

Pengaruh Regulasi Diri Dan Prokrastinasi Terhadap Hasil Belajar IPS Pada Pengenalan Lapangan Persekolahan Tahun 2022

Devina Putri Sekarasih ¹⁾, Riyadi ²⁾, Muhammad Ilyas Marzuqi ³⁾, Hendri Prastiyono ⁴⁾

¹⁾²⁾³⁾⁴⁾ S1 Pendidikan IPS, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh regulasi diri dan prokrastinasi terhadap hasil belajar IPS kelas VIII-2 di SMP Negeri 5 Sidoarjo pada pengenalan lapangan persekolahan tahun 2022. Jenis penelitian ini ialah kuantitatif menggunakan metode eksperimen dengan desain *one shot case study*. Sampel yang digunakan yaitu siswa kelas VIII-2 berjumlah 33 siswa menggunakan teknik *sampling* jenuh. Pengumpulan data diperoleh dari angket persepsi siswa dan tes individu berupa UH 1 dan UH 2 yang diambil secara *ex-post facto*. Teknik analisis data penelitian menggunakan uji regresi linier sederhana dan berganda serta *pearson product moment* dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri pada siswa kelas VIII-2 termasuk dalam kriteria kurang dengan rata-rata presentase sebesar 47% dan tingkat prokrastinasi yang dilakukan siswa kelas VIII-2 termasuk dalam kriteria tinggi dengan rata-rata presentase sebesar 61%. Adapun nilai hasil belajar IPS siswa kelas VIII-2 yang termasuk dalam kriteria (D) yaitu kurang baik, karena rata-rata nilai satu kelas hanya mencapai angka 64. Hasil analisis regresi linier sederhana dapat dilihat nilai R Square sebesar 0.301 untuk variabel X_1 terhadap Y. Artinya regulasi diri berpengaruh sebesar 30% terhadap hasil belajar IPS. Kedua dapat dilihat dari nilai R Square sebesar 0.072 untuk variabel X_2 terhadap Y. Artinya prokrastinasi berpengaruh sebesar 7% terhadap hasil belajar IPS dan hasil analisis regresi linier berganda dapat dilihat dari nilai R Square sebesar 0.317 untuk variabel X_1 dan X_2 terhadap Y. Artinya regulasi diri dan prokrastinasi secara bersama-sama berpengaruh sebesar 31,7% terhadap hasil belajar IPS.

Kata Kunci: Regulasi diri, Prokrastinasi, Hasil Belajar IPS

Abstract

This study aims to determine how much influence self-regulation and procrastination have on social studies learning outcomes in class VIII-2 at SMP Negeri 5 Sidoarjo at the introduction of schooling in 2022. This type of research is quantitative using an experimental method with a one shot case study design. The sample used was class VIII-2 students totaling 33 students using a saturated sampling technique. Data collection was obtained from a student perception questionnaire and individual tests in the form of UH 1 and UH 2 which were taken ex-post facto. The research data analysis technique used simple and multiple linear regression tests and the Pearson product moment with the help of SPSS version 26. The results showed that the self-regulation ability of class VIII-2 students was included in the less criteria with an average percentage of 47% and a high level of procrastination. class VIII-2 students are included in the high criteria with an average percentage of 61%. The social studies learning outcomes for class VIII-2 students included in criterion (D) were not good, because the average grade for one class only reached 64. The results of a simple linear regression analysis can be seen that the R Square value is 0.301 for the variable X_1 to Y This means that self-regulation has an effect of 30% on social studies learning outcomes. Both can be seen from the R Square value of 0.072 for the variable X_2 to Y. This means that procrastination has an effect of 7% on social studies learning outcomes and the results of multiple linear regression analysis can be seen from the R Square value of 0.317 for the variables X_1 and X_2 to Y. This means self-regulation and procrastination together have an effect of 31.7% on social studies learning outcomes.

Keywords: *Self-regulation, Procrastination, Social Studies Learning Outcomes*

How to Cite: Sekarasih, D. P. dkk (2023). Pengaruh Regulasi Diri Dan Prokrastinasi Terhadap Hasil Belajar IPS Pada Pengenalan Lapangan Persekolahan Tahun 2022. *Dialektika Pendidikan IPS*, Vol 3 (2): halaman 39-52

This is an open access article under the CC-BY-SA

license



PENDAHULUAN

Kualitas bangsa berkaitan terhadap salah satu aspek penting yaitu pendidikan (Fitri, 2021). Kondisi pendidikan yang dimiliki oleh suatu bangsa menjadi tolak ukur dalam kesejahteraan dan kesuksesan bangsa itu sendiri. Pendidikan menjadi kebutuhan dasar untuk meningkatkan suatu negara, bahkan suatu kehidupan tidak akan terpisah dari pendidikan. Pendidikan sebagai upaya untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan wawasan yang telah dimiliki suatu individu. Pendidikan dipercaya sebagai sarana pencetak perubahan, sebagian perilaku manusia, baik maupun buruk itu berasal dari pendidikan. Pendidikan dapat diperoleh dalam bentuk apapun, pada umumnya yaitu secara formal maupun non formal. Di Indonesia sendiri, cara memperoleh pendidikan yang semestinya ialah melalui pendidikan formal (Rochillah & Khoirunnisa, 2020). Pendidikan formal bisa didapatkan melalui sekolah. Sekolah menjadi wadah untuk membimbing individu dalam mengembangkan dan menggapai pengetahuan serta keterampilan yang nantinya akan menjadi sebuah potensi bagi dirinya. Bentuk pendidikan formal di sekolah adalah kegiatan pembelajaran. Pada kegiatan pembelajaran sudah pasti individu diharuskan untuk belajar. Proses individu untuk dapat menerima pengetahuan, membangun keterampilan, memperbaiki tingkah laku dan sikap serta memperkuat kepribadian adalah pengertian dari belajar (Harahap, 2021).

