

HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Lily Amanda Kusaini Putri*, Suratmi**, Nurul Hikmatul Qowi***

ABSTRAK

Pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di pendidikan tinggi tidak terlepas dari tugas-tugas kuliah baik akademik maupun non akademik. Mahasiswa keperawatan mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang ditentukan sehingga dikatakan sebagai mahasiswa yang melakukan prokrastinasi. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa keperawatan. Desain penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Populasi sebanyak 175 mahasiswa keperawatan, menggunakan teknik *Stratified Random Sampling* didapatkan sebanyak 120 mahasiswa. Data penelitian ini diambil menggunakan kuisioner *SRL* untuk mengukur *self regulated learning* dan kuisioner *PASS (Procrastination Assesment Scale-Student)* untuk mengukur prokrastinasi. Tabulasi data dianalisis dengan menggunakan uji *Spearman's Rank* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa keperawatan memiliki *self regulated learning* tinggi sebanyak 65 (54,17%) dan juga sebagian besar mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik sedang sebanyak 71 (59,2%). Berdasarkan hasil data di atas didapatkan uji statistik dengan nilai signifikansi $p \text{ sign} = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya ada hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan peneliti selanjutnya tertarik untuk mengadakan penelitian dengan topik yang sama dengan lebih memperhatikan subjek penelitian dan populasi yang lebih luas dan diharapkan mampu dijadikan bahan evaluasi diri bagi mahasiswa agar dapat meningkatkan regulasi diri dalam belajar sehingga terhindar dari perilaku prokrastinasi

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

1. Pendahuluan

Masa pandemi covid-19 telah menimbulkan perubahan terhadap pembelajaran pada seluruh jenjang pendidikan termasuk perguruan tinggi. Sistem pembelajaran yang seharusnya tatap muka antara dosen dan mahasiswa menjadi pembelajaran jarak jauh dalam upaya menjaga kualitas pendidikan dan mengurangi laju penyebaran covid-19. Pembelajaran tetap dilakukan tanpa harus bertemu secara langsung namun tetap berinteraksi dengan mengoptimalkan *online platform* melalui media *Whatsapp Grup*, *Zoom*, *Google Classroom*, *Google Meet* dan lainnya. Pembelajaran jauh pada mahasiswa di pendidikan tinggi tidak terlepas dari tugas-tugas kuliah, baik tugas akademik maupun tugas non akademik (Prawiyogi, et al., 2020 & Radino, et al., 2021). Mahasiswa memiliki banyak tugas terutama pada mahasiswa keperawatan yang tidak hanya diwajibkan untuk menuntun materi saja tetapi tugas-tugas makalah, mentelaah jurnal serta praktikum laboratorium secara bergilir dan ditambah tugas non

akademik yaitu kegiatan keorganisasian yang diikuti oleh mahasiswa sehingga menuntun mahasiswa agar dapat mengelola keduanya dengan baik sesuai dengan jadwal yang dibuat sehingga mampu meningkatkan prestasi mahasiswa. Pada kenyataannya banyak sekali faktor penghambat mahasiswa untuk seimbang dalam tugas akademik ataupun non akademik salah satunya adalah perilaku prokrastinasi (Iswahyudi, 2017 & Nuri yuniarti, 2019).

Hasil penelitian Ji Won Youdi (2015) sebuah Universitas Korea menunjukkan bahwa 56,39% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Selanjutnya, Prawitasari (2012) salah satu perguruan tinggi yang ada di Jawa Timur menunjukkan bahwa 83% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik baik tugas maupun penyusunan skripsi. Penelitian sebelumnya oleh (Khotimah, 2020) menunjukkan bahwa 65,5% mahasiswa keperawatan memiliki kebiasaan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil survey awal pendahuluan yang dilakukan tanggal 7 Desember 2021 pada 47 responden mahasiswa

keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan didapatkan 55,3% mahasiswa keperawatan melakukan prokrastinasi seperti suka belajar mendekati waktu ujian dan suka *hangout* dengan teman daripada mengerjakan tugas.

