

HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA PADA PELAJARAN KIMIA SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH

Dedi Irwandi¹, Rizqy Nur Sholihat^{2*}, Fajriah Nuraida³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia

rizqynursholihat@uinjkt.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Selama pembelajaran jarak jauh, siswa mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran kimia. Selain itu, siswa diberikan banyak tugas sehingga hal ini menyebabkan siswa melakukan penundaan pengerjaan tugas. Kemampuan *self regulated learning* yang dimiliki siswa mempunyai peran untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode korelasional dan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian yaitu siswa kelas XII SMAN 58 Jakarta, SMAN 64 Jakarta, dan SMAN 105 Jakarta jurusan IPA. Instrumen yang digunakan berupa angket *self regulated learning* dan angket prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self regulated learning* siswa masuk ke kategori tinggi dengan persentase 67,9%, dan tingkat prokrastinasi akademik siswa masuk ke kategori sedang dengan persentase 59,1%. Nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,228 dengan nilai signifikan sebesar 0,001 sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh.

Kata Kunci: Self Regulated Learning, Prokrastinasi Akademik, Pembelajaran jarak jauh.

Abstrack: During distance learning, students experience difficulties in understanding chemistry lessons. In addition, students are given many assignments so that this causes students to postpone doing assignments. Students' self-regulated learning abilities have a role in reducing academic procrastination behavior. The research method used is the correlational method and sampling using purposive sampling technique. The research samples were class XII students at SMAN 58 Jakarta, SMAN 64 Jakarta, and SMAN 105 Jakarta majoring in Natural Sciences. The instruments used were self-regulated learning questionnaires and academic procrastination questionnaires. The results showed that the level of students' self-regulated learning was in the high category with a percentage of 67.9%, and the level of student academic procrastination was in the medium category with a percentage of 59.1%. The correlation coefficient (r_{xy}) is -0.228 with a significant value of 0.001 so it can be interpreted that there is a significant negative relationship between self-regulated learning and academic procrastination of high school students in chemistry lessons during distance learning.

Keywords: Self Regulated Learning, Academic Procrastination, Distance learning.

Article History:

Received: 28-05-2024

Revised : 27-06-2024

Accepted: 30-07-2024

Online : 30-08-2024

A. LATAR BELAKANG

Pada akhir tahun 2019, penyakit yang bernama Covid-19 pertama kali teridentifikasi di Kota Wuhan, China. Penyebaran virus Covid-19 tersebar luas dengan cepat di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan tinggi Nomor 4 Tahun 2020 mengeluarkan kebijakan kepada para peserta didik untuk belajar dari rumah masing-masing dengan menggunakan sistem pembelajaran jarak jauh. Hal ini sejalan dengan (Sintema, 2020) yang menyatakan bahwa pada masa darurat pandemi mengharuskan sistem pembelajaran diganti menjadi pembelajaran jarak jauh. Proses pembelajaran yang

dilakukan yaitu dengan menggunakan beberapa platform pembelajaran online, diantaranya yaitu *whatsapp*, *youtube*, *google classroom*, *open learning*, *schoology*, *google meeting*, dan *zoom* (Machdavikia, 2021).

Proses pembelajaran jarak jauh mempunyai kelebihan dan kekurangan. Dari segi kelebihan, mudah menyesuaikan waktu dan tempat belajar, menciptakan suasana dan gaya belajar sendiri, menghemat uang transportasi, peserta didik lebih bertanggung jawab, kreatif, dan mandiri (Rahmawati dkk, 2020). Sedangkan kelemahan dari pembelajaran jarak jauh yaitu sulit menemukan titik fokus siswa karena lingkungan sekitar, kurangnya interaksi antara pendidik dan peserta didik dan antar peserta didik, pemberian tugas lebih banyak, ketergantungan dan boros kuota internet, lebih sulit dalam memahami materi pelajaran, dan lebih sering menggunakan waktu untuk bermain game online atau sosial media seperti (*whatsapp*, *youtube*, *instagram*, dan *facebook*) (Ramanta & Widayanti., 2020). Kelebihan dan kekurangan dari pembelajaran jarak jauh dapat mengakibatkan siswa melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas dan dalam persiapan menghadapi ujian.