Kegiatan pembelajaran sampai dengan saat ini di sekolah masih menggunakan buku sebagai salah satu media belajar, adanya buku mampu mengakomodasi individu dalam mencari materi yang sedang atau akan dipelajari. Buku dapat membantu memperoleh informasi terkait hal-hal yang ada di kehidupan. Walaupun buku menjadi sumber ilmu dan salah satu media yang selalu digunakan untuk menemukan informasi, namun perlu usaha ekstra untuk membaca buku demi informasi yang ingin didapatkan. Seiring berjalannya waktu dan berkembangnya teknologi, membawa perubahan yang berdampak besar pada kehidupan. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) telah merombak pola berpikir manusia. Perkembangan tersebut membawa perubahan bagi konsep pendidikan terutama pada cara mengajar dan belajar di sekolah, hal ini dapat dilihat ketika proses pembelajaran dan ujian. Beberapa sekolah sudah menggunakan *handphone*, bahkan buku yang mulanya menjadi sumber informasi utama perlahan tersingkir. *Handphone* memberikan dedikasi yang sangat besar bagi kehidupan. *Handphone* memiliki segudang manfaat bila digunakan dengan bijak, begitupun sebaliknya bisa menjadi malapetaka bagi yang menyalahgunakan. Banyak anak-anak yang mulai kecanduan bermain *handphone* dan berakibat pada pekerjaan sekolah dari guru. Akibat kecanduan tersebut, anak-anak menjadi malas untuk mengerjakan tugas. Padahal anak-anak yang bersekolah memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas-tugas sebagai syarat untuk mendapatkan nilai yang baik. Rasa enggan atau malas berasal dari kondisi psikologisnya yang mendorong mereka untuk meninggalkan tugas yang harus diselesaikan. Gejala tingkah laku tersebut dinamakan prokrastinasi.

Prokrastinasi diambil dari bahasa latin *procrastinare* yang meliputi dua kata yakni *pro* memiliki arti maju dan *crastinus* artinya hari esok, dengan demikian prokrastinasi ialah maju di hari esok (Nurjan, 2020). Prokrastinasi dalam bahasa Inggris *procrastination* memiliki arti menunda atau menangguhkan sampai hari berikutnya (Sedyawati, 2021). Prokrastinasi juga diartikan sebagai bentuk perilaku yang secara sadar manusia mengetahui apa yang harus dilakukannya, tetapi ia tidak melakukannya dengan segera (Juliawati & Yandri, 2018). Prokrastinasi terjadi akibat menunda mengerjakan tugas secara berulang kali dan sengaja untuk mengerjakan kegiatan yang lainnya sehingga kinerja menjadi minim serta tugas tidak dikerjakan tepat waktu. Prokrastinasi ialah sebuah tingkah laku menunda yang bisa berwujud dalam indikator tertentu dimana memiliki ciri-ciri: (1) menunda dalam mengawali dan menyelesaikan pekerjaan sekolah; (2) terlambat menyelesaikan pekerjaan sekolah dikarenakan mengerjakan hal yang tak seharusnya dilakukan; (3) terjadi kesenjangan antara waktu dengan rencana yang ditentukan dan performa nyata; (4) mengerjakan kegiatan lainnya yang lebih disenangi daripada menyelesaikan tugas, seperti ngobrol, jalan-jalan, nonton tv dan sebagainya (Muyana, 2018).

Prokrastinasi memiliki definisi sebagai kebiasaan menunda-nunda yang tidak penting, dilakukan karena individu takut gagal dan anggapan bahwasanya semua hal haruslah dikerjakan secara sempurna, sehingga akan merasakan lebih aman untuk tidak langsung mengerjakan, dikarenakan dapat memberikan hasil yang tidak maksimal (Harahap, 2021). Prokrastinasi dapat diaktualisasikan sebagai kemalasan dan ketidaksukaan terhadap tugas yang harus diselesaikan, menganggap remeh guru yang memberikan tugas tersebut serta menjalankan kegiatan yang lebih disenangi terlebih dahulu.

Prokrastinasi membuat tidak adanya kejelasan kapan tugas selesai. Walaupun tugas bisa selesai, prosesnya tidak maksimal dikarenakan waktu yang makin sedikit. Dampak buruk dari prokrastinasi bagi siswa, yakni banyak waktu terbuang tanpa memberikan hasil yang bermanfaat. Seorang yang melakukan prokrastinasi atau prokrastinator bukan bertujuan guna menghindari atau mengabaikan tentang tugas mereka, namun mereka hanya menundanya (Harahap, 2021). Terjadinya prokrastinasi dikarenakan faktor *self regulated failure* (gagalnya mengontrol diri), kurangnya *self efficacy* dan keyakinan irasional (takut kegagalan dan perfeksionis) (Lubis, 2018). Berdasarkan faktor tersebut, dalam hal ini prokrastinasi dipengaruhi oleh regulasi diri (*self-regulated*). Regulasi diri ialah keahlian individu guna mengendalikan tingkah laku diri sendiri. Regulasi memiliki pengertian sebagai proses pembentukan pikiran, perasaan dan tindakan, perencanaan terus-menerus dan adaptasi untuk mencapai tujuan (Harahap, 2021). Pengertian lain dari regulasi ialah suatu proses yang mana individu mengelola pencapaian dan tindakannya dengan menetapkan tujuan untuk mereka dan evaluasi kesuksesannya ketika mewujudkan tujuan itu (Harahap, 2021).

Regulasi diri memiliki arti cara kontrol dan memberikan arahan atas perbuatan dirinya (Harahap, 2021). Regulasi diri juga berarti bentuk arahan atau intruksi diri guna merubah mental menjadi keterampilan yang termanifestasikan ke dalam aktivitas. Para siswa seharusnya sadar akan tugas utama sebagai orang yang sedang mencari ilmu. Rasa sadar itu yang dapat membawanya untuk bisa menjaga dan mengatur tingkah lakunya ketika belajar. Regulasi diri berimplikasi terutama pada seseorang ketika menyelesaikan kegiatan pendidikan (Harahap, 2021). Kemampuan regulasi diri dapat dilihat dari kemampuan diri sendiri ketika aktivitas belajar mengajar dan mengatur waktu belajar dengan aktivitas lainnya. Ketidakmampuan mengendalikan dan mengontrol diri ketika belajar membuat siswa menjadi lengah terhadap tugas dari guru, tentunya hal tersebut akan berpengaruh terhadap hasil belajarnya. Hasil dari pembelajaran yang mereka dapat jauh dibawah standar kriteria ketuntasan minimal (KKM). Hasil belajar akan menentukan mereka layak atau tidak untuk naik ke jenjang pendidikan selanjutnya. Hasil belajar memiliki arti sebagai kemampuan pengetahuan, sikap, keterampilan dan perilaku siswa setelah melakukan kegiatan pembelajaran serta sebagai bentuk akibat dari pengalaman yang telah mereka dapat. Hasil belajar tak akan lepas dari dunia pendidikan. Hal penentu kesuksesan siswa dalam mendapatkan hasil belajar salah satunya ialah kemampuan intelektualnya. Hasil belajar ini yang dapat menjelaskan sukses atau tidaknya siswa dalam pembelajaran (Friskilia & Winata, 2018).