Prokrastinasi memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi, antara lain kurangnya motivasi untuk berprestasi, takut gagal, *self-efficacy*, *self regulated learning*, pola asuh, hubungan sosial, kelelahan dan kondisi lingkungan dengan tingkat pengawasan dan tugas yang menumpuk (Muti'ah, 2016 & Latifah, 2018). Prokrastinasi akademik memberikan berbagai kerugian bagi mahasiswa diantaranya yaitu tugas tidak terselesaikan, atau terselesaikan dengan hasil yang tidak maksimal karena dikejar deadline. Prokrastinasi juga dapat menimbulkan adanya rasa cemas yang dapat berujung depresi, baik saat mengerjakan tugas atau menghadapi ujian. Prokrastinasi juga dapat menyebabkan sulitnya berkonsentrasi karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah (Santika & Sawitri, 2016).

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan kurangnya penyesuaian dan pengaturan diri (*self regulated learning*) dengan tuntutan tugas yang ada, misalnya kurangnya mengatur kegiatan belajar, kurangnya pengontrolan terhadap perilaku belajar, serta pengetahuan mengenai tujuan, arah, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajar yang minim. *Self regulated learning* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi, apabila *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa tinggi maka prokrastinasi akademik yang dimiliki rendah, dan tidak akan mengalami penundaan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya (Kurniawan, 2013).

Berbagai tuntutan tugas yang diberikan pada mahasiswa membutuhkan keterampilan dan pengaturan diri (*self regulated learning*) yang tinggi agar mahasiswa mampu secara mandiri mengarahkan pikiran, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan, memiliki perencanaan yang terarah guna menetapkan strategi yang dibutuhkan untuk setiap tahapan kegiatan yang akan dilakukannya, serta strategi pengelolaan waktu sehingga mahasiswa tidak melakukan prokrastinasi akademik berupa keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik, penundaan dalam memulai maupun

menyelesaikan tugas, dan sesegera mungkin untuk mengerjakan tugas akademiknya sesuai dengan jadwal belajar yang telah dibuat tanpa menyia-nyiakan waktu yang ada (Kurniawan, 2013 & Santika, 2016).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

2. Metodologi Penelitian

Rancangan atau desain penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan dan mengantisipasi beberapa kesulitan yang mungkin timbul selama proses penelitian untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai pedoman atau penuntun peneliti pada seluruh proses penelitian (Nursalam, 2014). Desain penelitian dalam penelitian ini adalah menggunakan korelasi analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2014). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Populasi adalah setiap subyek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan angkatan 2019 di Universitas Muhammadiyah Lamongan sebanyak 175 orang.

Teknik sampling adalah cara yang ditempuh untuk pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan objek penelitian (Nursalam, 2014). Sampling *stratified random sampling* yaitu pengambilan sampel dimana populasi yang bersifat heterogen dibagi-bagi dalam lapisan-lapisan yang saling pisah dari setiap lapisan (*strata*) tersebut dan dapat diambil secara acak (Notoatmodjo, 2010).

Sampel adalah bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2014). Sedangkan menurut Azwar (2014), sampel merupakan bagian dari populasi yang dengan cara tertentu dianggap representatif untuk mewakili populasi. Sampel pada

penelitian ini adalah sebagian mahasiswa program studi keperawatan angkatan 2019 sebanyak 120 mahasiswa.

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Nursalam, 2014). Alat instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup yang dibagikan kepada responden. Peneliti menyediakan link untuk mengisi kuesioner tersebut. Kuesioner variabel *self regulated learning* terdiri dari 32 pertanyaan Sedangkan kuesioner variable prokrastinasi akademik terdiri dari 12 pernyataan.

3. Hasil Penelitian

1) Tingkat *Self Regulated Learning* pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tabel 4.4 Distribusi *Self Regulated Learning* mahasiswa keperawatan angkatan 2019 Universitas Muhammadiyah Lamongan.

No	<i>Self Regulated Learning</i>	frekuensi	Persentase (%)
1	Tinggi	65	54,2
2	Sedang	45	37,5
3	Rendah	10	8,3
Total		120	100,0

Berdasarkan tabel 4.4 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *Self Regulated Learning* yang tinggi sebanyak 65 mahasiswa (54,2%), hampir sebagian memiliki *Self Regulated Learning* yang sedang sebanyak 45 mahasiswa (37,5%), dan sebagian kecil memiliki *Self Regulated Learning* rendah sebanyak 10 mahasiswa (8,3%)

2) Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tabel 4.5 Distribusi Prokrastinasi Akademik mahasiswa keperawatan angkatan 2019 Universitas Muhammadiyah Lamongan.