Kimia adalah salah satu mata pelajaran yang sulit karena menurut (Ristiyan & Bahriah., 2016), pelajaran kimia di sekolah menengah berisi konsep-konsep yang cukup sulit bagi siswa untuk memahami mengenai reaksi dan hitungan kimia, serta mengenai konsep yang bersifat abstrak dan dianggap oleh siswa merupakan materi yang relatif baru. Penjelasan materi kimia yang disampaikan guru selama proses pembelajaran jarak jauh tidak cepat untuk dapat dipahami oleh siswa. Cara guru mengantisipasi materi yang belum selesai dijelaskan selama pembelajaran jarak jauh yaitu dengan memberikan siswa tugas atau ujian yang jauh lebih banyak dan lebih sulit, hal ini mengakibatkan siswa menjadi suka mengeluh dengan tugas yang diberikan (Purwanto dkk, 2022).

Pada akhirnya siswa mengerjakan tugas atau belajarnya dengan cara “Sistem Kebut Semalam”, bahkan ketika mereka tidak dapat menyelesaikannya, menyontek jawaban tugas dan ujian dengan teman dapat menjadi pilihan alternatifnya (Siregar, 2014). Kebiasaan mengerjakan tugas satu hari sebelum deadline pengumpulan tugas dan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas disebut *prokrastinasi akademik* (Santika & Sawitri., 2016). Hal yang dilakukan siswa ketika melakukan *prokrastinasi* adalah membuka aplikasi media sosial seperti *tiktok* dan *Instagram*, bermain game, menonton anime/drama korea, menonton televisi, membaca cerita di *wattpad*, dan mendengarkan musik (Rahayu & Hidayati., 2021). Bagi individu yang melakukan perilaku penundaan atau *prokrastinasi* disebut dengan *Procrastinator*.

Prokrastinasi akademik dapat memberikan dampak negatif bagi siswa yang melakukannya yaitu tugas tidak terselesaikan atau hasilnya tidak memuaskan, menimbulkan rasa cemas saat mengerjakan tugas atau saat menghadapi ujian sehingga siswa menjadi kurang teliti, dan banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia (Santika & Sawitri., 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *prokrastinasi akademik* adalah *self regulated learning* (Ulum, 2016). *Prokrastinasi akademik* dapat terjadi akibat rendah atau kurangnya kemampuan *self regulated learning* dan tidak memiliki waktu yang cukup untuk belajar (Wolters, 2003). *Self-regulated learning* adalah sebuah proses kemampuan seseorang siswa atau pelajar untuk mengarahkan kegiatan belajarnya sendiri, mengelola motivasi belajarnya, dan mengelola sumber belajarnya menggunakan pikiran, perasaan, dan perilaku guna mencapai maksud dan tujuan dari masing-masing siswa.

Penelitian mengenai *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik yang telah dilakukan oleh (Annisa, 2021) menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, kemampuan *self regulated learning* yang dimiliki oleh siswa berperan penting dalam perilaku prokrastinasi akademik siswa spesifik pada mata pelajaran kimia.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Self regulated learning* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA pada Pelajaran Kimia Selama Pembelajaran Jarak Jauh”.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Menurut (Azwar, 2017) tujuan dari penelitian korelasi yaitu untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada diantara variabel-variabel. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh.

Adapun sampel dalam penelitian ini yaitu siswa jurusan IPA kelas XII dari tiga sekolah SMA Negeri di Jakarta Timur, yaitu SMAN 58 Jakarta, SMAN 64 Jakarta, dan SMAN 105 Jakarta. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik sampling yang digunakan peneliti jika peneliti memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu (Riduwan., 2019). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket berupa skala likert. Penelitian ini terdapat dua angket yang digunakan, yaitu angket *self regulated learning* (MSLQ) yang dikembangkan oleh Pintrich, dkk dan angket prokrastinasi akademik yang dikembangkan oleh McCloskey.

Tahap-tahap analisis data yang digunakan untuk penelitian ini, di antaranya analisis deskriptif, uji prasyarat (uji normalitas dan uji linearitas), dan uji hipotesis (uji korelasi dan koefisien determinasi).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Self Regulated Learning Siswa SMA Selama Pembelajaran Jarak Jauh.

