terkena dampak hasil penelitian tersebut (Syahroni, 2022). Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini di antara lain:

### 1. *Informed Consent* (lembar persetujuan)

Pernyataan persetujuan dibuat antara peneliti dan responden. Penelitian ini menggunakan *informant consent* yang ditandatangani oleh responden sebagai bukti persetujuan untuk berpartisipasi. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti menjelaskan tujuan penelitian kepada responden. Setelah memahaminya, responden menandatangani formulir persetujuan. Namun penelitian ini tidak memaksa jika responden tidak bersedia.

### 2. *Anonimity* (tanpa nama)

Untuk menjaga kerahasiaan, responden dalam penelitian ini tidak diharuskan menyebut nama lengkapnya saat mengisi kuesioner, melainkan hanya inisial depannya saja.

### 3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Memastikan kerahasiaan hasil penelitian dan data responden tidak dibagikan.

### 4. *Beneficience* (manfaat)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi responden tidak dibagikan dan meminimalisir dampak negatif bagi responden.

### 5. *Nonmaleficence* (keamanan)

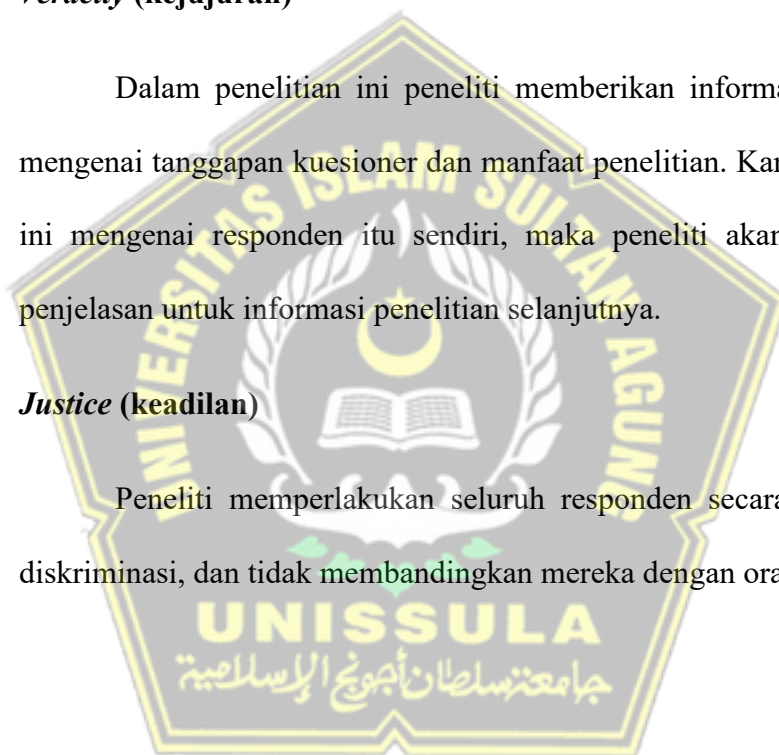
Dalam penelitian ini, alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey sederhana. Dimana responden cukup mengisi formulir persetujuan untuk menjadi responden, tidak ada resiko yang terjadi pada responden.

### 6. *Veracity* (kejujuran)

Dalam penelitian ini peneliti memberikan informasi yang jujur mengenai tanggapan kuesioner dan manfaat penelitian. Karena penelitian ini mengenai responden itu sendiri, maka peneliti akan memberikan penjelasan untuk informasi penelitian selanjutnya.

### 7. *Justice* (keadilan)

Peneliti memperlakukan seluruh responden secara setara tanpa diskriminasi, dan tidak membandingkan mereka dengan orang lain.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Pengantar Bab**

Hasil penelitian tentang Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang akan dibahas pada bab ini. Sebelum melakukan penelitian, peneliti sudah melakukan uji validitas kuesioner di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung untuk mengetahui keakuratan kuesioner yang digunakan. Setelah mendapatkan hasil yang valid, selanjutnya peneliti melakukan pengambilan data pada bulan September dengan 121 responden. Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2023 dan tentunya telah mencakup standar kriteria inklusi dan eksklusi.

#### **B. Data Demografi Responden**

Masing-masing responden penelitian Mahasiswa di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang memiliki data demografi yang berbeda-beda setiap individunya. Oleh sebab itu, peneliti akan mendeskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

## 1. Jenis Kelamin

**Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Mahasiswa di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung September 2025 (n=121)**

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki – laki	14	11.6
Perempuan	107	88.4
<b>Total</b>	<b>121</b>	<b>100</b>

Tabel 4.1 menunjukkan hasil bahwa data tertinggi responden dengan jenis kelamin Perempuan sebanyak 107 mahasiswa dengan jumlah presentase (88.4%), dan hasil terendah responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 mahasiswa dengan presentase (11.6%).

