

**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI JAKARTA PADA
MATA PELAJARAN BIOLOGI**

SKRIPSI

**Disusun untuk memenuhi persyaratan
guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



LARAS KURNIA FAJARWATI

3415131014

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2017**

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

PENGARUH SELF-REGULATED LEARNING TERHADAP
PROKRASINASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI JAKARTA PADA
MATA PELAJARAN BIOLOGI

Nama : Laras Kurnia Fajarwati
No. Reg : 3415131014

	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Penanggung Jawab Dekan	: <u>Prof. Dr. Suyono, M.Si.</u> NIP. 19671218 199303 1 005		21/8 2017
Wakil Penanggung Jawab / Wakil Dekan I	: <u>Dr. Muktiningsih, M.Si.</u> NIP. 19640511 198903 2 001		21/8 2017
Ketua	: <u>Dr. Diana Vivanti S. M.Si</u> NIP. 19670129 199803 2 002		21/8 2017
Sekretaris / Penguji I	: <u>Dra. Supriyatin, M.Si</u> NIP. 19650707 199702 2 001		14/8 2017
Anggota			
Pembimbing I	: <u>Dr. Mieke Miarsyah, M.Si</u> NIP. 19580524 198403 2 003		7/8 2017
Pembimbing II	: <u>Dra. Ratna Dewi W, M.Si</u> NIP. 19610405 198602 2 001		7/8 2017
Penguji II	: <u>Ade Suryanda, S.Pd., M.Si</u> NIP. 19720914 200501 1 002		7/8 2017

Dinyatakan lulus ujian skripsi pada tanggal 25 Juli 2017

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, dan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: “Pengaruh *Self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA negeri Jakarta pada mata pelajaran Biologi”. Penyusunan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak. Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada:

1. Dr. Mieke Miarsyah, M.Si selaku dosen pembimbing I atas waktu, arahan, saran, dan motivasi serta meluangkan waktunya untuk dapat memberikan ilmu yang luar biasa. sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dra. Ratna Dewi Wulaningsih, M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan doa, bimbingan, motivasi, semangat, dan saran serta meluangkan waktunya untuk dapat memberikan ilmu yang luar biasa.
3. Dra. Supriyatin, M.Si. selaku dosen penguji I dan Ade Suryanda S.Pd M.Si selaku dosen penguji II atas bimbingan, kritik, dan saran yang memotivasi penulis.

4. Ade Suryanda S.Pd.,M.Si selaku dosen pembimbing akademik atas waktu, arahan, saran, dan motivasi selama masa perkuliahan.
5. Dr. Diana Vivanti S., M.Si selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Biologi yang selalu memberikan semangat, dorongan dan motivasi dengan penuh kesabaran kepada penulis.
6. Dosen-dosen Universitas Negeri Jakarta dan seluruh dosen Biologi atas ilmu selama masa kuliah.
7. Bapak Nasik, Ibu Ida farida, Bibi Minarti, Tante Purwati dan anggota keluarga lain yang senantiasa selalu memotivasi, mendoakan, dan memberi dukungan moril serta materil kepada penulis hingga terselesaikannya skripsi ini.
9. Keluarga Pendidikan Biologi Bilingual 2013 dan teman-teman angkatan *Apis indica* khususnya atas kenangan akan kekeluargaan yang terjalin serta dukungan dan doa untuk saling menguatkan.
10. Dita, Vega, Karina, Icha, meli yang telah memberikan perhatian, semangat, dukungan dan doa agar selesainya skripsi ini.
11. Vika, Awalia, Ranny, Aulia, Farrah, Rahma, Intan, Mia, Syera, Fennisa, Soraya dan Rica yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepala sekolah, Guru dan staff SMA 16 Jakarta yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi.

Kepada semua pihak, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas kebaikan yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk karya selanjutnya. Semoga tulisan ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca umumnya dan bagi penulis khususnya.

Jakarta, Mei 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN PERUMUSAN HIPOTESIS	
A. Kajian Pustaka	6
1. <i>Self-regulated learning</i>	6
2. Prokrastinasi akademik	9
3. Mata Pelajaran Biologi	11
B. Kerangka Berpikir	13
C. Perumusan Hipotesis	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Operasional Penelitian	15
B. Tempat dan Waktu Penelitian	15
C. Metode Penelitian	15
D. Desain Penelitian.....	16
E. Populasi dan Sampel Penelitian	17
F. Teknik Pengumpulan Data	18
G. Instrumen Penelitian	18
H. Prosedur Penelitian	24
I. Teknik Analisis Data	25
J. Hipotesis Statistik	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	27

B. Pembahasan	36
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Kesimpulan	44
B. Implikasi	44
C. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN-LAMPIRAN	48
SURAT IZIN PENELITIAN	
SURAT KETERANGAN PENELITIAN	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Histogram skor <i>Self-regulated learning</i> siswa	27
Gambar 2. Diagram batang Persentase <i>self-regulated learning</i> per indikator.....	28
Gambar 3. Histogram skor siswa dengan tingkat <i>self-regulated learning</i> tinggi.....	29
Gambar 4. Histogram skor siswa dengan tingkat <i>self-regulated learning</i> rendah.....	30
Gambar 5. Histogram skor Prokrastinasi akademik siswa	31
Gambar 6. Diagram batang Persentase Prokrastinasi akademik per indikator.....	32
Gambar 7. Histogram skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki <i>Self-regulated learning</i> tinggi.....	33
Gambar 8. Skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki <i>Self-regulated learning</i> rendah.....	34

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indikator <i>Self-regulated learning</i>	8
Tabel 2. Desain penelitian	16
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen <i>Self-regulated learning</i>	20
Tabel 4. Skor Penilaian Instrumen <i>Self-regulated learning</i>	21
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik	22
Tabel 6. Skor Penilaian Instrumen Prokrastinasi akademik.....	23
Tabel 7. Validitas Instrumen <i>Self-regulated learning</i>	71
Tabel 8. Validitas Instrumen Prokrastinasi akademik	75
Tabel 9. Skor <i>Self-regulated learning</i> dan Prokrastinasi akademik Siswa.....	80
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Skor <i>Self-regulated learning</i> Siswa..	81
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Skor <i>Self-regulated learning</i> siswa tinggi	82
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Skor <i>Self-regulated learning</i> siswa rendah.....	83
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Skor Prokrastinasi akademik Siswa	84
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Skor Prokrastinasi akademik dengan <i>Self-regulated learning</i> tinggi	85
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Skor Prokrastinasi akademik dengan <i>Self-regulated learning</i> rendah	85
Tabel 16. Tabel persentase skor self-regulated learning Perindikator	86
Tabel 17. Tabel persentase skor prokrasrtinasi akademik Per indikator.....	87
Tabel 18. Normalitas Skor Prokrastinasi akademik dengan <i>Self-regulated learning</i> tinggi	89