Tabel 1.1 Analisis Deskriptif *Self Regulated Learning*

No.	Data	Statistik
1.	Jumlah Sampel	215
2.	Skor Terendah	25
3.	Skor Tertinggi	98
4.	Rata-rata	67,5

Tabel 1.2 Kriteria Analisis Deskriptif *Self Regulated Learning*

Persentase	<i>Self Regulated learning</i>		Kategori
	F	(%)	
0-20	-	-	Sangat Rendah
21-40	3	1,4	Rendah
41-60	54	25,1	Sedang
61-80	137	63,7	Tinggi
81-100	21	9,8	Sangat Tinggi
Total	215	100	

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan pada 215 siswa SMA Negeri di Jakarta Timur bahwa *variabel self regulated learning* memiliki skor terendah sebesar 25, skor tertinggi sebesar 98 dan nilai rata-rata (mean) sebesar 67,5. Kemudian hasil uji kategorisasi *self regulated learning* pada siswa menunjukkan bahwa sebanyak 63,7% siswa termasuk dalam kategori tinggi. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa siswa SMA Negeri di Jakarta Timur memiliki kemampuan *self regulated learning* yang tergolong tinggi pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Annisa, 2021) yang mendapatkan hasil bahwa siswa SMA Muhammadiyah Mungkin dalam masa pembelajaran jarak jauh mempunyai kemampuan *self regulated learning* yang tinggi.

Menurut (Mulyana dkk, 2015) siswa yang mempunyai *self regulated learning* tinggi yaitu siswa yang mampu mengorganisir pekerjaan mereka, mampu menetapkan tujuan, mencari bantuan ketika diperlukan, mampu mengatur waktu untuk belajar, dan memiliki efikasi diri.

Tabel 1.3 Persentase Ketercapaian Indikator *Self Regulated Learning*

No.	Strategi <i>Self regulated learning</i>	Persentase (%)	Kategori
1.	Latihan (<i>Rehearsal</i>)	67,8	Tinggi
2.	Pengembangan (<i>Elaboration</i>)	66,9	Tinggi
3.	Pengorganisasian (<i>Organization</i>)	68,3	Tinggi
4.	Berpikir Kritis (<i>Critical Thinking</i>)	65,4	Tinggi
5.	Pengaturan Metakognitif (<i>Metacognitive Self Regulation</i>)	66,9	Tinggi

No.	Strategi <i>Self regulated learning</i>	Persentase (%)	Kategori
6.	Waktu dan Lingkungan Belajar (<i>Time and Study Environment</i>)	67,5	Tinggi
7.	Pengaturan Usaha (<i>Effort Regulation</i>)	68,9	Tinggi
8.	Pembelajaran Teman Sebaya (<i>Peer Learning</i>)	68,1	Tinggi
9.	Pencarian Bantuan (<i>Help Seeking</i>)	71,1	Tinggi
	Rata-rata	67,9	Tinggi

Berdasarkan hasil analisis persentase dan penggolongan kategori dari 9 *strategi self regulated learning* sebagai berikut. Persentase dari strategi yang pertama yaitu strategi latihan (*rehearsal*) sebesar 67,8% masuk ke dalam kategori tinggi. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri di Jakarta Timur sudah melakukan strategi latihan ketika belajar dengan membaca ulang catatan maupun PPT pembelajaran yang diberikan guru dan mengingat konsep-konsep penting pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh. Hal tersebut didukung oleh penelitian (Hakim, 2021) strategi rehearsal terpenuhi karena siswa memiliki keyakinan untuk bisa mengingat informasi yang penting dari materi pembelajaran.

Strategi yang kedua yaitu strategi pengembangan (*elaboration*) dengan persentase sebesar 66,9% termasuk ke dalam kategori tinggi. Siswa secara aktif menggunakan strategi elaboration dalam memahami materi pelajaran dengan berbagai cara, seperti meringkas materi, membuat analogi, mengumpulkan dan menghubungkan pengetahuan sebelumnya dengan yang baru, dan mengamplifikasikan ide-ide pelajaran dalam kegiatan lain (Fazriah, 2019).

Strategi yang ketiga yaitu strategi pengorganisasian (*organization*) dengan persentase sebesar 68,3% dan masuk ke dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri di Jakarta Timur sudah mampu mengorganisasikan materi pelajaran dengan membuat catatan atau ringkasan informasi yang penting untuk memudahkan pemahaman materi. Strategi organisasi membantu siswa menyajikan materi logaritma yang sedang dipelajari agar mudah dipahami dalam bentuk yang berbeda-beda, seperti peta konsep, kerangka garis besar, dan mnemonics (Amalia, 2015).