## C. Analisis Univariat

### 1. *Self-Regulated Learning*

**Tabel 4. 2 Distribusi *Self-Regulated Learning* Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung September 2025 (n=121)**

<i>Self-Regulated Learning</i> (SLR)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	83	68.6
Sedang	35	28.9
Rendah	3	2.5
<b>Total</b>	<b>121</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 4.2 didapatkan hasil dimana *self-regulated learning* (SRL) mahasiswa ilmu keperawatan terbesar yaitu dalam kategori tinggi sebanyak 83 responden dengan persentase (68.6%), dan hasil paling sedikit dalam kategori rendah sebanyak 3 responden dengan persentase (2.5%).

## 2. Kebiasaan Prokrastinasi Akademik

**Tabel 4. 3 Distribusi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung September 2025 (n=121)**

Kebiasaan Prokrastinasi Akademik (KPA)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	11	9.1
Sedang	34	28.1
Rendah	76	62.8
Total	121	100

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil dimana kebiasaan prokrastinasi akademik mahasiswa paling banyak yaitu dalam kategori rendah sebanyak 76 responden dengan persentase (49.2%), dan hasil paling sedikit dalam kategori tinggi sebanyak 11 responden dengan persentase (9.1%).

### D. Analisis Bivariat

Dari hasil Analisa univariat kemudian dilakukan Analisa Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan hasil sebagai berikut:

#### 1. Uji spearman rank

**Tabel 4. 4 Uji Spearman rank Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Pada S1 Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang September 2025 (n=121)**

Variabel Penelitian	N	P-Value	R
<i>Self-Regulated Learning</i> Kebiasaan Prokrastinasi Akademik	121	0,001	-0,666

Berdasarkan tabel 4.4 diperoleh informasi bahwa hubungan antara *Self-Regulated Learning* (SRL) dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik (KPA) menunjukkan nilai signifikan 0,001 nilai tersebut  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima, yang artinya terdapat hubungan antara SLR dengan KPA. Pada angka koefisiensi korelasi sebesar -0,666, artinya tingkat keeratan hubungan (korelasi) antara SLR dengan KPA adalah sebesar -0,666 atau masuk dalam kategori sangat kuat. Tanda negatif (-) pada nilai korelasi menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel berlawanan artinya semakin tinggi *Self-Regulated Learning* (SRL), maka Kebiasaan Prokrastinasi Akademik (KPA) mahasiswa akan semakin rendah dan sebaliknya.

## 2. Crosstabulation

Tabel 4. 5 Tabulasi silang hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang September 2025 (n=121)

		SLR * KPA							
		Kebiasaan Prokrastinasi Akademik (KPA)							
		Tinggi		Sedang		Rendah		Total	
		n	%	n	%	n	%	n	%
<b><i>Self-Regulated Learning</i> (SRL)</b>	Tinggi	6	7.2	15	18.1	62	74.7	83	100
	Sedang	3	8.6	18	51.4	14	40.0	35	100
	Rendah	2	66.7	1	33.3	0	0.0	3	100
<b>Total</b>		11	9.1	34	28.1	76	62.8	121	100

Berdasarkan tabel 4.5 diperoleh informasi bahwa responden dengan *Self-Regulated Learning* (SRL) dalam kategori tinggi sebanyak 83 responden dengan rincian 6 responden dalam kategori Kebiasaan

Prokrastinasi Akademik (KPA) tinggi, 15 dalam kategori sedang, dan 62 responden dalam kategori rendah. Responden dengan *Self-Regulated Learning* (SRL) dalam kategori sedang sebanyak 35 responden dengan rincian 3 responden dalam kategori Kebiasaan Prokrastinasi Akademik (KPA) tinggi, 18 responden dalam kategori sedang, dan 14 responden dalam kategori rendah. Sementara itu, responden dengan *Self-Regulated Learning* (SRL) dalam kategori rendah sebanyak 3 responden, dengan rincian 2 responden dalam kategori Kebiasaan Prokrastinasi Akademik (KPA) tinggi, dan 1 responden dalam kategori sedang, serta tidak ada yang dalam kategori rendah.



## BAB V

### PEMBAHASAN

#### A. Pengantar Bab

Pembahasan pada bab ini akan memaparkan hasil penelitian tentang Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pembahasan hasil dari penelitian berupa interpretasi dan uji hasil.

Penelitian ini mengambil 121 responden dan dilaksanakan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung. Penelitian ini mengukur tentang hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian ini diukur menggunakan kuesioner yang sudah disediakan indikatornya.

#### B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

##### 1. Karakteristik Responden

###### a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah responden berjenis kelamin perempuan 107 dengan persentase (88,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang menjadi subjek penelitian adalah perempuan. Komposisi

mahasiswa keperawatan yang secara umum lebih banyak diminati oleh Perempuan. Dominasi ini berpotensi mempengaruhi pola belajar, strategi akademik, serta kecenderungan regulasi mahasiswa dalam penelitian ini.