No	Prokrastinasi Akademik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tinggi	9	7,5
2	Sedang	71	59,2
3	Rendah	40	33,3
Total		120	100,0

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki Prokrastinasi Akademik yang sedang sebanyak 71 mahasiswa (59,2%), hampir sebagian memiliki Prokrastinasi Akademik yang rendah sebanyak 40 mahasiswa (33,3%), dan sebagian kecil memiliki Prokrastinasi Akademik tinggi sebanyak 9 mahasiswa (7,5%)

3) Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tabel 4.6 Hubungan *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa keperawatan

No	<i>Self Regulated Learning</i>	Prokrastinasi Akademik						Total	
		Tinggi		Sedang		Rendah		N	%
1	Tinggi	1	0,83	26	21,67	38	31,67	65	54,17
2	Sedang	1	0,83	43	35,83	1	0,83	45	37,5
3	Rendah	7	5,83	2	1,67	1	0,83	10	8,33
Total		9	7,5	71	59,17	40	33,32	120	100

Uji Spermank Rank $p=0,000$

Berdasarkan tabel 4.6 di atas menunjukkan bahwa dari 110 mahasiswa keperawatan didapatkan hasil bahwa 65 (54,17%) mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi dengan tingkat prokrastinasi akademik rendah sebanyak 38 (31,67%) dan tingkat prokrastinasi sedang sebanyak 26 (21,67%). Dan dari 45 (37,5%) mahasiswa yang *self regulated learning* sedang dengan tingkat prokrastinasi akademik sedang sebanyak 43 (35,83%) dan tingkat prokrastinasi rendah sebanyak 1 (0,83%).

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji *Spearman Rank* dan analisa menggunakan program SPSS 25.0 menunjukkan nilai signifikan $p: 0,000$ yang berarti H^0 ditolak dan $H1$ diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

4. Pembahasan

1) *Self Regulated Learning* pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Hasil dari data pada tabel 4.4, dapat dikatakan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan memiliki *self regulated learning* yang tinggi, sehingga mereka mampu mengelola diri sendiri dengan baik. Seseorang

yang mampu mengelola diri baik cenderung akan lebih mampu mengoptimalkan diri dalam proses pembelajaran. Melalui peran *self regulated learning* dalam kegiatan proses belajar, maka akan mampu melakukan pengaturan diri dalam mencapai tujuan akademiknya (Alegree, 2014)

Menurut Montalvo dan Torres (2014) memaparkan seseorang yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi yaitu individu harus dapat mengetahui bagaimana cara mereka belajar, memberikan motivasi untuk diri sendiri, mengetahui apa yang menjadi tujuannya dan keterbatasan yang mereka miliki dan adanya strategi seperti pengalokasian waktu pada kegiatan belajar akan dapat menunjang pencapaian tujuan belajarnya.

Mahasiswa dengan tujuan belajar yang tinggi akan menunjukkan keinginannya untuk lebih memahami apapun yang mereka pelajari, memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam belajar dan memiliki kegigihan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dan kegagalan pada proses pembelajaran yang mereka jalani. Pernyataan Dami dan Loppies (2018) menunjukkan bahwa individu yang memiliki keyakinan kuat akan kemampuan yang ada pada dirinya dalam mengatasi tantangan, Sehingga mahasiswa mampu mengelola dan menyelesaikan tugas kuliah yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil yang optimal. Pernyataan diatas sesuai yang dipaparkan Zusho (2013) bahwa nilai tugas merupakan suatu alat yang dapat memprediksi prestasi mahasiswa dalam proses pembelajaran keperawatan.