Hasil belajar ialah berubahnya tingkah laku siswa yang terjadi karena proses belajar, dimana dikarenakan siswa telah menguasai terhadap beberapa materi yang didapatkan dari pembelajaran (Friskilia & Winata, 2018). Hasil belajar bisa berupa berubahnya aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif. Hasil belajar ialah berubahnya perilaku yang dapat dikaji dan dilakukan pengukuran dari wawasan, sikap dan keterampilan (Friskilia & Winata, 2018). Perubahan tersebut sebagai keadaan meningkat atau berkembang lebih baik dari yang terdahulu, dan yang tidak tahu menjadi tahu. Hasil belajar ialah berubahnya tingkah laku yang didapatkan siswa sesudah melakukan aktivitas pembelajaran (Friskilia & Winata, 2018). Hasil belajar sebagai sebuah dampak dari aktivitas belajar menggunakan alat pengukuran berbentuk tes tulis ataupun tes perbuatan (Friskilia & Winata, 2018). Hasil belajar atau tingkat kesuksesan siswa dalam memahami materi belajar di sekolah yang disajikan berupa nilai yang didapatkan dari tugas maupun ulangan. Menurut pengertian hasil belajar yang

dipaparkan oleh ahli, dapat ditarik kesimpulan bahwasanya hasil belajar ialah berubahnya perilaku atau kemampuan sebagai tolak ukur dalam penentuan kesuksesan siswa dalam pemahaman pembelajaran, dimana hasil belajar menyangkut ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Perubahan tingkah laku atau kemampuan disajikan berupa angka maupun huruf.

Pemaparan tersebut menunjukkan bahwasanya regulasi diri dan prokrastinasi memberikan dampak terhadap proses pembelajaran, terutama pada hasil belajar. Hal ini sesuai dengan pengalaman peneliti ketika sedang menjalankan praktik mengajar di SMP Negeri 5 Sidoarjo. SMP Negeri 5 Sidoarjo terletak di Jl. Untung Suropati No.24, Desa Sidoklumpuk, Kabupaten Sidoarjo, Provinsi Jawa Timur, dimana menggunakan kurikulum merdeka untuk kelas VII dan kurikulum 2013 untuk kelas VIII dan IX. Kurikulum tersebut memiliki muatan 10 mata pelajaran wajib dan 2 mata pelajaran muatan lokal. Mata pelajaran wajib antara lain Bahasa Inggris, PPKn, IPS, Matematika, Pendidikan Agama, Bahasa Indonesia, IPA, Seni Budaya, PJOK dan Prakarya. Sedangkan mata pelajaran muatan lokal antara lain Bahasa Jawa dan Baca Tulis Al-Qur'an. Sekolah ini memiliki 27 kelas dengan 833 siswa yang diantaranya kelas VII-1 hingga VII-9, VIII-1 hingga VIII-7 dan IX-1 hingga IX-8. Setiap kelas terdiri dari 34 siswa. Di SMP Negeri 5 Sidoarjo peneliti mengajar mata pelajaran IPS di kelas VIII-2.

Menurut hasil pengamatan, ketika peneliti mengajar mata pelajaran IPS di kelas VIII-2, masih banyak siswa yang seringkali melakukan penundaan mengerjakan tugas yang peneliti berikan sehingga pengumpulan tugas lebih dari batas waktu yang diberikan. Terdapat siswa yang mengabaikan tugas dan menganggapnya bukan tanggung jawab yang wajib dikerjakan. Minimnya rasa sadar dalam diri siswa akan tugasnya, membuat siswa berasumsi bahwa tugas tersebut adalah bentuk tekanan dan beban, padahal sesuatu yang mereka lakukan dapat berdampak buruk bagi masa depannya. Tidak hanya menunda mengerjakan tugas, ketika belajar mengajar dilakukan para siswa seringkali tidak fokus dan suka berbicara dengan teman sebangku, serta terdapat beberapa siswa yang menggunakan *handphone* untuk bermain *game* secara sembunyi. Tindakan yang dilakukan para siswa berpengaruh terhadap hasil belajar berupa nilai tugas dan ulangan harian yang diperoleh siswa tergolong rendah dan tidak sesuai dengan standar KKM.

Rendahnya hasil belajar disebabkan oleh persepsi siswa mengenai perilaku prokrastinasi yang dilakukan dalam kegiatan pembelajaran bersama guru praktik. Kebiasaan melakukan perilaku prokrastinasi dipengaruhi adanya ketidakmampuan meregulasi diri dalam belajar, ketidakmampuan ini timbul karena persepsi siswa terhadap guru praktik yang menurut mereka tidak mungkin sama dengan guru pamong. Prokrastinasi dan ketidakmampuan meregulasi diri mengakibatkan hasil belajar siswa menjadi rendah. Jika hal tersebut selalu terjadi maka dapat berakibat buruk bagi prestasi siswa dan menghambat proses belajar hingga kedepannya. Penjabaran hasil observasi peneliti, selaras dengan penelitian oleh Reski Hastuti dkk. tahun 2019 berjudul "Pengaruh Regulasi Diri (Self Regulation) dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Pada Peserta Didik Kelas XI Mia Man 1 Bulukumba". Regulasi diri mempengaruhi hasil belajar biologi secara positif dan signifikan, dibuktikan dengan nilai sig 5% dikarenakan nilai $p = 0,000 < 0,05$ (Hastuti et al., 2019). Penelitian lain yang relevan oleh Zuraida dkk. tahun 2017 berjudul "Pengaruh Kecemasan Matematika dan Prokrastinasi Akademik Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VIII SMP Negeri 7 Balikpapan". Prokrastinasi akademik mempengaruhi hasil belajar matematika secara signifikan, dibuktikan nilai sig $0,012 < 0,05$ (Zuraida, 2017).

Beberapa penelitian tersebut menjelaskan bahwasanya terdapat pengaruh signifikan regulasi diri dan prokrastinasi terhadap hasil belajar, hal ini sekaligus mendukung peneliti untuk membuktikan dan menguatkan argumen bahwa regulasi diri dan prokrastinasi mempengaruhi hasil belajar siswa dengan didasarkan pada teori kognitif sosial Albert Bandura. Teori ini mengemukakan bahwa pikiran, emosi dan tindakan yang dilakukan di lingkungan sosial bergantung pada cara seseorang

dalam mengontrol dan mengatur dirinya (Mubin et al., 2021). Sesuai dengan permasalahan, hasil belajar siswa yang rendah adalah dampak dari perilaku prokrastinasi dan prokrastinasi terjadi akibat ketidakmampuan siswa dalam mengontrol dirinya untuk berperilaku sesuai dengan kondisi dimana ia berada. Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi diri dan prokrastinasi terhadap hasil belajar IPS kelas VIII-2, seberapa besar pengaruhnya serta implikasi pada Pendidikan IPS.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis kuantitatif dengan dilandaskan pada filsafat positivisme karena memuat kaidah-kaidah ilmiah yakni kongkrit, objektif, terukur, rasional dan sistematis (Asrin, 2022). Penelitian ini menggunakan metode eksperimen sebagai salah satu metode yang akurat untuk mengukur hubungan antara sebab (variabel bebas) dan akibat (variabel terikat), serta untuk menemukan pengaruh suatu perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam situasi yang terkendalikan (Asrin, 2022). Penelitian menggunakan desain *one shot case study*. Desain ini berfungsi memberikan perlakuan pada satu kelas saja tanpa ada kelas pembanding yang kemudian diobservasi hasil penelitiannya (Hariati, 2022).