Strategi yang keempat yaitu strategi berpikir kritis (*critical thinking*) dengan persentase sebesar 65,4% termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil wawancara, siswa akan berpikir kritis pada pelajaran kimia jika sedang mengerjakan soal latihan, berdiskusi dengan teman atau keluarganya, membaca buku, serta mencoba menyelesaikan *problem solving* pada soal kimia.

Strategi yang kelima ada strategi pengaturan diri metakognitif (*metacognitive self regulation*) dengan hasil persentase sebesar 66,9% masuk ke kategori tinggi. Penelitian

yang dilakukan oleh Pintrich, dkk dikutip (Kartika, 2022) mengemukakan bahwa untuk mencapai target dari pembelajaran, siswa harus menetapkan tujuan belajarnya, memilih materi dan menyiapkan pertanyaan sebelum belajar untuk meningkatkan konsentrasi, mengubah cara belajar sesuai dengan mata pelajaran dan cara mengajar guru.

Strategi yang keenam yaitu strategi waktu dan lingkungan belajar (*time and study environment*) dengan persentase sebesar 67,5% dan masuk ke dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil wawancara, siswa akan menciptakan lingkungan belajar yang tenang, hening, jauh dari gangguan seperti alat komunikasi, dan tempat belajar yang rapih agar tetap bisa berkonsentrasi ketika belajar khususnya pelajaran kimia.

Strategi ketujuh ada strategi pengaturan usaha (*effort regulation*) hasil persentasenya sebesar 68,9% termasuk ke dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil wawancara siswa SMA Negeri di Jakarta Timur, selama pembelajaran jarak jauh usaha mereka ketika jenuh atau bosan ketika belajar kimia mereka berhenti sejenak untuk menyegarkan kembali pikirannya dengan hal yang mereka senangi kemudian melanjutkannya kembali.

Strategi kedelapan yaitu strategi pembelajaran teman sebaya (*peer learning*) dengan hasil persentase sebesar 68,1% termasuk kategori tinggi. Berdasarkan hasil wawancara, siswa SMA Negeri di Jakarta Timur selama pembelajaran jarak jauh melakukan tutor sebaya secara online jika dirinya merasa sulit memahami materi kimia yang dijelaskan guru dengan keterbatasan waktu.

Strategi yang terakhir yaitu strategi pencarian bantuan (*help seeking*) dengan persentase tertinggi sebesar 71,1% yang berarti masuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil wawancara, siswa yang mengalami kesulitan dalam memahami materi kimia akan terlebih dahulu mencari bantuan kepada teman untuk menjelaskan kembali materi yang kurang dipahami dan jika jawabannya kurang memuaskan siswa akan meminta bantuan ke guru untuk menjelaskannya kembali. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nani, 2012) bahwa siswa yang dapat memanfaatkan lingkungannya dengan baik ketika menemukan kesulitan dalam belajar matematika, siswa akan meminta bantuan baik kepada guru ataupun kepada teman untuk menyelesaikan atau memecahkan masalah kesulitan yang dialaminya.

Berdasarkan data yang diperoleh, rata-rata persentase dari sembilan strategi *self regulated learning* berada pada interval persentase 61%-80%, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh strategi *self regulated learning* yang dilakukan oleh siswa SMA Negeri di Jakarta Timur pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh berada pada kategori tinggi. Dapat disimpulkan juga bahwa selama pembelajaran jarak jauh berlangsung, siswa SMA Negeri di Jakarta Timur dalam meregulasi dirinya ketika belajar kimia lebih banyak menggunakan strategi pencarian bantuan.

Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Selama Pembelajaran Jarak Jauh.

Tabel 1.4 Analisis Deskriptif Prokrastinasi Akademik

No.	Data	Statistik
1.	Jumlah Sampel	215
2.	Skor Terendah	26
3.	Skor Tertinggi	98

4.	Rata-rata	58,8
----	-----------	------

Tabel 1.5 Kriteria Analisis Deskriptif Prokrastinasi Akademik

Persentase	Prokrastinasi Akademik		Kategori
	Frekuensi	(%)	
0-20	-	-	Sangat Rendah
21-40	18	8,4	Rendah
41-60	96	44,7	Sedang
61-80	91	42,3	Tinggi
81-100	10	4,7	Sangat Tinggi
Total	215	100	

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan pada 215 siswa SMA Negeri di Jakarta Timur bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki skor terendah sebesar 26, skor tertinggi sebesar 98 dan nilai rata-rata (mean) sebesar 58,8. Kemudian hasil uji kategorisasi prokrastinasi akademik pada siswa menunjukkan bahwa sebanyak 44,7% siswa termasuk dalam kategori sedang. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa siswa SMA Negeri di Jakarta Timur memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang tergolong sedang pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gracelyta & Harlina., 2021) menyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Negeri Martapura di masa pandemi tergolong kategori sedang dengan persentase siswa sebesar 63,35%.