Berdasarkan penelitian ini, didapatkan hasil bahwa apabila seseorang ingin memiliki *self regulated learning* yang tinggi mereka harus mampu mengontrol diri sendiri dengan baik, dengan menentukan skala prioritas untuk pembelajaran dan penugasan, serta mencari metode belajar yang efektif dengan melakukan diskusi terkait pembelajaran bersama teman, memiliki keyakinan akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas, serta memiliki rencana agar tujuan pembelajaran dapat dioptimalkan dan berdasarkan keempat indikator *self regulated learning* bahwa orientasi tujuan belajar, efikasi diri, dan nilai tugas diidentifikasi sebagai komponen-komponen yang terdapat pada aspek motivasi yang secara konsisten berkaitan dan mendukung dengan regulasi diri dalam belajar.

2) Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan

Berdasarkan hasil dari tabel 4.5, dapat dikatakan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki prokrastinasi akademik yang sedang. Kesimpulan dari data yang didapatkan bahwa kebanyakan mahasiswa masih menunda kegiatan dalam hal membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan, penundaan mengerjakan tugas menulis makalah, penundaan belajar menghadapi ujian, penundaan pengerjaan tugas administratif akademik, penundaan tugas menghadiri pertemuan dan penundaan terhadap tugas-tugas akademik secara keseluruhan dan mahasiswa merasa bersemangat mengerjakan tugas akademik bila pada menit-menit terakhir.

Wariyah (2014) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi dari faktor psikologis, mahasiswa yang mempunyai rasa percaya diri rendah dan emosi yang tidak teratur lebih sering melakukan perilaku prokrastinasi karena mereka tidak percaya akan kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas. Hasil penelitian Aviani & Primanita (2020) menyampaikan bahwa faktor lingkungan juga mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik, dimana provokator disini dapat dikatakan seorang teman yang dapat membawa pengaruh negatif untuk melakukan perilaku prokrastinasi, sehingga mahasiswa mengalami terlambat dalam mengerjakan tugas, tidak melaksanakan tugas dengan sengaja, menyelesaikan tugas namun tidak tuntas.

Mahasiswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akan mempengaruhi proses belajar dan prestasi akademik mahasiswa karena semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik maka akan semakin buruk prestasi yang didapatkan oleh mahasiswa dan keterampilan mahasiswa akan semakin buruk hal itu dibuktikan oleh penelitian Christinalia (2013) mengungkapkan bahwa semakin tinggi perilaku prokrastinasi semakin buruk prestasi yang didapatkan.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang, dimana hal ini berarti bahwa

sebagian besar mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap kewajibannya sebagai mahasiswa dan belum sepenuhnya menghindari perilaku menunda-nunda atau prokrastinasi terhadap tugas kuliah dengan beralih melakukan kegiatan lain yang tidak penting dan lebih menyenangkan. Tiap indikator prokrastinasi akademik memiliki pengaruh terhadap tinggi rendahnya prokrastinasi akademik sehingga diperlukan kesadaran diri dan latihan mahasiswa dalam menanganinya, dengan kesadaran diri sebagai pemahaman diri bahwa perilaku prokrastinasi akademik akan menimbulkan dampak negatif bagi akademik mahasiswa, untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik ini perlu proses dan tekad yang kuat dalam diri mahasiswa sehingga perilaku prokrastinasi akademik bisa dihilangkan.

3) Hubungan Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Keperawatan dengan tingkat keeratan hubungan yang kuat. Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan penelitian Fitriya & Lukmawati (2017) dan Alfina (2014) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik, jika semakin tinggi *self regulated learning* maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya dan begitupun sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa Jurusan Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan sedang. Hal ini berarti meskipun mahasiswa Jurusan Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki *self-regulated learning* yang tinggi tetapi juga masih melakukan prokrastinasi akademik, hal ini dikarenakan mahasiswa malas untuk mengulang dan mengingat materi perkuliahan. Mahasiswa *self-regulated learner* akan berusaha untuk mempelajari ulang dan mengingat-ingat materi perkuliahan yang telah dia pelajari

sebelumnya. Apabila ada tugas, kuis atau ujian lainnya maka mahasiswa sudah siap untuk mengerjakannya dan tidak perlu melakukan prokrastinasi akademik seperti tidak hadir dalam perkuliahan dan tidak mengikuti ujian.