Tabel 19. Normalitas Skor Prokrastinasi akademik dengan <i>Self-regulated learning</i> rendah.....	91
Tabel 20. Hasil perhitungan Homogenitas	92

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen Penelitian <i>self-regulated learning</i>	8
Lampiran 2. Instrumen Penelitian Prokrastinasi akademik	62
Lampiran 3. Pengujian Validitas butir instrumen	70
Lampiran 4. Pengujian Reliabilitas Instrumen	77
Lampiran 5. Standar Error sampel penelitian	79
Lampiran 6. Skor dan perhitungan distribusi Frekuensi	80
Lampiran 7. Persentase skor indikator berdasarkan instrument <i>Self -regulated learning</i> dan prokrastinasi akademik.....	86
Lampiran 8. Pegujian Normalitas Prokrastinasi akademik	88
Lampiran 9. Pengujian Homogenitas	92
Lampiran 10. Pengujian Hipotesis	93

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk memperoleh suatu perubahan yang baru sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Hasil belajar yang baik ditandai dengan prestasi akademik. Menurut Winkel (1997) prestasi akademik adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seorang siswa dalam melakukan kegiatan belajar sesuai dengan bobot yang dicapainya.

Prestasi akademik yang diperoleh seorang siswa dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. Faktor internal, yaitu berasal dari dalam siswa itu sendiri dan faktor eksternal berasal dari lingkungan. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi akademik siswa adalah *Self-regulated learning*. Menurut Zimmerman (1989) *Self-regulated learning* adalah proses aktif siswa yang dapat menetapkan tujuan belajarnya. Siswa dapat mengontrol kondisi, motivasi, dan tingkah laku agar sesuai dengan tujuan dan kondisi lingkungan belajarnya. *Self-regulated learning* merupakan kemampuan siswa untuk mengatur kegiatan belajar.

Untuk mencapai prestasi akademik yang baik, siswa harus mengerjakan dan mengikuti berbagai kegiatan akademik. Namun pada

kenyataannya banyak siswa yang tidak dapat mengerjakan kegiatan akademik dengan baik. Siswa tidak melakukan kegiatan akademik dengan tepat waktu, seperti terlambat mengumpulkan tugas dan menunda untuk belajar pada saat ujian. Siswa yang melakukan penundaan pada tugas akademik akan terburu-buru saat mendekati *deadline* pengumpulan tugas, Tugas yang dikerjakan secara terburu-buru akan kurang maksimal. Sedangkan siswa yang menunda untuk memulai belajar akan kekurangan waktu untuk memahami materi yang akan diujikan, sehingga pada saat ujian siswa tidak dapat menjawab soal dengan benar.

Kebiasaan menunda-nunda suatu kegiatan akademik disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan yang dilakukan secara sengaja, berulang-ulang, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan sehingga menghambat dalam menyelesaikan suatu kegiatan akademik (Solomon dan Rothblum, 1984).

Fenomena umum yang terjadi pada siswa saat ini adalah siswa remaja menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik. Hal ini terlihat dari perilaku siswa yang mengakibatkan sering menunda waktu pekerjaan. Pada saat seorang siswa tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, sering mengulur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat, sehingga waktu terbuang dengan sia-sia, tugas terbengkalai dan penyelesaian tugas tidak maksimal, yang berpotensi menyebabkan kegagalan atau terhambatnya seorang siswa meraih kesuksesan (Savira, 2013).

Siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi memiliki kemampuan mengatur kegiatan akademik yang sangat baik, sehingga dapat diasumsikan siswa yang memiliki *self-regulated learning* mampu mengatur perilaku prokrastinasi akademik. berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self-regulated learning* seorang siswa terhadap prokrastinasi akademik pada mata pelajaran Biologi.

B. Identifikasi Masalah

- 1) Apakah terdapat pengaruh antara tingkat *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran biologi?
- 2) Bagaimana *Self-regulated learning* dapat mempengaruhi Prokrastinasi Akademik siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran Biologi?
- 3) Bagaimana gambaran *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran biologi?

C. Pembatasan masalah

Peneilitian ini dibatasi pada pengaruh *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran biologi.

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah pada peneitian ini adalah sebagai berikut :

Apakah terdapat pengaruh *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran biologi di SMA Negeri Jakarta?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran Biologi.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yakni:

1. Secara teoritis
 - a. Menambah kajian ilmiah mengenai *Self-Regulated learning* dan Prokrastinasi akademik.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian berikutnya.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi peneliti, sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan keilmuan yang didapatkan di perguruan tinggi.
 - b. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah dalam menyusun kebijakan-kebijakan akademik yang lebih baik bagi siswa.
 - c. Bagi guru, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu guru untuk mengarahkan siswa agar mampu meregulasi diri dengan lebih baik.

- d. Bagi siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat mengurangi kebiasaan siswa menunda-nunda pada saat melakukan kegiatan akademik.
- e. Bagi pembaca, penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber informasi tentang pengaruh *Self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik pada mata pelajaran Biologi.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, PERUMUSAN
HIPOTESIS

A. Kajian Pustaka

1. *Self-regulated learning*

a. Definisi *Self-regulated learning*

Boekhaert (1996) menyatakan bahwa, *self-regulated learning* atau pembelajaran mandiri adalah sebuah situasi belajar di mana siswa memiliki kontrol pada proses pembelajaran. Siswa dapat menentukan strategi belajar yang sesuai, memahami tugas-tugasnya, mengambil keputusan dan memiliki motivasi belajar.

Menurut Schunk, Pintrich, dan Meece (2008) *Self-regulated learning* adalah proses dimana siswa mengaktifkan dan mempertahankan aspek kognisi, perilaku, dan perasaan. Aspek tersebut akan diorientasikan pada pencapaian tujuan belajar.