Hasil wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini menyatakan bahwa siswa masih suka melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru dengan salah satu alasannya yaitu memilih kegiatan yang lebih menyenangkan. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Dewi., 2021) bahwa pada saat pembelajaran jarak jauh siswa mengaku sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Tabel 1.6 Persentase Ketercapaian Indikator Prokrastinasi Akademik

No.	Indikator Prokrastinasi Akademik	Persentase (%)	Kategori
1.	Keyakinan Akan Kemampuan	53,7	Sedang
2.	Gangguan Perhatian	63,1	Tinggi
3.	Faktor Sosial	60,1	Sedang
4.	Kemampuan Manajemen Waktu	61,9	Tinggi
5.	Inisiatif Diri	58,7	Sedang

6.	Kemalasan	57,2	Sedang
	Rata-rata	59,1	Sedang

Adapun hasil analisis persentase dan penggolongan kategori tiap faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik, sebagai berikut. Faktor yang pertama ada faktor keyakinan akan kemampuan dengan hasil persentase terendah sebesar 53,7% dan masuk ke kategori sedang. Berdasarkan hasil wawancara, siswa merasa yakin ketika mengerjakan tugas disebabkan oleh pemikiran positif yang dilakukan siswa sebelum mulai mengerjakan tugas ‘jika yang lain mampu mengerjakannya maka seharusnya saya juga mampu mengerjakannya’ dan dari pengalaman mengerjakan soal latihan dengan batas waktu yang sangat singkat. Siswa yang percaya bahwa diri mereka efektif, kemungkinan besar mereka melakukan penundaan pekerjaan dan belajar dengan tergesa-gesa sebelum ujian karena kepercayaan diri mereka pada kemampuan mereka dan pandangan positif tentang diri mereka sendiri, hal ini sebagaimana dijelaskan McCloskey dalam (Ulfah, 2019).

Faktor yang kedua yaitu gangguan perhatian yang mendapatkan persentase tertinggi sebesar 63,1% dan masuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil wawancara, siswa tidak jarang mengalami gangguan perhatiannya ketika belajar seperti notifikasi handphone yang masuk, kegiatan masyarakat disekitar rumah (teriakan anak kecil dan perbaikan rumah), dan melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan seperti bermain game online dengan teman sebayanya atau bermain sosial media (instagram, tiktok) dengan waktu yang lama. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa mudah teralihkan perhatiannya dengan melakukan aktivitas lain yang seharusnya siswa mengutamakan kewajibannya terlebih dahulu sehingga tugas yang diselesaikan kurang maksimal dan mencontek jawaban temannya (Ramadhita dkk, 2022).

Faktor yang keempat yaitu faktor kemampuan manajemen waktu dengan persentase sebesar 61,9% termasuk kedalam kategori tinggi. Seorang siswa mungkin telah merencanakan dirinya untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan akan tetapi ketika waktunya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan penundaan untuk menyelesaikan tugas secara memuaskan sebagaimana dijelaskan Ghufroon & Risnawita dalam (Ulfah, 2020).

Faktor selanjutnya yaitu faktor inisiatif diri dengan hasil persentase sebesar 58,7% dan masuk ke dalam kategori sedang. Inisiatif sangat berperan penting dalam diri siswa karena akan mendorong siswa untuk terus berprestasi sehingga bisa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik (Ramadhita dkk, 2022). Hal ini dipertegas oleh McCloskey dikutip (Ulfah, 2021) jika siswa kurang inisiatif, mereka tidak akan memiliki dorongan untuk menyelesaikan tugasnya dengan tepat waktu.