Mahasiswa *self-regulated learner* akan berusaha merekam dan memantau setiap kejadian dan hasil belajarnya, seperti membuat dan melengkapi catatan materi perkuliahan, membuat list untuk tugas akademik yang harus dikumpulkan pada dosen. Hal ini membuat mahasiswa selalu mengetahui apa yang akan dan telah dilakukan sehingga mahasiswa menjadi lebih mawas diri dan dapat menghindari prokrastinasi akademik selama proses belajarnya. Hal ini bertujuan agar memudahkan dirinya dalam mempelajari setiap materi perkuliahan dan menghindari beban tugas yang terlalu banyak yang dapat membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bruno (2013) bahwa adanya kecenderungan individu yang memiliki beban kerja atau tugas yang terlalu banyak akan melakukan prokrastinasi.

Self regulated learning merupakan salah satu faktor prokrastinasi akademik yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Mahasiswa yang *self regulated learning* yang tinggi dapat dikatakan bahwa mahasiswa cenderung mampu mengatur dan membagi aktivitas-aktivitasnya dalam waktu dan proporsi yang tepat sesuai dengan prioritas dan kepentingannya, sehingga terselesaikannya pekerjaan atau aktivitasnya sesuai waktu yang ditetapkan, sehingga mampu menepati jadwal yang direncanakannya untuk menyelesaikan tugas (Pratitis et al., 2021). Sebagaimana yang dijelaskan oleh Ghufron & Risnawita (2017) dalam bukunya bahwa semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2013), menunjukkan bahwa apabila prokrastinasi akademik yang dimiliki rendah, maka mahasiswa akan memiliki *self-regulated learning* yang tinggi dan tidak akan mengalami penundaan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya. Hal ini sesuai dengan

pemaparan Zimmerman (2017) bahwa apabila mahasiswa mampu menyeimbangkan ketiga aspek kognisi, motivasi dan perilaku dalam proses pembelajaran dengan baik maka cenderung tidak melakukan tindakan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian Fitriya dan Lukmawati (2017) memaparkan bahwa seorang mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, pada dasarnya dikarenakan regulasi atau pengelolaan diri yang rendah. Rendahnya regulasi diri akan menyebabkan seorang individu tidak mampu mengatur berbagai stimulus sehingga ketidakmampuan tersebut menghambat individu dalam menentukan sikap yang tepat untuk mengatasi berbagai stimulus yang muncul seperti tidak mampu menyelesaikan berbagai tugas akademik secara tepat dan maksimal, yang pada akhirnya dapat menciptakan suatu kebobrokan dalam pembentukan dan pengembangan sumber daya manusia yang berintelektual.

Sesuai dengan hasil penelitian ini disimpulkan bahwa ada hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan 2022. *Self regulated learning* sangatlah penting bagi mahasiswa keperawatan karena dengan adanya pengaturan diri yang tinggi dalam individu mahasiswa maka semakin baik juga dalam memahami materi perkuliahan dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen. Semakin tinggi pengetahuan mahasiswa maka semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Dengan adanya kerjasama antara regulasi diri yang tinggi disertai dengan tingkat prokrastinasi (penundaan) yang rendah terhadap suatu tugas maka akan menghasilkan peningkatan yang baik terhadap pelaksanaan proses belajar bagi seorang mahasiswa sehingga dapat memilah hal-hal mana yang lebih penting untuk dikerjakan terlebih dahulu dan mampu mengelola waktu belajarnya dengan efektif, serta selalu membuat jadwal pengerjaan tugas pada catatannya sebagai pengingat dirinya dalam mengerjakan tugas

5. Simpulan dan Saran

Berdasarkan penelitian dan pembahasan serta tujuan dari penelitian ini maka dapat disimpulkan setelah pelaksanaan penelitian

pada bulan Maret sampai April 2021 di Universitas Muhammadiyah Lamongan sebagai berikut:

1. Sebagian besar mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki *self regulated learning* dengan kategori tinggi
2. Sebagian besar mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki perilaku prokrastinasi dengan kategori sedang.
3. Terdapat hubungan *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka ada beberapa upaya yang perlu diperhatikan antara lain:

1) Bagi Akademik

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan khususnya tentang *Self Regulated Learning* Mahasiswa dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik di Universitas Muhammadiyah Lamongan. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pembandingan bagi dunia ilmu pengetahuan dalam memperkaya informasi.