Jenis kelamin merupakan perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan yang tercermin melalui variasi bentuk, karakteristik, serta fungsi fisik, sekaligus menggambarkan peran dan tanggung jawab sosial yang dibentuk oleh norma masyarakat (Febianti et al., 2023). Perbedaan tersebut tidak hanya tampak secara fisik tetapi juga berpengaruh terhadap cara individu mengelola tanggung jawab aktivitas sehari-hari, termasuk dalam konteks akademik. Perempuan cenderung memiliki perencanaan belajar yang lebih teratur dibandingkan laki-laki (Rahmani, 2024).

Dalam penelitian ini, dominasi responden perempuan berpotensi menjelaskan kecenderungan regulasi belajar yang lebih baik, terutama terkait kedisiplinan, ketekunan, dan konsistensi dalam menyelesaikan tugas akademik. Pendidikan keperawatan, khususnya di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung menekankan nilai-nilai tanggung jawab, amanah, serta profesionalisme yang selaras dengan karakteristik umum yang sering ditunjukkan mahasiswa perempuan, seperti ketelitian dan kepatuhan jadwal akademik. Selain itu, kegiatan akademik dan praktikum keperawatan yang padat menuntut mahasiswa memiliki manajemen waktu yang baik,

kemampuan adaptasi, serta komitmen dalam menyelesaikan tanggung jawab akademik.

Berdasarkan hal tersebut dapat diasumsikan bahwa dominasi responden perempuan dalam penelitian ini mencerminkan kecenderungan mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki perencanaan belajar teratur, kedisiplinan akademik yang baik, dan kemampuan regulasi akademik yang baik. Kondisi ini selaras dengan karakteristik profesi keperawatan yang menuntut ketelitian, tanggung jawab, dan kemampuan mengatur waktu secara efektif. Dominasi perempuan dalam penelitian ini berpotensi selaras dengan kecenderungan temuan penelitian.

## 2. Analisis Univariat

### a. *Self-Regulated Learning*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung memiliki tingkat *Self-Regulated Learning* dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 83 responden (68,6%). Tingginya *Self-Regulated Learning* ini mengindikasikan bahwa mahasiswa telah mampu mengatur, mengontrol, dan mengarahkan proses belajarnya secara mandiri. Dalam konteks pendidikan tinggi, khususnya pendidikan keperawatan, kemampuan regulasi diri merupakan aspek yang sangat penting karena berkaitan langsung dengan keberhasilan akademik dan kesiapan menghadapi tuntutan praktik klinik. Temuan ini sejalan dengan Wolters

et al. (2003, dalam Jannati, 2020) yang menyatakan bahwa *Self-Regulated Learning* berfungsi sebagai proses internal yang memungkinkan individu mengelola tujuan, strategi, dan perilaku dalam upaya mencapai hasil belajar yang optimal.

Secara teoretis, *Self-Regulated Learning* terdiri dari tiga komponen utama, yaitu aspek motivasi, aspek kognitif, dan aspek perilaku. Tingginya *Self-Regulated Learning* mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga komponen tersebut bekerja secara sinergis. Aspek motivasi menjadi komponen yang memiliki nilai tertinggi pada penelitian ini, menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki dorongan internal yang kuat dalam mencapai tujuan akademik dan profesionalnya. Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung umumnya memiliki orientasi tujuan jangka panjang, seperti menjadi perawat profesional yang berakhlak, sehingga mereka lebih terdorong untuk belajar secara mandiri dan tidak bergantung sepenuhnya pada arahan dosen. Lingkungan pembelajaran Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung menekankan nilai amanah dan tanggung jawab turut memperkuat motivasi. Motivasi yang tinggi juga berkaitan dengan keyakinan diri (*self-efficacy*) dalam menghadapi materi perkuliahan yang kompleks dan lingkungan belajar yang menuntut.

Selain aspek motivasi yang dominan (26,46), mahasiswa dalam penelitian ini juga menunjukkan kemampuan kognitif yang baik dalam

mengelola materi pembelajaran. Aspek kognitif dalam *Self-Regulated Learning* mencakup kemampuan untuk memilih strategi belajar yang efektif, seperti membaca ulang materi, membuat catatan, mengorganisasi informasi, serta melakukan monitoring terhadap pemahaman diri. Di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung, kegiatan seperti *field study*, diskusi kasus, dan praktik laboratorium membuat mahasiswa terbiasa menggunakan strategi kognitif yang mendukung pemahaman mendalam. Nilai rata-rata aspek kognitif (22,27) menunjukkan bahwa mahasiswa telah terbiasa menggunakan strategi belajar yang mendukung pemahaman mendalam dan keberhasilan akademik, terutama ketika menghadapi materi klinis yang kompleks.