Zimmerman (1996) memaparkan bahwa *self-regulated learning* pada siswa digambarkan melalui tingkatan yang meliputi keaktifan partisipasi secara kognisi, motivasi, maupun perilaku dalam proses belajar. Siswa dengan sendirinya memulai dan berusaha secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan. *Self-regulated learning* secara akademik mengacu pada apa yang dihasilkan pikiran, perasaan, dan tindakan untuk mencapai tujuan pendidikan

tertentu, seperti persiapan menghadapi ujian, menulis makalah, dan mampu menganalisis pertanyaan atau permasalahan yang diberikan oleh guru.

Menurut Pintrich dan Zusho *dalam* Nicol (2006) *self-regulated learning* merupakan proses konstruktif aktif ketika siswa menetapkan tujuan belajarnya. Siswa berusaha untuk memantau, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan tingkah laku agar sesuai dengan tujuan dan kondisi sesungguhnya dari lingkungan belajarnya.

Menurut Santrock (2007) siswa yang memiliki *Self-regulated learning* menunjukkan karakteristik dapat mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi. Siswa juga dapat mengendalikan emosi, memantau dan mengevaluasi secara periodik kemajuan target belajar serta mampu beradaptasi sehingga mendapatkan prestasi yang diinginkan

Berdasarkan paparan beberapa ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa *Self-regulated learning* adalah kemampuan seorang individu untuk dapat mengatur berbagai kegiatan belajar. Pengaturan diri yang dilakukan bertujuan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

b. Indikator *Self-regulated learning*

Menurut Zimmerman (2013) terdapat 10 indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat *self-regulated learning*. Skala pengukuran *self-regulated learning* tersebut dinamakan *self-regulated learning interview scale*.

Tabel 1. Indikator *Self-regulated learning*

No.	Indikator	Definisi
1.	<i>Goal-setting and planning</i>	Siswa mengatur tujuan pendidikan dan rencana untuk mengurutkan prioritas, waktu, dan menyelesaikan aktivitas yang berhubungan dengan tujuan tersebut
2.	<i>Self-evaluating</i>	Siswa melakukan evaluasi terhadap kualitas tugas atau kemajuan dari tugas yang sedang dikerjakan.
3.	<i>Organizing & transforming</i>	Siswa secara terbuka atau tersembunyi mengatur kembali materi untuk meningkatkan pembelajaran.
4.	<i>Seeking information</i>	Siswa berusaha untuk mendapatkan informasi ketika mengerjakan tugas
5.	<i>Keeping records and monitoring</i>	Siswa berupaya untuk merekam dan memantau peristiwa atau hasil belajar
6.	<i>Environment structuring</i>	Siswa berusaha untuk memilih atau menata tatanan fisik tempat belajar sehingga proses belajar lebih mudah
7.	<i>Self-consequating</i>	Siswa memberikan <i>reward</i> atau <i>punishment</i> kepada <i>diri sendiri</i> atas kesuksesan atau kegagalan yang didapatkan
8.	<i>Rehearsing & memorizing</i>	siswa berusaha untuk mengingat materi dengan mengulang materi yang sudah diberikan oleh guru.
9-11.	<i>Seeking social assistance</i>	Siswa berusaha meminta bantuan dari teman sebaya (9), guru (10), dan orang dewasa (11)
12-14.	<i>Reviewing records</i>	Siswa berusaha untuk membaca kembali catatan (12), soal ujian (13), atau buku pelajaran (14) untuk persiapan kelas atau ujian selanjutnya

Zimmerman, Barry (2013)

2. Prokastinasi Akademik

a. Definisi Prokastinasi Akademik

Menurut Ferrari (2001) prokastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda suatu kegiatan akademik. Hal yang serupa juga dinyatakan oleh Lay & Schouwenburg (1993) bahwa Prokastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda dalam berbagai kegiatan akademik. Perilaku penundaan ini menyebabkan terlambatnya pengumpulan tugas, penurunan waktu persiapan ujian dan menyerah dalam proses belajar.

Secara singkat dapat disimpulkan bahwa Prokastinasi merupakan kebiasaan menunda-nunda aktivitas akademik yang disengaja. Penundaan yang dilakukan yaitu pada saat memulai maupun mengerjakan aktivitas akademik tersebut.

b. Faktor-faktor Prokastinasi Akademik

Burka dan Yuen (2008) mengemukakan empat faktor yang dapat meningkatkan kecenderungan seseorang untuk melakukan prokastinasi, yaitu:

- 1) Percaya diri yang rendah pada kemampuan sendiri untuk berhasil.
- 2) Mengira bahwa proses dan hasil tidak akan menyenangkan
- 3) *Reward* atau imbalan terlalu jauh untuk dicapai

- 4) Mengalami kesulitan untuk mengatur diri (*Self-regulation*), sangat senang bertindak mengikuti desakan hati (*Impulsiveness*) dan mudah terganggu.

c. Indikator Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka dan Yuen (2008), prokrastinasi akademik memiliki indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dengan ciri-ciri berupa:

- 1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.

Seseorang siswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi siswa tersebut menunda-nunda untuk mulai mengerjakan dan menyelesaikan sampai tuntas jika sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

- 2) Keterlambatan dalam megumpulkan tugas.

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas.

- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam

memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri.

- 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan.

3. Mata Pelajaran Biologi

Menurut Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia no 59 tahun 2014, Biologi adalah ilmu yang mempelajari tentang makhluk hidup. Istilah biologi diambil dari bahasa Yunani *bios* (hidup) dan *logos* (ilmu). Jadi, biologi adalah ilmu yang mempelajari tentang keadaan dan sifat-sifat makhluk hidup. Biologi berkaitan dengan cara mencari tahu tentang alam secara sistematis, sehingga pembelajaran biologi bukan hanya penguasaan kumpulan-kumpulan pengetahuan yang berupa fakta-fakta, konsep atau prinsip-prinsip saja tetapi juga merupakan suatu proses penemuan. Mata pelajaran Biologi merupakan program kurikuler yang bertujuan untuk mengembangkan kompetensi sikap, kompetensi pengetahuan, dan kompetensi keterampilan siswa sebagai dasar dan penguatan kemampuan dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara. Durasi setiap satu jam pelajaran Biologi di sekolah menengah atas adalah 45 menit.