Faktor yang terakhir yaitu faktor kemalasan dengan hasil persentase sebesar 57,2% dan termasuk ke kategori sedang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Chisan & Jannah dikutip (Kartika, 2024) menyatakan bahwa para siswa sering kali menggunakan alasan kemalasan untuk menghindari banyaknya tugas yang diberikan dari berbagai pelajaran yang membuat mereka kebingungan sehingga enggan untuk mulai mengerjakan tugas.

Berdasarkan data yang diperoleh, rata-rata persentase dari enam faktor penyebab prokrastinasi akademik berada pada interval persentase 41% - 60%, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh strategi *self regulated learning* yang dilakukan oleh siswa

SMA Negeri di Jakarta Timur pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh berada pada kategori sedang. Selama pembelajaran jarak jauh berlangsung, siswa SMA Negeri di Jakarta Timur dalam melakukan perilaku prokrastinasi akademik pada pelajaran kimia paling besar dipengaruhi oleh faktor gangguan perhatian.

Hubungan Antara *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA pada Pelajaran Kimia Selama Pembelajaran Jarak Jauh.

Tabel 1.7 Hasil Uji Normalitas *Self Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik

Data	<i>Self Regulated Learning</i>	Prokrastinasi Akademik
α	0,05	0,05
Sig.	0,179	0,761
Kesimpulan	Sig > α data menunjukkan berdistribusi normal	

Berdasarkan Tabel 1.7 menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) dari kedua variabel lebih besar dari 0,05 (α). Karena 0,179 > 0,05 dan 0,761 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri pada pelajaran kimia berdistribusi normal (Kadir., 2015).

Tabel 1.8 Hasil Uji Linearitas *Self Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik

Data	<i>Deviation of Linearity</i>	
	α	Sig.
<i>Self regulated learning</i> dengan Prokrastinasi Akademik	0,05	0,218

Berdasarkan Tabel 1.8 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) *Deviation from Linearity self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik yaitu sebesar 0,218. Dengan demikian, nilai (Sig.) 0,218 > 0,05 (α) maka variabel *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik berhubungan secara linear (Gunawan, 2015).

Tabel 1.9 Hasil Uji Korelasi Product Moment pada Variabel *Self Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik

Data	Statistik
R _{hitung}	-0,228
R _{tabel}	-0,1138
Sig. 2-tailed	0,001
α	0,05
Syarat	Jika nilai (Sig.) < 0,05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa data berkorelasi.

Data	Statistik
Kesimpulan	Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara <i>self regulated learning</i> dengan prokrastinasi akademik pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan Tabel 1.9 diketahui bahwa hasil koefisien korelasi (r_{xy}) untuk variabel *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik sebesar -0,228 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001. Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan yang negatif artinya hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan berlawanan arah. Hal ini dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kemampuan *self regulated learning* yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dialami siswa. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa hipotesis (H1) pada penelitian ini diterima yang berbunyi “Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh”.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mujirohrawati & Khoirunnisa., 2022) bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam masa pembelajaran jarak jauh. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Santika & Sawitri., 2016) bahwa *self regulated learning* memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik, yang berarti semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya dan begitupun sebaliknya.

Nilai koefisien dari penelitian ini berada pada interval 0,20 – 0,399, hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh masuk ke dalam golongan korelasi rendah. Hal ini berarti selama pembelajaran jarak jauh berlangsung siswa SMA Negeri di Jakarta Timur meskipun sudah mempunyai kemampuan *self regulated learning* yang tinggi, mereka tetap melakukan tindakan prokrastinasi akademik khususnya pada pelajaran kimia.

Sistem pembelajaran jarak jauh mulai diterapkan secara merata semenjak munculnya pandemi virus Covid-19. Proses pembelajaran jarak jauh membuat keseriusan pertemuan antara guru dengan siswa menjadi berkurang yang dapat menyebabkan siswa terbebas dari pantauan guru di waktu jam pelajaran (Hudaifah, 2020). Dengan berkurangnya jam pembelajaran dari sekolah membuat penjelasan yang diberikan oleh guru menjadi lebih singkat dan dapat menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi pelajaran. Menurut (Ristiyan & Bahriah., 2016) kimia termasuk salah satu mata pelajaran yang kurang disukai oleh siswa karena dianggap sulit untuk dipahami yang materinya banyak mengandung konsep yang bersifat abstrak.