Dari aspek perilaku, mahasiswa keperawatan dalam penelitian ini mampu menunjukkan kemampuan manajemen diri yang baik. Aspek perilaku dalam *Self-Regulated Learning* ditunjukkan melalui manajemen waktu, pengaturan lingkungan belajar, kemampuan mengurangi distraksi, serta kesediaan untuk mencari bantuan ketika mengalami kesulitan. Nilai rata-rata aspek perilaku (21,73) menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengatur ritme belajar, meminimalkan penundaan, serta menciptakan kondisi belajar yang mendukung. Sistem pembimbing akademik di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung, dimana dosen wali memantau perkembangan mahasiswa secara berkala, turut mendorong

munculnya refleksi diri. Dalam Pendidikan keperawatan Kemampuan refleksi diri sangat penting untuk meningkatkan keterampilan klinik dan mencegah kesalahan dalam praktik, sehingga pembiasaan reflektif di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung ikut memperkuat perilaku *Self-Regulated Learning*.

Tingginya *Self-Regulated Learning* pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung juga perlu dipahami dalam konteks karakteristik responden. Seluruh responden berasal dari angkatan 2023 yang berada pada semester lima, yaitu masa transisi penting dari pembelajaran teoretis menuju praktik klinik awal. Pada fase ini, mahasiswa mulai terlibat dalam kegiatan seperti field study, simulasi klinik, dan praktik laboratorium, yang merupakan ciri khas pembelajaran klinik bertaap di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung. Tahap ini menuntut kemandirian belajar yang lebih tinggi karena mahasiswa harus mempersiapkan diri untuk menghadapi tuntutan klinis yang lebih kompleks pada semester berikutnya. Kondisi ini mendorong perkembangan *Self-Regulated Learning* secara lebih intensif, sehingga hasil penelitian menunjukkan kecenderungan *Self-Regulated Learning* yang tinggi pada mayoritas mahasiswa.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya. Zheng dan Zhang (2020) menemukan bahwa mahasiswa dengan *Self-Regulated Learning* yang tinggi memiliki fokus belajar yang lebih jelas, mampu menetapkan tujuan akademik yang terarah,

serta lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan pembelajaran. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Lidiawati dan Helsa (2021) yang menyatakan bahwa *Self-Regulated Learning* berhubungan erat dengan kedisiplinan dan prestasi akademik mahasiswa. Perbandingan ini menunjukkan bahwa tinggi rendahnya *Self-Regulated Learning* pada mahasiswa keperawatan sangat dipengaruhi oleh tuntutan akademik, lingkungan pembelajaran, dan karakteristik program studi. Dalam konteks Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung integrasi nilai islam, pembelajaran berbasis praktik, dan sistem evaluasi berkelanjutan menjadi faktor yang turut memperkuat regulasi diri mahasiswa.

Makna penting dari tingginya *Self-Regulated Learning* dalam penelitian ini adalah bahwa mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung telah memiliki modal yang kuat untuk menghadapi beban akademik dan klinik pada tahap pendidikan berikutnya. *Self-Regulated Learning* yang tinggi menunjukkan bahwa mahasiswa telah mampu menyusun strategi belajar, mempertahankan motivasi dalam jangka panjang, serta menyesuaikan perilaku dengan tuntutan akademik dan klinis. Namun demikian, meskipun aspek motivasi menjadi yang paling dominan, kemampuan kognitif dan perilaku tetap perlu terus diperkuat agar *Self-Regulated Learning* dapat berfungsi secara optimal. Penguatan strategi belajar, manajemen waktu, dan kontrol lingkungan belajar perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk

memastikan mahasiswa memiliki kesiapan yang memadai dalam menghadapi praktik klinik dan pendidikan profesi.

#### **b. Prokrastinasi Akademik**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung memiliki kebiasaan prokrastinasi akademik pada kategori rendah, yaitu sebanyak 76 responden (62,8%). Temuan ini memperlihatkan bahwa mayoritas mahasiswa mampu menyelesaikan tugas tepat waktu dan tidak memiliki kecenderungan menunda pekerjaan akademik secara berlebihan. Rendahnya prokrastinasi akademik ini mengindikasikan adanya kemampuan pengaturan diri yang baik dalam mengelola waktu, fokus, serta tuntutan akademik yang padat. Dalam konteks pendidikan Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung, hampir seluruh aktivitas akademik baik teori, praktik laboratorium, simulasi, maupun tugas terstruktur menggunakan sistem evaluasi berkelanjutan yang tidak memberikan ruang bagi mahasiswa untuk menunda penyelesaian tugas. Keteraturan jadwal yang ketat inilah yang membuat prokrastinasi akademik menjadi rendah.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Solomon dan Rothblum (1984, dalam Jannati, 2020), prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang disengaja terhadap tugas meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan dampak negatif bagi pencapaian akademik. Prokrastinasi terjadi karena

berbagai faktor, seperti kurangnya motivasi, lemahnya manajemen waktu, ketidakmampuan mengatasi kecemasan akademik, dan rendahnya kontrol diri. Oleh sebab itu, rendahnya tingkat prokrastinasi pada mahasiswa keperawatan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mereka sudah memiliki kontrol diri yang cukup baik dalam mengatasi dorongan untuk menunda serta mampu mengatur perilaku belajar sesuai dengan tuntutan kurikulum. Hal ini relevan dengan model pembelajaran di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung yang menekankan kedisiplinan, kemandirian, serta kemampuan refleksi sebagai bagian dari kompetensi professional.