Biologi sebagai ilmu memiliki kekhasan tersendiri dibandingkan dengan ilmu-ilmu yang lain. Biologi merupakan salah satu ilmu pengetahuan yang mempelajari makhluk hidup dan kehidupannya dari berbagai aspek persoalan dan tingkat organisasinya. Produk keilmuan biologi berwujud kumpulan fakta-fakta maupun konsep-konsep sebagai hasil dari proses keilmuan biologi (Sudjoko, 2001)

Berdasarkan BSNP, 2006, mata pelajaran biologi dikembangkan melalui kemampuan berpikir analitis, induktif dan deduktif untuk menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan peristiwa alam sekitar. Penyelesaian masalah yang bersifat kualitatif dan kuantitatif dilakukan dengan menggunakan pemahaman dalam bidang lainnya. Mata pelajaran biologi di SMA merupakan kelanjutan IPA di SMP yang menekankan pada fenomena alam dan penerapannya meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

1. Hakikat biologi, keanekaragaman hayati dan pengelompokan makhluk hidup, hubungan antar komponen ekosistem, perubahan materi dan perubahan energi, peranan manusia dalam keseimbangan ekosistem.
2. Organisasi seluler, struktur jaringan, struktur dan fungsi organ tumbuhan, hewan dan manusia serta penerapannya dalam konsep sains, lingkungan, teknologi dan masyarakat.
3. Proses yang terjadi pada tumbuhan, proses metabolisme, hereditas, evolusi, bioteknologi dan implikasinya pada sains, lingkungan, teknologi, dan masyarakat.

4. Pembelajaran biologi di sekolah menengah juga harus memperhatikan karakteristik perkembangan siswa yang sedang berada pada periode operasi formal. Periode ini yang berkembang pada siswa adalah kemampuan berpikir secara simbolis dan bisa memahami hal-hal yang bersifat imajinatif (dari abstrak menuju konkrit). Dalam hal ini harus diperhatikan karena siswa mempunyai kemampuan berpikir yang berbeda satu sama lain.

B. Kerangka Berfikir

Dalam proses belajar siswa diharapkan mampu memahami suatu materi yang diberikan oleh guru. Dalam melakukan kegiatan akademik, kemampuan siswa dalam mengatur dirinya pada proses belajar sangat diperlukan. Kemampuan siswa untuk mengatur dirinya sendiri dalam proses pembelajaran disebut dengan *self-regulated learning*.

Self-regulated learning merupakan kemampuan diri seorang siswa untuk dapat mencapai tujuan akademik yang diinginkan dengan mengatur diri sendiri berdasarkan kognisi, motivasi dan tingkah laku. Kegiatan menunda-nunda atau prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan yang ada pada proses pembelajaran. Akibatnya prestasi akademik siswa menjadi tidak maksimal. Penelitian sebelumnya mengemukakan bahwa cara siswa mengatur dirinya dalam proses pembelajaran secara signifikan berhubungan dengan kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Self-regulated learning pada pembelajaran biologi membantu siswa untuk dapat mencapai tujuan belajarnya. Tingkat *Self-regulated learning* diperkirakan mempengaruhi prokrastinasi akademik.

C. Hipotesis

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berpikir yang sudah dijelaskan, maka dalam penelitian ini dapat diajukan suatu hipotesis yaitu: Terdapat Pengaruh *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran biologi.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Operasional Penelitian

Tujuan operasional dari penelitian ini adalah:

1. Mengukur tingkat *self-regulated learning* pada siswa SMA Negeri 16 Jakarta dengan menggunakan skala *self-regulated learning*.
2. Mengukur tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 16 Jakarta dengan menggunakan skala prokrastinasi akademik.
3. Mengukur pengaruh *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri Jakarta pada mata pelajaran biologi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 16 Jakarta, Palmerah Selatan, Jakarta Barat. Penelitian ini dilakukan pada Semester Genap Tahun Pelajaran 2017/2018.

C. Metode penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan studi *Ex-post facto*. Menurut Arikunto (2010), penelitian *ex-post facto* adalah model penelitian yang kejadiannya sudah terjadi sebelum penelitian dilaksanakan. Penelitian *Ex-post facto* hanya mengungkap gejala-gejala yang ada dan telah terjadi sebelumnya, sehingga dalam penelitian ini tidak perlu memberikan perlakuan pada variabel dalam penelitian. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan

pendekatan kuantitatif, karena data yang diperoleh akan diwujudkan dalam bentuk angka dan dianalisis berdasarkan statistik. Menurut Sugiyono (2008), pendekatan kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara acak. Pengumpulan data menggunakan instrumen analisis yang bersifat statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang ditetapkan. Dalam penelitian ini, *Self-regulated learning* (X) sebagai variabel bebas dengan Prokrastinasi akademik (Y) sebagai variabel terikat.

D.Desain Penelitian

Penelitian ini akan mencari pengaruh *self-regulated learning* sebagai variabel bebas dengan prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat. Penelitian ini dimaksudkan untuk melihat pengaruh *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan rumusan tersebut, maka dapat dibentuk desain sebagai berikut (Tabel 2):

Tabel 2. Desain penelitian

X	
X ₁	X ₂
Y	Y

Keterangan :

X : *Self-regulated learning*

X₁ : *Self-regulated learning* tinggi

X₂ : *Self-regulated learning* rendah

Y : Prokrastinasi akademik

E. Populasi dan sampling

Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri di Jakarta. Prosedur pengambilan sampel menggunakan teknik pemilihan bertingkat (*multi stage random sampling*). Metode *multi stage random sampling* adalah proses pengambilan sampel yang dilakukan melalui dua tahap pengambilan sampel atau lebih, dengan tahapan sebagai berikut:

Tingkat pertama berdasarkan 5 wilayah di Jakarta dipilih Jakarta Barat dengan cara *Purposive sampling*. Tingkat kedua dari 20 SMA Negeri di Jakarta Barat, SMA Negeri 16 Jakarta terpilih dengan cara *cluster random sampling*. Tingkat ketiga, berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan terdapat 3 kelas di SMA Negeri 16 Jakarta, yaitu kelas X, kelas XI, dan kelas XII. Kelas XI terpilih secara *cluster random sampling*.