Kondisi seperti banyaknya tugas dari guru, kurangnya pemahaman materi serta kurangnya pengawasan dari guru membuat prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa meningkat (Mujirohrawati & Khoirunnisa., 2022). Siswa SMA Negeri di Jakarta

Timur belum sepenuhnya dapat menghindari perilaku prokrastinasi akademik selama pembelajaran jarak jauh karena siswa lebih senang mengerjakan tugasnya mendekati batas tenggat pengumpulan dan merasa dirinya mampu mengerjakan tugas yang diberikan guru dengan waktu yang singkat. Siswa melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya yaitu lebih senang menghabiskan waktu untuk kegiatan lain dibanding kegiatan akademiknya.

Menurut (Khoerunnisa dkk, 2021) dalam proses pembelajaran jarak jauh siswa dituntut untuk beradaptasi dalam belajar, mempunyai rasa tanggung jawab dan mengontrol diri dalam belajar, mampu mengatur waktu dengan baik, serta harus memiliki kesadaran dalam dirinya terhadap kewajiban akademiknya supaya dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik. Dalam kegiatan belajarnya siswa membutuhkan kemampuan *self regulated learning* untuk mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, dalam belajar terutama dalam menghadapi tugas yang sulit (Harahap & Harahap., 2020). Individu yang memiliki kemampuan *self regulated learning* yang tinggi akan menggerakkan dirinya untuk mengontrol dan membagi waktu dalam kegiatan-kegiatannya dengan tepat disesuaikan dengan skala prioritas kepentingannya (Kartikasari dkk, 2022).

Siswa yang memiliki *self regulated learning* mampu melindungi diri dari berbagai macam gangguan agar mereka tidak terganggu. Mereka tahu bagaimana untuk mengatasi perasaan cemas, mengantuk atau malas (Woolfolk, 2014). Dengan adanya kemampuan *self regulated learning*, membuat siswa mampu mengatur waktu belajarnya dengan baik sehingga dapat mengurangi perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tuntutan tugas.

Hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik memperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 5,2% yang menunjukkan bahwa variabel *self regulated learning* memiliki kontribusi sebesar 5,2% terhadap variabel prokrastinasi akademik, selebihnya 94,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang juga dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Meskipun tidak memiliki pengaruh yang besar, *self regulated learning* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat perilaku prokrastinasi akademik siswa.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pengujian hipotesis mengenai *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA kelas XII jurusan IPA, diperoleh kesimpulan bahwa: Tingkat kemampuan *self regulated learning* siswa SMA Negeri di Jakarta Timur pada pelajaran kimia selama pembelajaran jauh tergolong tinggi dengan persentase sebesar 67,9%. Tingkat perilaku prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri di Jakarta Timur pada pelajaran kimia selama pembelajaran jauh tergolong sedang dengan persentase sebesar 59,1%. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA pada pelajaran kimia selama pembelajaran jarak jauh. Kesimpulan di atas mengacu dari hasil koefisien korelasi (r_{xy}) *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik sebesar -0,228 dan termasuk kategori korelasi rendah dengan nilai signifikansi sebesar $0,001 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ yang artinya H_1 diterima. Penelitian ini juga memperoleh nilai koefisien determinasi

sebesar 5,2% yang menunjukkan bahwa variabel *self regulated learning* memiliki kontribusi sebesar 5,2% terhadap variabel prokrastinasi akademik, selebihnya 94,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang juga dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