Rendahnya kebiasaan menunda tugas pada mahasiswa dapat dijelaskan oleh karakteristik pendidikan keperawatan yang memiliki beban akademik tinggi dan terstruktur. Mahasiswa keperawatan harus menyelesaikan berbagai jenis tugas seperti laporan pendahuluan, laporan kasus, modul praktik, jurnal refleksi, dan persiapan OSCE dalam batas waktu tertentu. Penilaian setiap komponen ini sangat menentukan kelulusan praktik maupun nilai akhir, sehingga perilaku menunda tugas menjadi tidak memungkinkan. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk menyusun jadwal belajar secara disiplin, bertanggung jawab terhadap tugas-tugas akademik, dan mampu membagi waktu antara teori dan praktik.

Selain tuntutan kurikulum, konteks responden dalam penelitian ini juga berperan penting. Seluruh responden merupakan mahasiswa

semester lima yang berada pada masa transisi menuju praktik klinik. Pada tahap ini mahasiswa keperawatan mulai dihadapkan pada situasi pembelajaran yang lebih kompleks, di mana tugas teori berjalan bersamaan dengan persiapan praktik klinik. Di Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung sudah mulai mengikuti field study, skill laboratorium lanjutan, dan simulasi klinik, sehingga kemampuan manajemen waktu menjadi sangat krusial. Mahasiswa yang menunda tugas akademik akan menghadapi hambatan dalam mempersiapkan diri untuk praktik, sehingga motivasi untuk menyelesaikan tugas tepat waktu meningkat. Masa transisi ini dapat menjelaskan mengapa tingkat prokrastinasi mahasiswa berada pada kategori rendah.

Selain itu, berdasarkan hasil analisis deskriptif pada indikator prokrastinasi akademik, bentuk perilaku prokrastinasi yang paling sering dilakukan mahasiswa adalah menunda mengerjakan makalah dan media presentasi dengan nilai rata-rata 4,65, serta menunda merangkum atau membaca materi kuliah mingguan dengan nilai rata-rata 4,54. Hal ini menunjukkan bahwa bentuk prokrastinasi yang muncul cenderung berkaitan dengan aktivitas akademik yang membutuhkan konsentrasi lebih tinggi dan waktu pengerjaan lebih panjang. Meskipun demikian, indikator dengan nilai rata-rata terendah yaitu tidak menyempatkan belajar untuk menghadapi ujian (1,95) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tetap memiliki

kesadaran akademik dan tanggung jawab dalam mempersiapkan diri menghadapi evaluasi pembelajaran.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratitis et al., (2021) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tuntutan akademik tinggi cenderung memiliki tingkat prokrastinasi rendah. Hal ini terjadi karena tugas-tugas yang terstruktur dan memiliki batas waktu jelas mendorong mahasiswa untuk disiplin dan menghindari penundaan. Selain itu, Mu'alima (2021) juga menegaskan bahwa kemampuan manajemen waktu dan pengaturan diri yang baik berkontribusi terhadap rendahnya perilaku prokrastinasi akademik. Kesamaan temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan pembelajaran yang menekankan kedisiplinan, evaluasi berkelanjutan, dan tanggung jawab akademik berperan besar dalam mengurangi kecenderungan mahasiswa untuk menunda tugas. Pada konteks Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung pendekatan pembelajaran berbasis nilai Islam yang menekankan amanah, disiplin, dan tanggung jawab turut memperkuat perilaku akademik yang tidak menunda pekerjaan.

Makna dari temuan ini adalah bahwa rendahnya prokrastinasi akademik menunjukkan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik dan klinik yang lebih kompleks pada tahap pendidikan selanjutnya. Kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu mencerminkan penguasaan manajemen waktu, kontrol diri, dan motivasi belajar yang baik. Hal ini menjadi modal penting bagi

mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung yang akan memasuki praktik klinik dan Pendidikan profesi yang lebih menuntut kedisiplinan. Namun demikian, masih terdapat sebagian kecil mahasiswa keperawatan yang berada pada kategori prokrastinasi tinggi, sehingga diperlukan dukungan tambahan seperti pelatihan manajemen waktu atau pendampingan akademik untuk membantu mahasiswa tersebut mengembangkan kebiasaan belajar yang lebih efektif.