Kelas XI MIA dipilih secara *purposive sampling* karena penelitian ini berkaitan dengan mata pelajaran Biologi. Untuk menentukan kelas responden dipilih dengan cara *cluster random sampling*. Satu kelas yang tidak terpilih sebagai responden digunakan untuk uji coba instrumen.

Berdasarkan jumlah responden penelitian yang diperoleh, sampel dipilih secara *simplel random sampling*, sehingga didapatkan sampel (n). Kemudian sampel yang didapatkan diuji dengan rumus Mc.Clave untuk memperoleh standar error (Mc. Clave, 2000). Skor tingkat *Self-regulated learning* siswa diranking dari skor tertinggi ke skor terendah. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yang berbeda yaitu, kelompok X_1 adalah siswa yang

memiliki *Self-regulated learning* tinggi dan kelompok X₂ adalah siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah. Pengelompokan diambil dari 27% upper group siswa dengan *Self-regulated learning* tinggi dan 27% lower group untuk siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah (Guilford, 1959).

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode survei dengan instrumen berupa kuesioner. Kuesioner terdiri dari kuesioner *self-regulated learning* untuk mengukur *self-regulated learning* siswa dan kuesioner prokrastinasi akademik untuk mengukur prokrastinasi akademik siswa. Kuesioner berisi beberapa macam pertanyaan yang berhubungan erat dengan masalah penelitian yang hendak dipecahkan. Kuesioner disusun dan disebarakan ke responden untuk memperoleh informasi di lapangan. Kuesioner akan diberikan kepada 108 responden dan diisi sesuai petunjuk yang telah ditentukan.

G. Instrumen Penelitian

1. *Self-regulated learning*

a. Definisi Konseptual

Self-regulated learning adalah sebuah situasi belajar di mana siswa mampu mengatur dan mengontrol diri pada proses pembelajaran untuk mencapai tujuan.

b. Definisi operasional

Self-regulated learning merupakan kemampuan individu dalam menetapkan tujuan belajar sekaligus memantau, mengatur, dan mengendalikan pengamatan, motivasi, serta perilaku, yang dibatasi oleh tujuan belajar dan kondisi lingkungan. *Self-regulated learning* (SRL) akan diukur dengan menggunakan skala SRL yang disusun berdasarkan 10 indikator yaitu *Goal-setting and planning, Self-evaluating, Organizing and transforming, Seeking information, Keeping records and monitoring, Environment structuring, Self-consequating, Rehearsing and memorizing, Seeking social assistance, Reviewing records.*

c. Kisi-kisi Instrumen Variabel *Self-regulated learning*

Kisi-kisi instrumen diperoleh dari definisi operasional pada masing-masing variabel yang didasari pada kajian teori. Kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen *Self-regulated learning*

Keterangan: (*) butir pernyataan tidak valid

No.	Indikator	Pernyataan
1.	<i>Goal-setting and planning</i>	13,15,25,33,37,51
2.	<i>Self-evaluating</i>	1*,22,26,29*,42,44*,
3.	<i>Organizing and transforming</i>	9,11*,12*,50,52*,57
4.	<i>Seeking information</i>	7,8,43*,45,47,56*
5.	<i>Keeping records and monitoring</i>	27,28,38,46, 48,59
6.	<i>Environment structuring</i>	21,23,24,40*,49,58
7.	<i>Self-consequating</i>	16*,18,19,20,41*,55*
8.	<i>Rehearsing and memorizing</i>	3,6*,30*,36*,39*,53
9-11	<i>Seeking social assistance</i>	4*,10, 32*,34,35*,54
12-14.	<i>Reviewing records</i>	2,5,14,17,31, 60

Sumber : Zimmerman, Barry (2013)

d. Perhitungan Skor

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan menggunakan skala *Self-regulated learning*. Responden diberikan 5 alternatif pilihan jawaban atas pernyataan yang disesuaikan dengan keadaan. Jawaban tersebut yaitu : a. Sangat Setuju, b. Setuju, c. Ragu-ragu, d. Tidak setuju, dan e. Sangat Tidak Setuju

Perhitungan skor tiap butir instrumen mempunyai tingkatan sebagai berikut :

Tabel 4. Skor Penilaian Instrumen *Self-regulated learning*

No.	Alternatif jawaban	Bobot skor	
		Pernyataan positif	Pernyataan negatif
1.	Sangat Setuju	5	1
2.	Setuju	4	2
3.	Ragu-ragu	3	3
4.	Tidak Setuju	2	4
5	Sangat Tidak Setuju	1	5

2. Prokrastinasi Akademik

a. Definisi Konseptual

Prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku penundaan pada bidang akademik yang dilakukan secara sengaja, berulang-ulang, dan memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan sehingga menghambat dalam menyelesaikan suatu tugas maupun kegiatan akademik lain.

b. Definisi Operasional

Prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan individu dalam menunda-nunda pelaksanaan tugas. Prokrastinasi akademik akan diukur berdasarkan 4 indikator, yaitu; Penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik, Keterlambatan mengerjakan tugas akademik,

Kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja, dan Kecenderungan melakukan aktivitas lain.

c. Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik

Kisi-kisi instrumen diperoleh dari definisi operasional pada masing-masing variabel yang didasari pada kajian teori. Kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik

No.	Indikator	Pernyataan
1.	Penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik	1, 5, 6, 8,12,15*, 21*, 26
2.	Keterlambatan mengumpulkan tugas akademik	2, 9*, 11*,16, 19*, 24, 30, 31
.3.	Kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja	3, 10, 13,14, 22,23, 25*,28
4.	Kecenderungan melakukan aktivitas lain	4, 7, 17, 18, 20*, 27, 29*, 32
Jumlah		32

Keterangan: (*) butir pernyataan tidak valid

Sumber : *Burka dan Yuen (2008)*

d. Perhitungan Skor

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan menggunakan skala prokrastinasi akademik. Responden diberikan 5 alternatif pilihan jawaban atas pernyataan yang disesuaikan dengan keadaan. Jawaban tersebut

yaitu : a. Selalu, b. Sering, c. Kadang-kadang, d. Jarang, dan e. Tidak pernah

Perhitungan skor tiap butir instrumen mempunyai tingkatan sebagai berikut :

Tabel 6. Skor Penilaian Instrumen

No.	Alternatif jawaban	Bobot skor	
		Pernyataan positif	Pernyataan negatif
1.	Selalu	5	1
2.	Sering	4	2
3.	Kadang-kadang	3	3
4.	Jarang	2	4
5	Tidak Pernah	1	5

e. Validitas dan Reliabilitas

1) Validitas

Suatu Instrumen dikatakan valid jika instrumen yang digunakan dapat mengukur apa yang hendak diukur (Gay, 1990). Validitas kuesioner *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi akademik, yaitu dengan menggunakan rumus *Pearson Product Moment* (PPM).

2) Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran pada kelompok subjek yang sama

diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subyek memang belum berubah (Azwar, 2010). Analisis reliabilitas skala *self-regulated learning* akan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*.

H. Prosedur Penelitian

Prosedur Penelitian yang dilakukan melalui beberapa langkah, yaitu :

1. Peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti kemudian melakukan studi pustaka untuk melihat masalah secara teoritis. Peneliti juga melakukan studi pendahuluan untuk memperdalam permasalahan pada penelitian.
2. Setelah mendapatkan teori-teori yang dibutuhkan, peneliti mempersiapkan dan membuat Instrumen penelitian yang akan diujikan.
3. Membuat surat izin kepada sekolah yang akan dijadikan tempat penelitian yaitu SMA Negeri 16 Jakarta.
4. Peneliti menemui responden untuk memberikan instrumen berupa kuesioner.
5. Peneliti mengambil kuesioner yang telah diisi oleh responden dan melakukan *scoring*.
6. Setelah *scoring*, peneliti melakukan uji validitas dan Reabilitas pada instrumen.
7. Peneliti menemui responden untuk mengisi kuisisioner dengan pernyataan yang telah valid
8. Peneliti mengambil kuesioner yang telah diisi oleh responden dan melakukan *scoring*.

9. Peneliti mengolah dan menganalisa data dari hasil instrumen yang telah didapatkan.

I. Hipotesis Statistik

Perumusan hipotesis statistik pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_{A1} - \mu_{A2} = 0$$

$$H_1 : \mu_{A1} - \mu_{A2} \neq 0$$

Keterangan:

H_0 : Tidak terdapat pengaruh *Self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA

H_1 : Terdapat pengaruh *Self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA

$\mu_{A1} - \mu_{A2}$: Selisih rata-rata prokrastinasi siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi dengan prokrastinasi siswa yang memiliki *self-regulated learning* rendah.

J. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini terdiri atas :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Uji normalitas dihitung dengan menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi 0,05.

b. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas dilakukan dengan Uji F pada $\alpha = 0,05$

c. Pengujian Hipotesis

Setelah uji normalitas dilakukan, selanjutnya adalah pengujian hipotesis.

Pengujian hipotesis dilakukan melalui pengujian uji-t pada $\alpha = 0,05$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

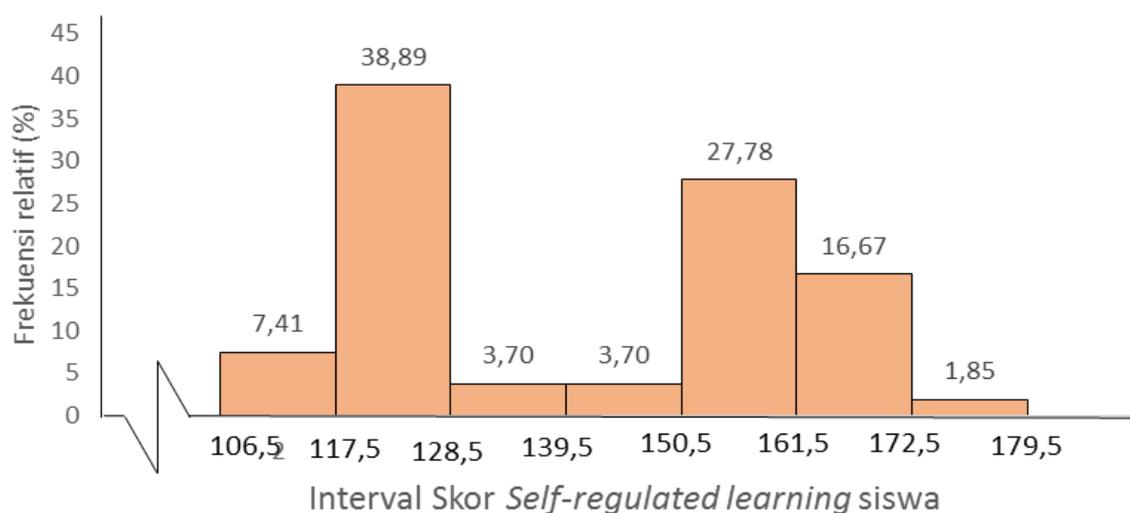
A. Hasil

Data penelitian yang diperoleh yaitu berupa skor *Self-regulated learning* dan skor Prokrastinasi akademik. Dalam penelitian ini terdapat 100 siswa XI MIA SMA Negeri 16 Jakarta sebagai responden dan 54 siswa sebagai sampel penelitian.

1. Deskripsi Data

a. *Self-regulated learning*

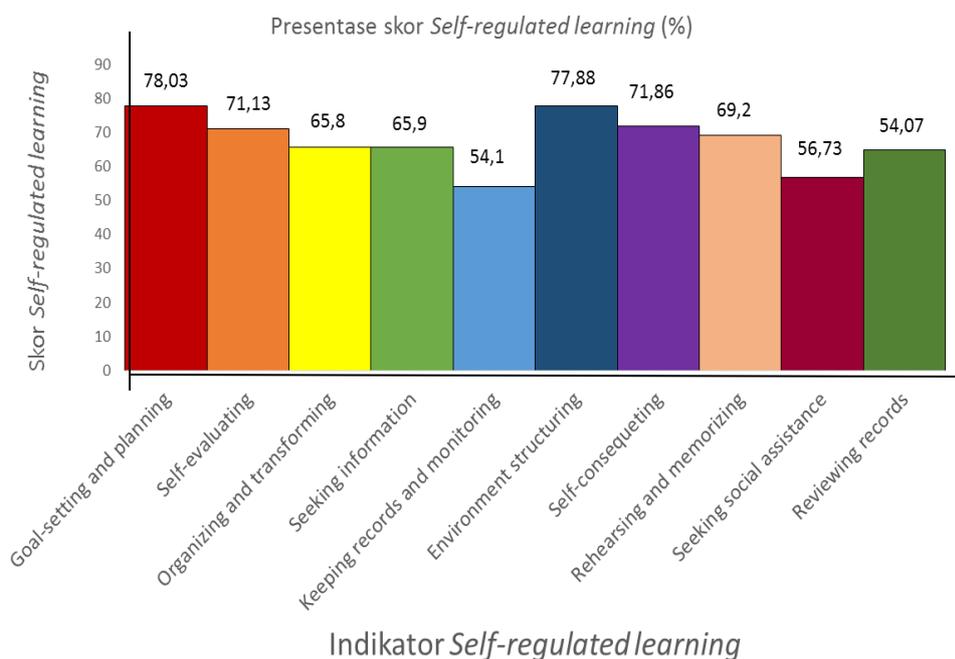
Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui skor tertinggi *Self-regulated learning* siswa adalah 179 dan skor yang terendah adalah 107.