Populasi penelitian yakni seluruh siswa kelas VIII-2 di SMP Negeri 5 Sidoarjo yang berjumlah 33 siswa dan pengambilan sampelnya menggunakan teknik *sampling* jenuh, yakni semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel (Firmansyah & Dede, 2022). Prosedur penelitian ini terdiri dari empat tahapan. Tahap pertama, yakni tahap persiapan yang mencakup proses penentuan subjek dan lokasi penelitian, proses perizinan, pembuatan proposal penelitian dan penyusunan instrumen penelitian. Tahap kedua, yakni tahap pelaksanaan yang mencakup proses keberlangsungan penelitian di kelas VIII-2. Tahap ketiga, yakni tahap analisis data berupa proses olah data terhadap hasil yang diperoleh selama penelitian. Tahap keempat, yakni penulisan laporan penelitian yang berisi susunan penulisan kegiatan dari tahap awal hingga akhir penelitian.

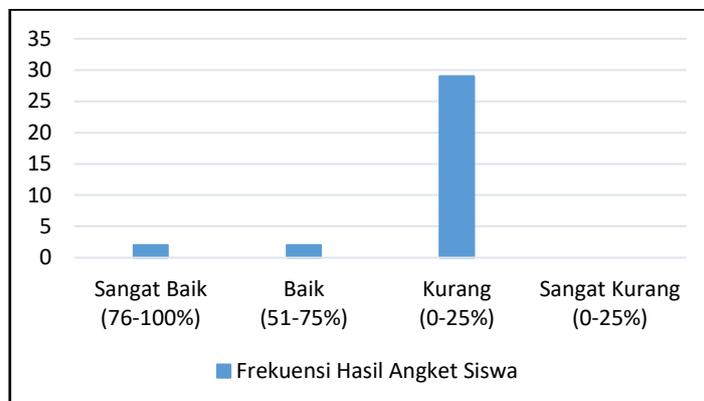
Terdapat tiga instrumen yang digunakan dalam penelitian, meliputi angket persepsi siswa mengenai regulasi diri, angket persepsi siswa mengenai prokrastinasi dan tes hasil belajar. Pada instrumen angket, alat ukur yang digunakan yaitu skala likert dengan fungsi untuk mengukur persepsi, sikap, pendapat yang berkaitan dengan variabel penelitian (Khusnuddin, 2018). Skala tersebut dibagi menjadi dua dalam bentuk pernyataan bersifat positif (*favorable*) dan bersifat negatif (*unfavorable*) serta memiliki 4 alternatif jawaban, Pada instrumen tes hasil belajar menggunakan penilaian harian 1 dan penilaian harian 2 yang diambil secara *ex-post facto* yakni yakni data berasal dari hasil penilaian yang sudah dilakukan pada saat praktik pengenalan lapangan persekolahan (Asyrifah Zaini Wahdah & Putri Nur Malasari, 2022).

Penelitian dimulai dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap masing-masing instrumen, setelah diketahui hasil instrumen yang valid dan reliabel selanjutnya instrumen akan dipergunakan untuk pengumpulan data. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menyebar angket pada siswa kelas VIII-2 dan untuk tes hasil belajar tidak perlu disebarkan kembali karena telah didapatkan hasilnya. Setelah seluruh data terkumpul, dilakukan *skoring* dan input data untuk proses pengolahan selanjutnya. Olah data dilakukan menggunakan aplikasi SPSS versi 26 yang berfungsi sebagai acuan dalam melakukan uji asumsi klasik (prasyarat), uji hipotesis dan uji kekuatan hubungan. Uji asumsi klasik terdiri dari uji normalitas dan uji heteroskedastisitas. Uji hipotesis terdiri dari uji linieritas, regresi linier sederhana dan berganda serta uji kekuatan hubungan menggunakan *pearson product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

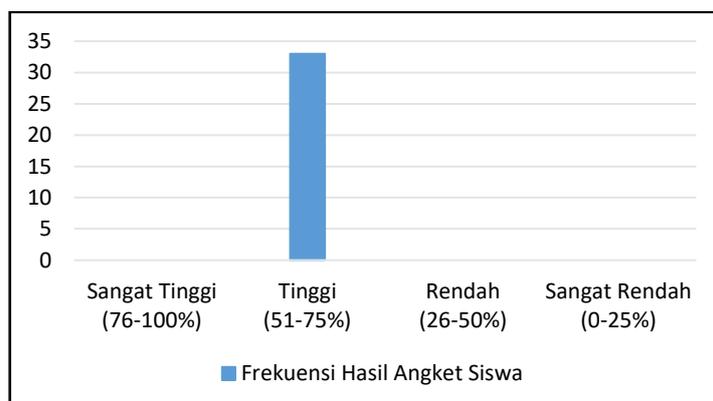
A. Analisis Deskriptif

Perolehan data dari penelitian yang berupa data hasil angket persepsi siswa dan data hasil belajar akan tersaji bersama uraian pembahasan berikut.



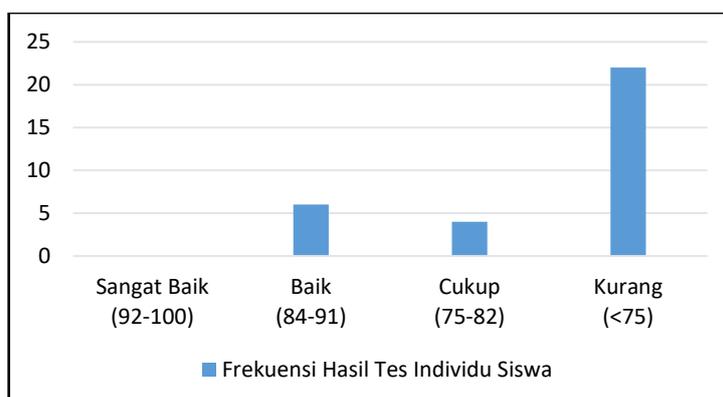
Gambar 1. Data Angket Regulasi Diri

Berdasarkan gambar diagram hasil angket regulasi diri siswa, dari 33 siswa yang memiliki regulasi diri dalam kriteria kurang adalah sebanyak 29 siswa, yang memiliki regulasi diri dalam kriteria sangat baik sebanyak 2 siswa dan 2 lainnya memiliki regulasi diri dalam kriteria baik. Total keseluruhan presentase sebesar 47%. Dapat ditarik kesimpulan bahwasanya kemampuan regulasi diri yang ada pada siswa kelas VIII-2 tergolong kurang.