### 3. Analisis Bivariat

#### a. Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan

Hasil analisis penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *Self-Regulated Learning* dengan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung dengan p-value 0,001 ( $p\text{-value} < 0,05$ ). Nilai koefisien korelasi sebesar -0,666 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat negatif dan memiliki tingkat keeratan yang sangat kuat. Arah hubungan negatif tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi *Self-Regulated Learning* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kebiasaan prokrastinasi akademik. Pola ini sesuai dengan karakteristik *Self-Regulated Learning* yang terdiri dari kemampuan mengatur kognisi, motivasi, dan perilaku, yang memungkinkan mahasiswa mengelola proses belajar secara terarah dan mandiri sebagaimana dijelaskan oleh

Wolters (2003, dalam Jannati, 2020) dalam teori *Self-Regulated Learning*.

Secara teoretis, temuan ini mendukung konsep bahwa prokrastinasi merupakan bentuk kegagalan regulasi diri. Ketika mahasiswa mampu merencanakan strategi belajar, memonitor kemajuan, dan mengontrol perilaku belajar, mereka akan lebih mampu menyelesaikan tugas tepat waktu dan tidak terdorong untuk menunda. Sebaliknya, mahasiswa dengan *Self-Regulated Learning* rendah cenderung mengalami kesulitan mengatur waktu dan menetapkan prioritas, sehingga lebih mudah terjebak dalam penundaan akademik.

Dari sisi konteks Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung, hubungan ini semakin jelas karena karakteristik pembelajaran keperawatan sangat menuntut regulasi diri. Mahasiswa semester lima berada pada fase transisi menuju praktik klinik awal, dimana mahasiswa mulai menghadapi kombinasi antara teori, skill laboratorium lanjutan, persiapan OSCE, dan kegiatan laboratorium. Semua aktivitas memiliki batas waktu yang ketat dan sistem evaluasi berkelanjutan. Mahasiswa dengan *Self-Regulated Learning* tinggi mampu mengatur waktu, menjaga motivasi, memilih strategi belajar yang sesuai, dan mengatur lingkungan belajar agar tetap kondusif. Kondisi tersebut secara tidak langsung menurunkan prokrastinasi akademik, karena penundaan sedikit saja dapat menyebabkan ketidaksiapan praktik dan menurunkan performa klinik.

Selain itu, lingkungan akademik Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung yang berbasis nilai-nilai Islam juga memperkuat hubungan ini. Nilai Amanah, disiplin, dan tanggung jawab yang diajarkan dalam proses pembelajaran mendorong mahasiswa untuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan menghindari prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki *Self-Regulated Learning* tinggi cenderung lebih mampu menginternalisasi nilai-nilai tersebut dalam perilaku akademiknya, sehingga prokrastinasi dapat diminimalkan.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan pola hubungan negatif yang sama. Rizkyani (2020) menemukan hubungan negatif signifikan antara *Self-Regulated Learning* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Kimia, dengan nilai korelasi  $-0,409$ , yang termasuk kategori sedang, menunjukkan bahwa semakin baik regulasi diri, semakin rendah prokrastinasi akademik. Penelitian Uswatun et al., (2023) juga melaporkan nilai korelasi  $-0,441$ , yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu mengatur tujuan, motivasi, dan perilaku belajar cenderung lebih disiplin dan tidak menunda tugas-tugas akademik. Pratitis et al., (2021) juga menemukan hubungan negatif antara *Self-Regulated Learning* dan prokrastinasi, menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu mengontrol proses belajarnya dan mendapatkan dukungan sosial yang memadai akan lebih terhindar dari perilaku menunda tugas. Maijoita (2020) menegaskan bahwa

mahasiswa dengan *Self-Regulated Learning* tinggi lebih efektif dalam menetapkan tujuan, memilih strategi belajar, dan melakukan monitoring diri, sehingga kecil kemungkinannya untuk menunda penyelesaian tugas akademik. Temuan Mujirohrawati dan Khoirunnisa (2020) turut menguatkan bahwa *Self-Regulated Learning* berhubungan negatif dengan prokrastinasi pada siswa, karena kemampuan mengatur kognisi dan perilaku menurunkan kecenderungan untuk menunda.

Konsistensi temuan ini dengan berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hubungan negatif antara *Self-Regulated Learning* dan prokrastinasi akademik merupakan pola yang kuat dan stabil. Pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung hubungan ini semakin kuat karena tuntutan pembelajaran keperawatan yang padat, struktur penilaian yang berkelanjutan, dan nilai-nilai institusi yang menekan kedisiplinan dan profesionalisme. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *Self-Regulated Learning* memiliki peran penting dalam menurunkan kebiasaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. Penguatan aspek motivasi, strategi kognitif, dan perilaku belajar menjadi kunci untuk memastikan mahasiswa mampu mengelola tuntutan akademik dan praktik klinik secara optimal.

### C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah sulitnya menentukan waktu yang tepat untuk melakukan penelitian pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2023 dikarenakan padatnya jadwal jam perkuliahan yang berbeda dengan peneliti, sehingga mengharuskan peneliti untuk menyesuaikan jadwal secara bersamaan.