Gambar 1. Histogram skor *Self-regulated learning* siswa

Jumlah siswa terbanyak berada pada interval 117,5-128,5 yaitu sebanyak 21 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 38,89%. Jumlah siswa terendah

berada pada interval 172,5-179,5 yaitu sebanyak 1 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 1,85% (Lampiran 6.2.1). Histogram skor *Self-regulated learning* ditunjukkan oleh Gambar 1.

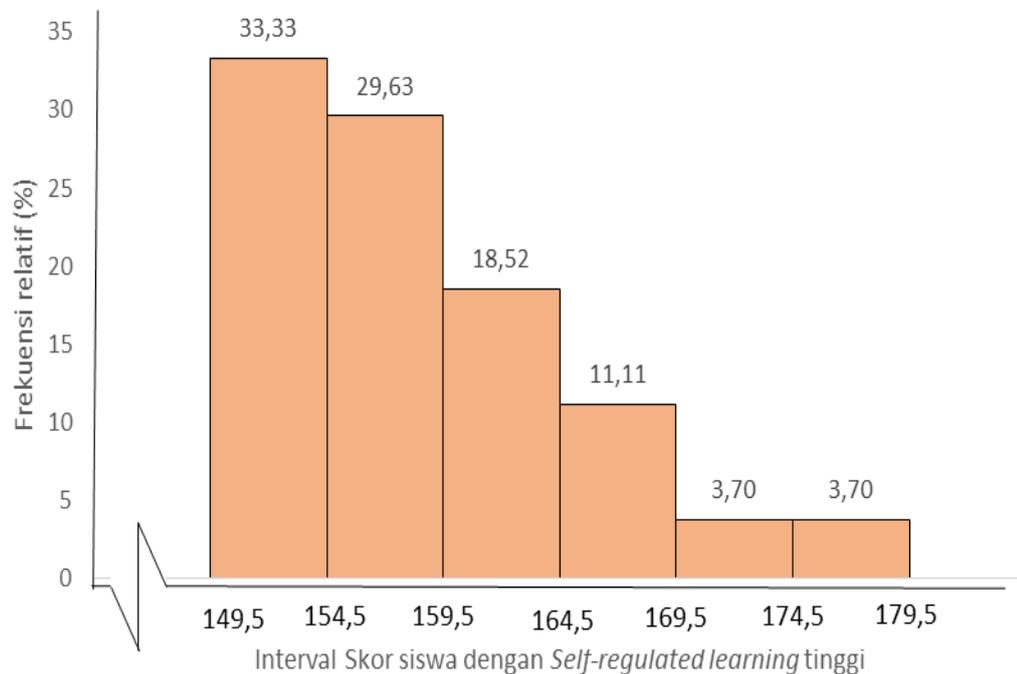


Gambar 2. Diagram batang Persentase *self-regulated learning* per indikator

Persentase *self-regulated learning* juga dapat digambarkan berdasarkan oleh sepuluh indikator. Perbandingan skor persentase skor *self-regulated learning* per indikator dapat dilihat pada gambar 2. Indikator yang memiliki persentase tertinggi adalah indikator pertama yaitu *goal-setting and planning* dengan persentase sebesar 78,03%. Indikator yang memiliki skor persentase terendah adalah indikator kesepuluh yaitu *reviewing record* dengan persentase sebesar 54,07%. Perhitungan persentase skor per indikator *Self-regulated learning* dapat dilihat pada Lampiran 7.

1). Siswa dengan tingkat *self-regulated learning* tinggi

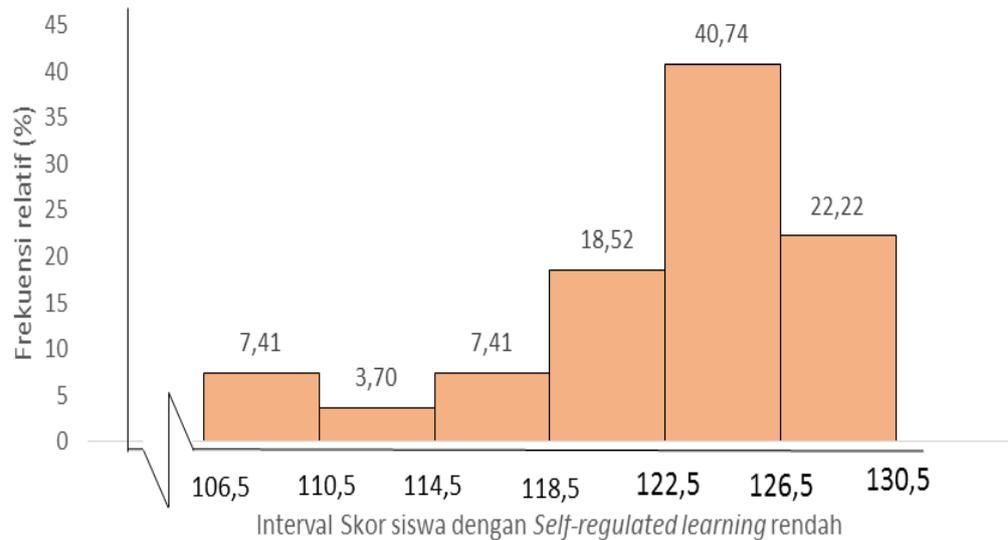
Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui skor tertinggi siswa dengan *Self-regulated learning* tinggi adalah 179 dan skor yang terendah adalah 150. Jumlah siswa terbanyak berada pada interval 149,5-154,5 yaitu sebanyak 9 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 33,33%. Jumlah siswa terendah berada pada interval 169,5-174,5 dan 174,5-179,5 yaitu sebanyak 1 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 3,7% (Lampiran 6.2.2). Histogram Skor Siswa dengan tingkat *self-regulated learning* tinggi ditunjukkan oleh gambar 3.