Selama pembelajaran jarak jauh, siswa mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran kimia. Selain itu, siswa diberikan banyak tugas sehingga hal ini menyebabkan siswa melakukan penundaan pengerjaan tugas. Kemampuan *self regulated learning* yang dimiliki siswa mempunyai peran untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Sehingga sangat penting untuk dioptimalkan pada setiap siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari dalam penyusunan hasil penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada seluruh pihak yang membantu dalam proses penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Amalia. (2015). *Aplikasi Strategi Kognitif untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa dalam Memahami Materi pembelajaran Logaritma Di Kelas X Matematika dan Ilmu Alam 5 SMA Negeri 2 Palopo*. Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Palopo.
- Annisa. (2021). *Hubungan Antara Self-Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Muhammadiyah Mungkid Kabupaten Magelang dalam Masa Pembelajaran Jarak Jauh Tahun 2021*. Institut Agama Islam Negeri Salatiga.
- Azwar. (2017). *Metode Peneletian Psikologi (II)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fazriah. (2019). *Hubungan Self-Regulated Learning dengan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Kimia*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Gracelyta & Harlina. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Di Masa Pandemi Covid-19 Kelas XI SMA Negeri 1 Martapura. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 8(1), 46–54.
- Gunawan. (2015). *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Hakim. (2021). Upaya Meningkatkan Regulasi Diri Siswa Melalui Penerapan Teknik Reframing Di SMKN 2 Palopo. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 3(1), 1–14.
- Harahap & Harahap. (2020). Covid 19: Self Regulated Learning Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 36–42.
- Hudaifah. (2020). Peran Self Regulated Learning di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(2), 76–84.
- Kadir. (2015). *Statistika Terapan Kosep, Contoh dan Analisis Data dengan Program SPSS/Lisrel dalam Penelitian*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Kartika, I. (2022). Implementasi Manajemen Mutu Pembelajaran Sebagai Upaya Meningkatkan Mutu Pembelajaran Di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Amar: Ekonomi Syariah, Perbankan Syariah, Agama Islam, Manajemen Dan Pendidikan*, 3(2), 144–157.
- Kartika, I. (2024). Strategi Guru Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Amar: Ekonomi Syariah*,

- Perbankan Syariah, Agama Islam, Manajemen Dan Pendidikan*, 5(2), 171–187.
- Kartikasari dkk. (2022). Hubungan Self Regulated Learning dan Dukungan Orangtua Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 388–398.
- Khoerunnisa dkk. (2021). Gambaran Self Regulated Learning Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Pedagogy for Creative Problem Solving*, 4(4), 298–308.
- Machdavikia. (2021). *Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Di Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mujirohrawati & Khoirunnisa. (2022). Hubungan Antara Regulasi Diri dalam Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 116–124.
- Mulyana dkk. (2015). Peran Motivasi Belajar, Self-Efficacy, dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Self-Regulated Learning pada Siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 165–175.
- Nani. (2012). Konstruksi Self-Regulation Skill dan Help-Seeking Behavior. *Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika (November)*., 449–458.
- Purwanto dkk. (2022). Analisis Kesulitan Belajar Kimia Dalam Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Chemical Education*, 11(1), 14–22.
- Putri & Dewi. (2021). Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Saat Pembelajaran Jarak Jauh. *Penelitian Psikologi*, 8(8), 72–82.
- Rahayu & Hidayati. (2021). Analisis Penyebab Prokrastinasi Akademik Matematika Siswa SMA Sederajat Saat Pembelajaran Daring. *Karya Pendidikan Matematika*, 8(2), 30–37.
- Rahmawati dkk. (2020). Analisis Pembelajaran Daring saat Pandemi Di Madrasah Ibtidaiyah. *Journal of Primary Education*, 1(2), 139–148.
- Ramadhita dkk. (2022). Hubungan antara Kemandirian Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 6(1), 19–29.
- Ramanta & Widayanti. (2020). Pembelajaran Daring di Sekolah Menengah Kejuruan Putra Indonesia Malang pada Masa Pandemi COVID-19. *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 1(5), 61–67.
- Riduwan. (2019). *Belajar Mudah Penelitian: Untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Ristiyaning & Bahriah. (2016). Analisis Kesulitan Belajar Kimia Siswa Di SMAN X Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran IPA*, 2(1), 18–28.
- Santika & Sawitri. (2016). Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Empati*, 5(1), 44–49.
- Sintema. (2020). Effect of COVID-19 on the Performance of Grade 12 Students : Implications for STEM Education. *Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 16(7), 1–6.
- Siregar. (2014). *Hubungan Self-efficacy, Self-regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA*. Universitas Medan Area.
- Ulfah, U. (2019). Peran Konselor Dalam Mengembangkan Potensi Peserta Didik. *Jurnal Tahsinia*, 1(1), 92–100.
- Ulfah, U. (2020). Implementasi Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dalam Kurikulum 2013. *Jurnal Tahsinia*, 1(2), 138–146.

- Ulfah, U. (2021). Pengaruh Aspek Kognitif, Afektif, Dan Psikomotor Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. *Jurnal Al-Amar: Ekonomi Syariah, Perbankan Syariah, Agama Islam, Manajemen Dan Pendidikan*, 2(1), 1–9.
- Ulum. (2016). Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi.*, 3(2), 153–170.
- Wolters. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179–187.
- Woolfolk. (2014). *Educational Psychology (Twelfth)*. Pearson Education.