Gambar 2. Data Angket Prokrastinasi

Berdasarkan gambar diagram hasil angket prokrastinasi, dari total 33 siswa seluruhnya termasuk kedalam kriteria tinggi. Dapat ditarik kesimpulan bahwasanya tingkat prokrastinasi yang dilakukan siswa kelas VIII-2 tergolong tinggi dengan presentase sebesar 61%.



Gambar 3. Data Hasil Belajar IPS

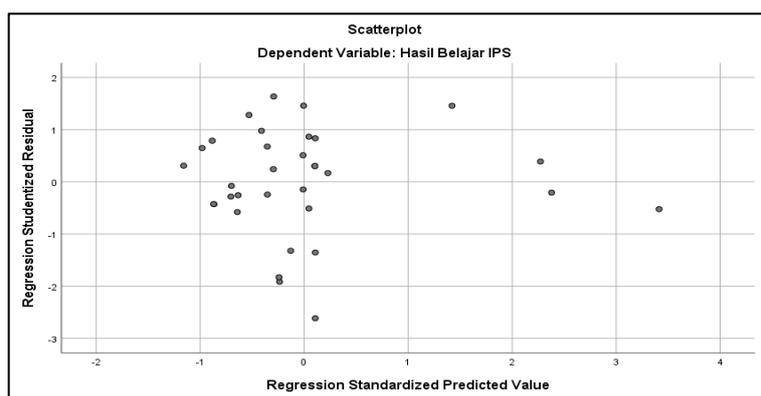
Berdasarkan gambar diagram diatas menunjukkan bahwa dari total 33 siswa, terdapat 22 siswa yang termasuk dalam kriteria kurang, 4 siswa yang termasuk dalam kriteria cukup dan 6 siswa yang termasuk dalam kriteria baik. Perolehan nilai rata-rata kelas sebesar 64, yang dimana nilai tersebut termasuk dalam kriteria (D) atau kurang baik karena <75 .

B. Analisis Inferensial

Tabel 1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		33
Normal Parameters^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	15.01500444
Most Extreme Differences	Absolute	.128
	Positive	.060
	Negative	-.128
Test Statistic		.128
Asymp. Sig. (2-tailed)		.183 ^c
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction		

Bukti pengujian diatas diketahui bahwa perolehan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,183. Nilai $0,183 > 0,05$ artinya nilai tersebut lebih besar dari nilai signifikansi, dinyatakan bahwa data dalam penelitian ini telah berdistribusi normal.



Gambar 4. Uji Heteroskedastisitas

Gambar diatas merupakan output Scatterplot yang menunjukkan bahwa:

1. Titik-titik menyebar diatas dan dibawah angka 0.
2. Titik-titik tidak hanya mengumpul diatas maupun dibawah.
3. Titik-titik tidak membentuk pola tertentu yang teratur.

Bukti pengujian diatas diketahui bahwasanya tidak terdeteksi adanya heteroskedastisitas, artinya model regresi yang baik dan ideal dapat terpenuhi.

Tabel 2. Uji Linieritas

Uji Linieritas	Sig
Regulasi Diri terhadap Hasil Belajar IPS	.490
Prokrastinasi terhadap Hasil Belajar IPS	.596

Bukti pengujian diatas diketahui perolehan nilai sig sebesar 0,490 yang artinya nilai tersebut $> 0,05$ (nilai signifikansi) maka dinyatakan bahwa variabel Regulasi Diri dan Hasil Belajar IPS memiliki hubungan linier yang signifikan, kemudian diperoleh nilai sig sebesar 0,596 yang artinya nilai tersebut $> 0,05$ (nilai signifikansi) maka dinyatakan bahwa variabel Prokrastinasi dan Hasil belajar IPS memiliki hubungan linier yang signifikan.

Tabel 3. Regresi Linier Sederhana

Regresi Linier Sederhana	R Square
Regulasi Diri terhadap Hasil Belajar IPS	.301
Prokrastinasi terhadap Hasil Belajar IPS	.072

Bukti pengujian diatas diketahui perolehan nilai *R Square* sebesar 0,301 atau 30% yang berarti bahwa besar kontribusi variabel Regulasi Diri terhadap Hasil Belajar IPS ialah sebesar 30% dan perolehan nilai *R Square* sebesar 0,072 atau 7% yang berarti bahwa besar kontribusi variabel Prokrastinasi dan Hasil belajar IPS ialah sebesar 7%.

Tabel 4. Regresi Linier Berganda

Regresi Linier Berganda	R Square
Regulasi Diri dan Prokrastinasi terhadap Hasil Belajar IPS	.317

Bukti pengujian diatas diketahui perolehan nilai *R Square* sebesar 0,317 atau 31,7% yang berarti bahwa besar kontribusi variabel Regulasi Diri dan Prokrastinasi terhadap Hasil belajar IPS ialah sebesar 31,7 %.

Tabel 5. Uji Kekuatan Hubungan

		Correlations		
		Regulasi Diri	Prokrastinasi	Hasil Belajar IPS
Regulasi Diri	Pearson Correlation	1	.267	.549
	Sig. (2-tailed)		.133	.001
	N	33	33	33
Prokrastinasi	Pearson Correlation	.267	1	.268
	Sig. (2-tailed)	.133		.132
	N	33	33	33
Hasil Belajar IPS	Pearson Correlation	.549	.268	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.132	
	N	33	33	33

Tabel 6. Interpretasi Nilai r

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.80 – 1.000	Sangat Kuat
0.60 – 0.799	Kuat
0.40 – 0.599	Cukup Kuat
0.20 – 0.399	Rendah
0.00 – 0.199	Sangat Rendah

Bukti pengujian diatas diketahui nilai *r pearson correlation* untuk X_1 terhadap Y sebesar 0,549 dan nilai *r pearson correlation* untuk X_2 terhadap Y sebesar 0,269. Dapat diketahui bahwa variabel Regulasi diri dan Hasil Belajar IPS memiliki hubungan dengan tingkatan cukup kuat, sedangkan variabel Prokrastinasi dan Hasil Belajar IPS memiliki hubungan dengan tingkatan rendah.