### D. Implikasi Untuk Keperawatan

Dari hasil penelitian mengenai Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang didapatkan data bahwa terdapat hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

#### 1. Profesi

Penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan yang berharga bagi para pembaca, khususnya mahasiswa keperawatan, untuk mencari informasi tentang *Self-Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik.

#### 2. Institusi

Penelitian ini menginformasikan kepada institusi Pendidikan kesehatan tentang *Self-Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik. Selain itu, Fakultas Ilmu Keperawatan dapat menggunakannya sebagai referensi untuk penelitian di masa depan.

### 3. Masyarakat

Penelitian ini memberikan informasi kepada Masyarakat tentang *Self-Regulted Learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa ilmu keperawatan.



## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang “Hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mayoritas responden didominasi oleh perempuan.
2. *Self-Regulated Learning* mahasiswa ilmu keperawatan sebagian besar dalam kategori tinggi.
3. Kebiasaan Prokrastinasi Akademik mahasiswa ilmu keperawatan sebagian besar dalam kategori rendah.
4. Penelitian ini menemukan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *Self-Regulated Learning* dan kebiasaan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi *Self-Regulated Learning* pada mahasiswa, maka akan semakin rendah kebiasaan prokrastinasi akademik mahasiswa. Kekuatan hubungan ini sangat kuat, sehingga *Self-Regulated Learning* menjadi salah satu faktor yang yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.

#### B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang tinggi dan kebiasaan

prokrastinasi akademik yang rendah. Kondisi ini perlu dipertahankan dan terus dikembangkan melalui kebiasaan belajar yang konsisten, manajemen waktu yang baik, serta peningkatan motivasi intrinsik. Mahasiswa juga diharapkan dapat menjadi teladan bagi rekan sebaya dalam mengelola waktu dan tanggung jawab akademik secara efektif.

## 2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat terus mendukung dan memperkuat kemampuan *self-regulated learning* mahasiswa melalui penerapan metode pembelajaran aktif, reflektif, dan mandiri. Dosen dapat memberikan umpan balik yang konstruktif dan menciptakan lingkungan belajar yang menumbuhkan tanggung jawab serta kemandirian mahasiswa agar kebiasaan prokrastinasi akademik tetap rendah.

## 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor lain yang dapat memengaruhi hubungan antara *self-regulated learning* dan kebiasaan prokrastinasi akademik, seperti dukungan sosial, stres akademik, atau gaya kepemimpinan dosen. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan pendekatan kualitatif atau mixed methods untuk menggali lebih dalam strategi yang digunakan mahasiswa dengan *self-regulated learning* tinggi dalam menghindari perilaku prokrastinasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Firman, Netrawati, & Mohd Nazri Abdul Rahman. (2024). Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Self Regulated Learning Siswa Di Sma Negeri X Merangin. *Edu Research*, 4(4), 92–101. <https://doi.org/10.47827/jer.v4i4.136>
- Akerina, J. R., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya. *Humanlight Journal of Psychology*, 3(1), 1–14.
- Assafi'i, D., Anuar, A. Bin, Galugu, N. S., & Kadir, A. (2023). Hubungan Antara Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(1), 123. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v9i1.11618>
- Azizah, N. (2020). Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Academic Hardiness sebagai Variabel Moderasi. *Economic Education Analysis Journal*, 9(1), 119–132. <https://doi.org/10.15294/eeaj.v9i1.37240>
- Basaria, D., & Aryani, X. (2021). *Peran Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik Remaja Di DKI Jakarta*. 14(1), 32–39. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v>
- Fadila, M. E. (2023). *Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Sultan Agung [Skripsi, Dipublikasikan]*. Universitas Islam Sultan Agung.
- Fathoni, A. R., & Indrawati, E. (2022). Pengaruh Self-regulated Learning dan Motivasi Berprestasi Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 3(7), 1018–1026. <https://doi.org/10.36418/jiss.v3i7.646>
- Febianti, A., Shulthoni, M., Masrur, M., & Aris, M. (2023). Pengaruh Tingkat Pendidikan, umur, jenis kelamin, dan Pengalaman Kerja Terhadap Produktivitas Kerja di Indonesia. *Jurnal Sahmiyya*, 2(1), 198–204.
- Gambo, Y., & Shakir, M. Z. (2021). *Review on self-regulated learning in smart learning environment*. 8.
- Gestiardi, R., & Maryani, I. (2020). Analisis self-regulated learning (SRL) siswa kelas VI sekolah dasar di yogyakarta. *Premiere Educandum : Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 10(2), 227. <https://doi.org/10.25273/pe.v10i2.7379>
- Handoyo, A. W., Afiati, E., Khairun, D. Y., & Prabowo, A. S. (2020). Prokrastinasi Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Daring. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*, 3(1), 355–361.
- Hong, J. C., Lee, Y. F., & Ye, J. H. (2021). Procrastination predicts online self-