2) Bagi Praktis

a. Bagi Instansi Penelitian

Diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi diri dimana *self regulated learning* yang tinggi dapat dipertahankan dan perilaku prokrastinasi dalam mahasiswa tidak terjadi.

b. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Diharapkan untuk dapat melakukan *self regulated learning* yang tinggi dan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan dalam kategori rendah atau bahkan tidak terjadi agar mahasiswa dapat berprestasi dalam bidang akademik dan menjadi lulusan yang disiplin, serta menjadi mahasiswa yang rajin dan konsisten dalam mengerjakan tugas dan mematuhi perintah dosen.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai referensi dan juga pembandingan khususnya dengan penelitian lebih lanjut tentang *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan.

6. Daftar Pustaka

- Prawiyogi, A.G, Purwanugraha, A, Fakhry, G, & Firmansyah, M. (2020). Efektifitas pembelajaran jarak jauh terhadap pembelajaran di SDIT Cendekia Purwakarta. *jurnal pendidikan dasar*, 94-101.
- Radino, kistoro, H.C.A, Munajat, N, Putranta, . . . Lumaurridlo. (2021). Distance Learning Strategies Using Technology For Elementary School Students In Yogyakarta During The Covid-19 Pandemic. *Journal Of Theoretical And Applied Information Technology*, 2031–2039.
- Khotimah, K. (2020). *hubungan manajemen waktu dengan kebiasaan prokrastinasi akademik*. Lamongan: Skripsi.Lamongan : Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
- Kurniawan, R. (2013). *Hubungan antara self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan psikologi univeritas negeri semarang*. Semarang: Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Unnes.
- Latifah. (2018). Hubungan Self Regulated Learning dan Self Esteem dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Ilmu Pendidikan. *Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Muti'ah, N. (2016). *Peran Belajar Berdasar Regulasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta: Skripsi.
- Santika, W., & Sawitri, D. (2016). Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*, 44-49.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatann : Pendekatan Praktis*. Jakarta : Edisi 3. Perkeni.
- Notoadmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta
- Ghufron, M. N. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Puspitasari, A., Purwanto, E., & Indah Noviyani Jurusan Psikologi, D. (2013). *EPJ 2 (1) (2013) Educational Psychology Journal Self Regulated Learning Ditinjau Dari Goal Orientation Info Artikel Sejarah Artikel: Diterima Agustus 2013 Disetujui September 2013 Dipublikasikan Oktober 2013*. 2(1), 1–6.<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/epj>
- Ghufron, M. N., & Risnawita (2017). *Hubungan Antara Kepercayaan Epistemologis*. 1(1), 40–54.
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Prawitasari, E. J. (2012). *Psikologi Terapan.Melintas batas disiplin ilmu*. jakarta: erlangga.
- Suhadianto, Arifiana, I. Y., Rahmawati, H., Hanurawan, F., & Eva, N. (2020). Stop academic procrastination during Covid-19 : Academic procrastination reduces subjective well-being. *KnE Social Sciences/International Conference of Psychology*, 312-32
- PRASTITI, T. D.; TRESNANINGSIH, S.; MAIRING, J. P. Tingkat Kemampuan Berpikir Kreatif Matematis Siswa SMAN di Suabaya. *Jurnal AdMathEdu*, Yogyakarta, v. 8, n. 1, p. 83-94, 2017
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2012). *Self regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice*. Springer Science & Business Media.

- Zusho, A., Pintrich, P. R., & Coppola, B. (2013). Skill and will: The role of motivation and cognition in the learning of college chemistry. *International Journal of Science Education*, 25(9), 1081- 1094.
- Montalvo, F. T., & Torres, M. C. G. (2014). Self Regulated Learning: Current and Future Directions. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 1(2), 1–34.
- Mutawah, A., Thomas, R., & Khine. (2017). Investigation into Self-regulation , Engagement in Learning Mathematics and Science and Achievement among Bahrain Secondary School Students. *International Electronic Journal of Mathematics Education*, 12(3), 633–653
- Fitriya, & Lukmawati. (2017). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Mitra Adiguna Palembang. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(1).
- Dami, Z. A., & Loppies, P. A. (2018). Efikasi Akademik dan Prokrastinasi Akademik Sebagai Prediktor Prestasi Akademik. *Kelola: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(1), 74–85.