C. Diskusi

Pada bagian ini akan dilakukan pembahasan hasil penelitian yang diperoleh setelah melangsungkan penelitian di kelas VIII-2 SMP Negeri 5 Sidoarjo.

1. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Hasil Belajar IPS Kelas VIII-2

Indikator utama yang mempengaruhi regulasi diri siswa kelas VIII-2 adalah mengatur standar dan tujuan dengan berdasar pada hasil uji hipotesis menggunakan regresi linier sederhana yang menyatakan bahwa regulasi diri berkontribusi sebesar 30% terhadap hasil belajar IPS kelas VIII-2. Kurangnya meregulasi diri saat proses pembelajaran disebabkan karena hal-hal berikut: (1) siswa merasa bahwa mengatur jadwal untuk belajar merupakan hal yang tidak penting; (2) siswa hanya belajar apabila mereka memiliki waktu luang karena mereka tidak memiliki aturan belajar untuk dirinya; (3) ketika siswa mendapat hasil ujian, hanya membiarkannya saja tanpa mengoreksi kesalahan dan memikirkan kemajuan yang diperoleh; (4) siswa seringkali membiarkan proses pembelajaran berjalan begitu saja, tidak ada rencana tertentu; (5) apabila siswa mendapat nilai kurang bagus, mereka tidak menelaah kembali guna melihat letak kekurangan dan tidak memikirkan rencana selanjutnya terkait kekurangan tersebut; (6) siswa enggan membaca ulang catatan materi pelajaran; (7) siswa kurang mempunyai cara khusus untuk mempelajari dan mengingat materi selama pembelajaran; (8) siswa tetap malas belajar meskipun mendapat nilai jelek; (9) siswa lebih memilih melakukan aktivitas lain padahal tugas banyak yang belum diselesaikan; (10) siswa tidak merasa sedih atau kecewa saat nilai menurun, mereka tetap bersenang-senang dengan teman; (11) ketika siswa

belajar tidak menghiraukan kondisi disekitarnya, apakah baik untuk melangsungkan aktivitas belajar atau memperburuk suasana belajar; (12) siswa juga tidak menghiraukan benda-benda yang akan membuatnya kehilangan konsentrasi saat belajar (Prasetyana & Mariyati, 2020).

Indikator regulasi diri yang berupa mengatur standar dan tujuan ini selaras dengan teori kognitif sosial Albert Bandura, dengan penjelasan yaitu pikiran dan tindakan yang dilakukan selama proses pembelajaran bergantung pada pengamatan terhadap orang lain sehingga akan memunculkan aturan-aturan dan kendali dalam diri sendiri yang akan berdampak pada peristiwa selanjutnya (Yanuardianto, 2019). Regulasi diri merupakan salah satu konsep perkembangan dari teori kognitif sosial, dikarenakan manusia sebagai makhluk proaktif yang mampu mengorganisasi diri sendiri dan mampu meregulasi dirinya, bukan semata-mata makhluk reaktif yang hanya terbentuk dan terpengaruh oleh kekuatan lingkungan maupun impuls-impuls dari dalam diri. Bandura juga menyatakan, dengan adanya regulasi diri seseorang mampu mengatur pola perilakunya, mengontrol pikirannya, mengubah hasrat dan mengetahui segala sesuatu yang akan dilakukan nanti (Mandasari & Ihsan, 2020). Sama halnya dengan regulasi diri yang memiliki pengaruh terhadap hasil belajar siswa.

Diketahui bahwasanya siswa kelas VIII-2 memiliki kemampuan regulasi diri yang kurang, disebabkan karena perbedaan persepsi akibat pengamatan mereka terhadap guru praktik dan guru pamong. Pengamatan ini memunculkan perbedaan perilaku ketika sedang bersama guru praktik dan guru pamong. Pada saat pembelajaran bersama guru praktik, siswa menjadi tidak bisa diatur dan berbuat semaunya sendiri. Dikarenakan anggapan mereka bahwa guru praktik hanya sebagai guru pengganti dengan waktu sebentar dan tidak mungkin memiliki karakter atau pembawaan yang sama dengan guru pamong. Persepsi yang ada dipikiran siswa menjadikan mereka memiliki mindset buruk terhadap guru praktik. Akibat dari mindset buruk yang sudah tertanam, berpengaruh pada perilaku dalam pembelajaran selanjutnya. Siswa meremehkan pembelajaran yang dilakukan guru praktik dan tugas-tugas yang diberikan. Alhasil perilaku yang mereka lakukan mempengaruhi hasil belajarnya. Perolehan hasil belajar cenderung rendah.

2. Pengaruh Prokrastinasi terhadap Hasil Belajar IPS Kelas VIII-2

Tingginya tingkat prokrastinasi yang dilakukan siswa berdasar indikator prokrastinasi adalah sebagai berikut: (1) waktu yang dirasakan, siswa memiliki kegagalan dalam memenuhi deadline sebagai akibat karena tidak mampu memprediksi waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya sehingga ketika menerima tugas mereka lebih memilih mengulur waktu untuk mengerjakannya, siswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain hp dibandingkan mengerjakan tugas, siswa menghabiskan waktu untuk melakukan hal yang lebih menyenangkan dibanding dengan mengerjakan tugas, siswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk kegiatan diluar pelajaran sehingga pengerjaan tugas menjadi terhambat serta siswa tidak terbiasa untuk langsung mengerjakan setelah mendapat tugas dari guruiswa (Zuraida, 2017); (2) celah antara keinginan dan tindakan, siswa memiliki ketidakseimbangan waktu terhadap rencana dan perbuatan. Ketidakseimbangan ini berupa perbedaan antara apa yang diinginkan dengan tindakan yang dilakukan seperti mereka sebenarnya sudah memiliki rencana untuk mengerjakan namun ada hal lain yang membuat fokus terpecah sehingga tugas tidak jadi dikerjakan, siswa seringkali menunda untuk memulai mengerjakan tugas, siswa tiba-tiba merasa malas ketika tahu harus mengerjakan tugas banyak, siswa sudah memiliki jadwal tentang apa yang harus dilakukan namun pada kenyataannya mereka tidak melakukan apa yang direncanakan, siswa seringkali mengalami ketidaksesuaian antara niat dengan jadwal yang dibuatnya sehingga pengerjaan tugas tidak sesuai target (Zuraida, 2017); (3) tekanan emosional, siswa memiliki ketidaknyaman emosional karena mereka mengulur waktu untuk mengerjakan tugas sampai tiba-tiba tidak terasa bahwa waktu pengumpulan tugas semakin dekat, alhasil tugas dikerjakan dengan terburu-terburu dan membuat mereka kurang fokus saat mengerjakannya, siswa terlalu banyak bermain hp yang berakibat pada

fokus utama mereka hanya tertuju ke hp dan membuat mereka tidak menyadari bahwa tenggat pengumpulan tugas sudah semakin dekat, siswa sebenarnya tahu bahwa mereka harus menyelesaikan tugasnya namun seringkali terganggu dengan hal-hal yang lebih menarik, siswa juga lebih senang melakukan aktivitas lain dibandingkan mengerjakan tugas (Zuraida, 2017).