- regulated learning and online learning ineffectiveness during the coronavirus lockdown. *Personality and Individual Differences*, 174, 110673. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110673>
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Faktor Penyebabnya pada Mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145–157. <https://doi.org/10.37411/sjgc.v2i2.1907>
- Jannati, I. F. (2020). *Pengaruh Self-Determination, Self-Regulated Learning, Dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa [Skripsi, Dipublikasikan]*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Karmeli, E., Fitriyani, I., Rahayu, S., Kurniawansyah, & Ismawati. (2023). Meningkatkan Motivasi Kaum Pelajar Untuk Melanjutkan Ke Jenjang Pendidikan Tinggi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 4(2), 1447–1453.
- Kartikasari, W. A., Marjohan, M., & Hariko, R. (2022). Hubungan self regulated learning dan dukungan orangtua terhadap perilaku prokrastinasi akademik. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 388. <https://doi.org/10.29210/30031579000>
- Kogoya, M. P. V., & Jannah, M. (2021). Pengaruh regulasi emosi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 14–23. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41917>
- Laia, B., Florina Laurence Zagoto, S., Theresia Venty Fau, Y., Duha, A., Telaumbanua, K., Permata Sari Lase, I., Ziraluo, M., Magdalena Duha, M., Laia, B., & Luahambowo, B. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Negeri Di Kabupaten Nias Selatan. *Tatema Telaumbanua*, 10(11), 162–168. <http://ejournal.ust.ac.id/index.php/Aquinas/index>
- Lidiawati, K. R., & Helsa. (2021). Pembelajaran Online Selama Pandemi Covid-19: Bagaimana Strategi Pembelajaran Mandiri dapat Mempengaruhi Keterlibatan Siswa. *Psibernetika*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v14i1.2570>
- Maijoita, R. R. (2020). *Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau [Skripsi, Dipublikasikan]*. Universitas Islam Riau.
- Mawardi, A. C. (2022). Hubungan Faktor Lingkungan terhadap Self-Regulated Learning (SRL) pada Mata Kuliah Praktikum Optika dan Gelombang pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika*, 6(1), 188. <https://doi.org/10.20527/jipf.v6i1.4874>
- Mu'alima, K. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik. *Mercubuana-Yogya*, 3(2), 30–33.

- Mujirohrawati, N., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan prokrastinasi akademik pada siswa. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 116–124. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25331>
- Pratitis, N. T., Suroso, S., Cahyanti, R. O., & Sa'idah, F. L. S. (2021). Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.3953>
- Puspita, B. K., & Kumalasari, D. (2022). Prokrastinasi dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 80–87. <https://doi.org/http://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.818>
- Rahmani, E. F. (2024). Investigating Smartphone Empowerment for Self-Regulated Learning in English Language Acquisition: A Descriptive Study. *Voices of English Language Education Society*, 8(1), 32–42. <https://doi.org/10.29408/veles.v8i1.24811>
- Ramanda, P., Sukirno, A., & Riski. (2022). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Keaktifan Berorganisasi. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 6(2), 111–117. <https://doi.org/10.30653/001.202262.198>
- Rizkyani, A. M. (2020). *Hubungan Antara Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia [Skripsi, Dipublikasikan]*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Rosita, E., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2021). Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Perilaku Prosocial. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 279. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7413>
- Rozzaqyah, F. (2021). Hubungan Kejenuhan Belajar Dalam Jaringan Dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 8–17. <https://doi.org/10.36706/jkk.v8i1.14373>
- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo Jurnal Imiah Psikologi*, 9(1), 202–213. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Sari Sasi Gendro, A. D. (2022). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. In LP2M UST Jogja (Issue March).
- Syahroni, M. I. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Al-Musthafa STIT Al-Aziziyah Lombok Barat*, 2(3), 43–56.
- Umah, R. Y. H. (2021). Memodifikasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dengan Mengoptimalkan Self-Regulated Learning. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(1), 27–40.
- Uswatun, H., Ichsan, H., & Alwi, M. A. (2023). Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi. *Jurnal*

*Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(4), 12–21.

- Vardia, M. A., & Kamilah, N. F. (2023). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Problem-Solving dalam Mengerjakan Skripsi Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Raden Rahmat. *Flourishing Journal*, 2(7), 522–528. <https://doi.org/10.17977/um070v2i72022p522-528>
- Wahyuningsih, N. K. A. T., Manangkot, M. V., & Rahajeng, I. M. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(1), 109–114.
- Wardani, K., & Prihartanti, N. (2023). *Hubungan antara Self Regulated Learning, Dukungan Social Orang Tua dan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik Dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa [Doctoral dissertation, Dipublikasikan]*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Zaki, M., & Saiman. (2021). Kajian tentang Perumusan Hipotesis Statistik Dalam Pengujian Hipotesis Penelitian. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(2), 115–118.
- Zheng, B., & Zhang, Y. (2020). Self-regulated learning : the effect on medical student learning outcomes in a flipped classroom environment. *BMC Medical Education*, 20, 1–7.