Prokrastinasi yang dilakukan siswa merupakan akibat dari ketidakmampuan dalam mengatur perilaku dan waktu secara efektif. Prokrastinasi juga terjadi karena respon buruk yang diberikan siswa terhadap tugas, seperti menghindari tugas dan menundanya sampai mendekati batas waktu yang ditentukan (Khairunisa et al., 2022). Akhirnya keterlambatan dalam mengerjakan tugas berakibat pada hasil yang diperoleh tidak maksimal. Prokrastinasi dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Pada permasalahan dalam penelitian, prokrastinasi oleh siswa kelas VIII-2 terjadi karena faktor internal yakni rendahnya kemampuan regulasi diri. Ketidakmampuan siswa dalam meregulasi dirinya ini sesuai dengan teori kognitif sosial Albert Bandura yang mengemukakan bahwasanya tindakan pada suatu peristiwa merupakan bentuk dari pengaturan dan pengendalian terhadap diri sendiri (Mandasari & Ihsan, 2020). Siswa yang memiliki kekurangan dalam kemampuan mengendalikan tindakan, mengontrol perilaku dan hasrat emosi selama pembelajaran tentu akan mempengaruhi terjadinya prokrastinasi.

Diketahui bahwasanya prokrastinasi yang dilakukan siswa kelas VIII-2 tergolong tinggi, disebabkan karena perbedaan persepsi yang dimiliki siswa ketika bersama guru praktik dan guru pamong. Berlangsungnya proses pembelajaran bersama guru praktik membuat mereka bertindak semena-mena saat dikelas seperti saat diberi tugas, siswa bermalas-malasan untuk mengerjakan dan sering bernegosiasi terkait pengerjaan tugas. Siswa meminta untuk tugas dikumpulkan dengan tenggat waktu yang lama karena alasan malas mengerjakan tugas terlalu banyak. Perbedaan persepsi yang dimiliki siswa, secara tidak langsung menciptakan mindset buruk terhadap pembelajaran bersama guru praktik. Persepsi siswa terhadap guru praktik ini membuat mereka tidak mampu untuk mengatur dan mengendalikan diri atas tindakan apa yang seharusnya dilakukan selama proses pembelajaran, sehingga muncul lah perilaku prokrastinasi. Dapat dilihat dari indikator-indikator prokrastinasi yang memberikan jawaban terkait alasan siswa melakukan tindakan tersebut. Dampak dari indikator-indikator tersebut membuat proses pembelajaran terhambat dan berpengaruh terhadap hasil belajar IPS siswa yang cenderung rendah.

3. Pengaruh Regulasi Diri dan Prokrastinasi terhadap Hasil Belajar IPS Kelas VIII-2

Diketahui bahwa regulasi diri dan prokrastinasi memiliki kontribusi sebesar 31,7 % terhadap hasil belajar IPS sedangkan sisanya 68,3 % disebabkan oleh faktor lain. Hasil tersebut didapat dari perhitungan menggunakan regresi linier berganda. Dilihat berdasarkan tabel uji regresi yang menyatakan bahwasanya regulasi diri dan prokrastinasi memiliki pengaruh negatif terhadap hasil belajar IPS. Apabila regulasi diri yang dimiliki siswa kurang, maka tingkat prokrastinasi akan semakin tinggi dan hasil belajar yang diperoleh juga menurun. Kurangnya kemampuan regulasi diri yang dimiliki siswa disebabkan oleh ketidakmampuan mengatur standar dan tujuan. Mengatur standar dan tujuan merupakan salah satu aspek dalam regulasi diri (Prasetyana & Mariyati, 2020). Selain aspek dari regulasi diri, aspek dari prokrastinasi juga menyertai rendahnya hasil belajar IPS. Aspek tersebut meliputi waktu yang dirasakan, celah antara keinginan dan tindakan serta tekanan emosional (Zuraida, 2017). Aspek regulasi diri dan prokrastinasi tersebut selaras dengan teori kognitif sosial Albert Bandura yang menjadi landasan dalam penelitian ini. Dijelaskan bahwa dalam teori kognitif sosial, pengaturan standar dan tujuan merupakan faktor utama untuk mengendalikan pemikiran ataupun tindakan dalam suatu peristiwa (Yanuardianto, 2019). Artinya segala sesuatu yang dilakukan tanpa aturan atau kendali akan menyebabkan dampak buruk, seperti halnya perilaku prokrastinasi yang dipicu oleh ketidakmampuan siswa untuk mengatur tindakan selama proses pembelajaran yang akhirnya berakibat pada rendahnya hasil belajar yang diperoleh.

4. Implikasi pada Pendidikan IPS

Hasil belajar IPS yang rendah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktor utamanya adalah regulasi diri dan prokrastinasi. Dapat dilihat berdasarkan hasil pembahasan sebelumnya yang menyatakan bahwasanya hasil belajar IPS kelas VIII-2 yang tergolong rendah ini timbul karena siswa tidak mampu meregulasi diri dengan baik dan menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi yang akhirnya menjadi kebiasaan bagi mereka. Menurut hasil pengamatan peneliti selama penelitian berlangsung, rendahnya hasil belajar yang diperoleh siswa juga sebagai dampak dari adanya kekurangan pada pembelajaran IPS yang meliputi: (1) kurangnya inovasi pembelajaran, (2) pembelajaran IPS yang masih membosankan dan (3) peran guru yang mengajar.

Pertama yaitu kurangnya inovasi pembelajaran, pembelajaran IPS yang dilakukan pada kelas VIII-2 sudah mengikuti perkembangan IPTEK yaitu dengan menggunakan teknologi seperti aplikasi power point dan youtube. Aplikasi power point digunakan untuk merangkum materi agar lebih menarik dilihat, sedangkan youtube digunakan sebagai penayangan video terkait dengan materi yang diajarkan. Adanya hal tersebut belum sepenuhnya membuat siswa menjadi tertarik dengan mata pelajaran IPS, walaupun sudah diberikan materi melalui aplikasi tersebut tetapi rangkaian penyaluran materi sebagian besar masih tetap melalui metode ceramah. Kedua yaitu pembelajaran IPS yang masih membosankan, karena mata pelajaran IPS yang monoton hanya terdiri dari hafalan materi tanpa melakukan praktik langsung membuat siswa menjadi bosan. Mereka hanya dihadapkan oleh materi-materi di buku dan tidak langsung dipraktikkan saat pembelajaran. Dapat dilihat ketika peneliti melakukan pembelajaran di kelas VIII-2, siswa nampak malas-malasan saat peneliti memaparkan materi. Hanya beberapa siswa yang mendengarkan dan memperhatikan, kebanyakan lainnya memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan seperti mengobrol dengan teman dan bermain hp. Rasa malas yang timbul akibat pembelajaran yang monoton, berdampak pada rendahnya hasil belajar yang diperoleh siswa.

Ketiga yaitu peran guru yang mengajar, selama proses pembelajaran siswa memiliki persepsi yang berbeda terhadap guru yang mengajarnya. Dapat dilihat dari sisi pembelajaran bersama peneliti, siswa memiliki persepsi bahwa peneliti merupakan guru pengganti yang mengajar dalam waktu singkat dan tentunya memiliki perbedaan cara mengajar dengan guru pamong atau guru asli mata pelajaran IPS di sekolah tersebut. Pada saat mengajar peneliti menggunakan power point dan video sebagai media penunjang pembelajaran, ternyata media tersebut masih kurang untuk membuat siswa menjadi tertarik dengan mata pelajaran IPS. Dilihat dari sisi pembelajaran bersama guru pamong atau guru mapel, siswa merasa tertekan dan kurang bersemangat selama proses pembelajaran karena persepsi mereka terhadap guru tersebut yang terkenal tegas, disiplin dan bersifat killer serta cara mengajar yang hanya dilakukan dengan metode ceramah.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan penelitian mengenai pengaruh regulasi diri dan prokrastinasi terhadap hasil belajar IPS siswa kelas VIII-2 pada pengenalan lapangan persekolahan tahun 2022, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh regulasi diri terhadap hasil belajar IPS siswa kelas VIII-2 sebesar 30%, terdapat pengaruh prokrastinasi terhadap hasil belajar IPS siswa kelas VIII-2 sebesar 7% serta terdapat pengaruh regulasi diri dan prokrastinasi terhadap hasil belajar IPS siswa kelas VIII-2 sebesar 31,7%. Kemampuan regulasi diri penting dimiliki dalam diri siswa karena dengan kemampuan tersebut siswa akan dapat mengendalikan dan mengatur segala tindakan selama proses pembelajaran, siswa juga menjadi tahu tindakan apa yang seharusnya dilakukan dan tindakan apa yang sebaiknya dihindari. Apabila siswa telah memiliki kemampuan tersebut maka perilaku prokrastinasi akan berkurang atau bahkan tidak terjadi sama sekali, dan hasil belajar juga akan mendapat imbasnya seperti mengalami peningkatan serta jauh dari kata rendah. Selain regulasi diri dan prokrastinasi, rendahnya hasil belajar IPS siswa juga disebabkan oleh beberapa faktor lain

yang terlihat ketika berlangsungnya observasi penelitian, yakni kurangnya inovasi pembelajaran, pembelajaran IPS yang masih membosankan dan peran guru yang mengajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrin, A. (2022). Metode Penelitian Eksperimen. *Jurnal Maqasiduna: Ilmu Humaniora, Pendidikan & Ilmu Sosial*, 2(1), 1–9. <https://journal.mukhlisina.id/index.php/maqasiduna/article/view/24/15>
- Asyrafah Zaini Wahdah, & Putri Nur Malasari. (2022). Studi Ex Post Facto: Apakah Kecerdasan Emosional Berkontribusi terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa? *Journal Focus Action of Research Mathematic (Factor M)*, 4(2), 123–138. https://doi.org/10.30762/factor_m.v4i2.4093
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Fitri, S. F. N. (2021). Problematika Kualitas Pendidikan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1617–1620.
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi Diri (Pengaturan Diri) Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(1), 184. <https://doi.org/10.17509/jpm.v3i1.9454>
- Harahap, P. I. (2021). Hubungan Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa di SMAN 1 Sunggal. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(2), 196–219. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v3i2.667>
- Hariati, F. (2022). Publisher: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Batanghari Jambi ISSN. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 12(2), 391–395. <https://doi.org/10.33087/dikdaya.v12i1>.
- Hastuti, R., Rahman, U., & Muchlisah. (2019). Pengaruh Regulasi Diri (Self Regulation) Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Pada Peserta Didik Kelas XI Mia Man 1 Bulukumba. *Jurnal Al-Ahya V*, 1(1), 42–52. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/alahya/article/view/8074>
- Juliawati, D., & Yandri, H. (2018). Prokrastinasi Akademik Mahasantri Ma'had Al Jami'ah IAIN Kerinci. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 19–26. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus/article/view/485>
- Khairunisa, K., Yusuf, A. M., & Firman, F. (2022). Implementasi Teknik Self Management Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1. *Jurnal Mahasiswa BK An ...*, 8, 85–96. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/article/view/7110%0Ahttps://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/article/download/7110/3841>
- Khusnuddin, K. (2018). Model Spreadsheet Excel Application sebagai Pengolahan Hasil Belajar Peserta Didik dalam Penilaian Kurikulum 2013. *Jurnal Kependidikan*, 6(1), 33–52. <https://doi.org/10.24090/jk.v6i1.1695>
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi

- Akademik Mahasiswa The Relationship of Self Regulated Learning and Self Efficacy with Student's Academic Procrastination. *Jurnal Diversita Available*, 4(2), 90–98.
- Mandasari, E., & Ihsan, M. (2020). Hubungan Antara Konsep Diri dan Regulasi Diri terhadap Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa Pendidikan Agama Islam. *Darul Ilmi: Jurnal Ilmu Kependidikan Dan Keislaman*, 8(01), 133–150. <https://doi.org/10.24952/di.v8i01.2707>
- Mubin, M. N., Ikhasan, B. M. N., & Putro, K. Z. (2021). Pendekatan Kognitif-Sosial Perspektif Albert Bandura pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Edureligia*, 05(01), 92–103.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib : Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Prasetyana, Z., & Mariyati, L. I. (2020). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Regulasi Diri Pada Santri Madrasah Diniyah Di Sidoarjo. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 2(2), 76–86. <https://doi.org/10.36269/psyche.v2i2.240>
- Rochillah, A., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa sma kelas xi sunan giri gresik. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/31997>
- Sedyawati, S. (2021). Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(10), 861–866. <https://doi.org/10.17977/um065v1i102021p861-866>
- Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi). *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111. <https://doi.org/10.36835/au.v1i2.235>
- Zuraida. (2017). Hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, 2(1), 30–41.