Gambar 3. Histogram skor siswa dengan tingkat *self-regulated learning* tinggi

2) Siswa dengan tingkat *self-regulated learning* rendah

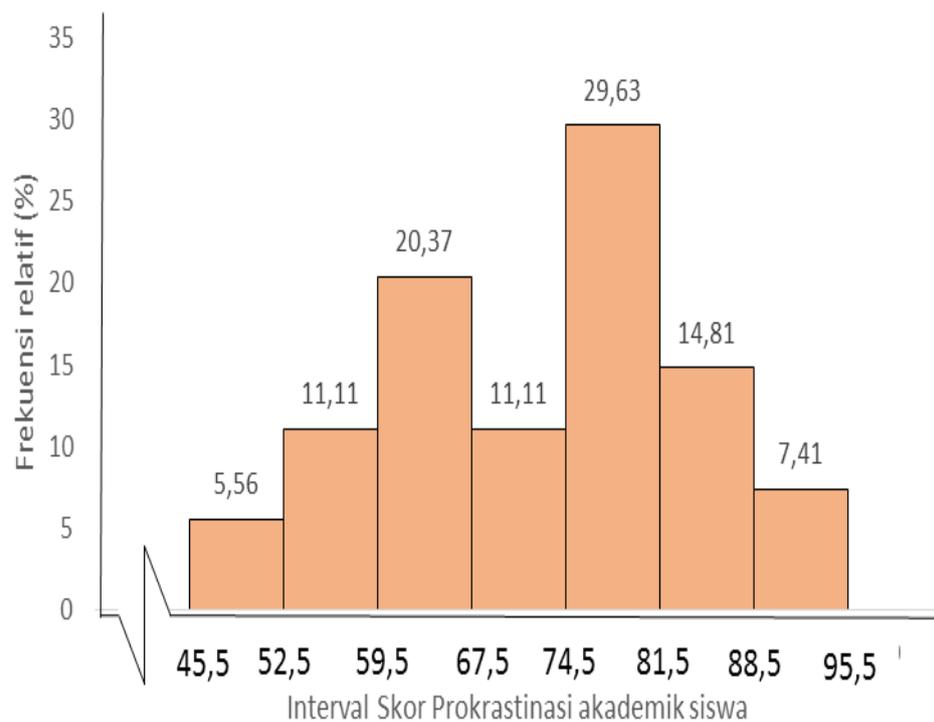
Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui skor tertinggi siswa dengan *Self-regulated learning* rendah adalah 129 dan skor yang terendah adalah 107. Jumlah siswa terbanyak berada pada interval 122,5-126,5 yaitu sebanyak 11 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 40,74%. Jumlah siswa paling sedikit berada pada interval 110,5-114,5 yaitu sebanyak 1 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 3,7% (Lampiran 6.2.3). Skor siswa dengan tingkat *self-regulated learning* rendah ditunjukkan oleh Gambar 4.



Gambar 4. Histogram skor siswa dengan tingkat *self-regulated learning* rendah.

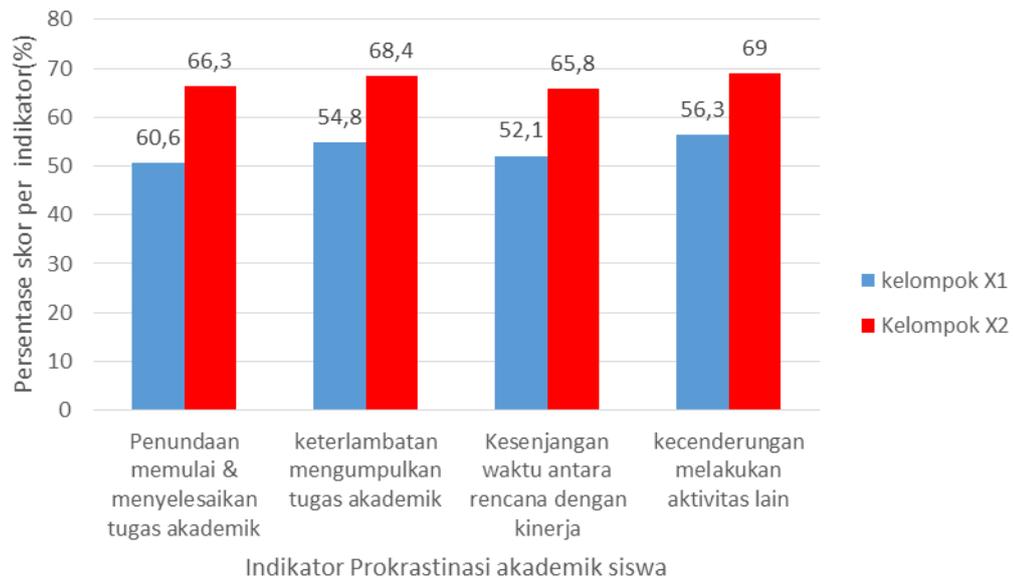
b. Prokrastinasi akademik

Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui skor tertinggi Prokrastinasi akademik siswa adalah 93 dan skor yang terendah adalah 46. Jumlah siswa terbanyak berada pada interval 74,5-81,5 yaitu sebanyak 16 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 29,63%. Jumlah siswa terendah berada pada interval 45,5-52,5 yaitu sebanyak 3 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 5,56% (Lampiran 6.2.4). Skor prokrastinasi akademik siswa ditunjukkan oleh Gambar 5.



Gambar 5. Histogram skor Prokrastinasi akademik siswa

Persentase Prokrastinasi akademik setiap kelompok juga dapat digambarkan berdasarkan empat indikator. Perbandingan persentase skor Prokrastinasi akademik per indikator dapat dilihat pada gambar 6.

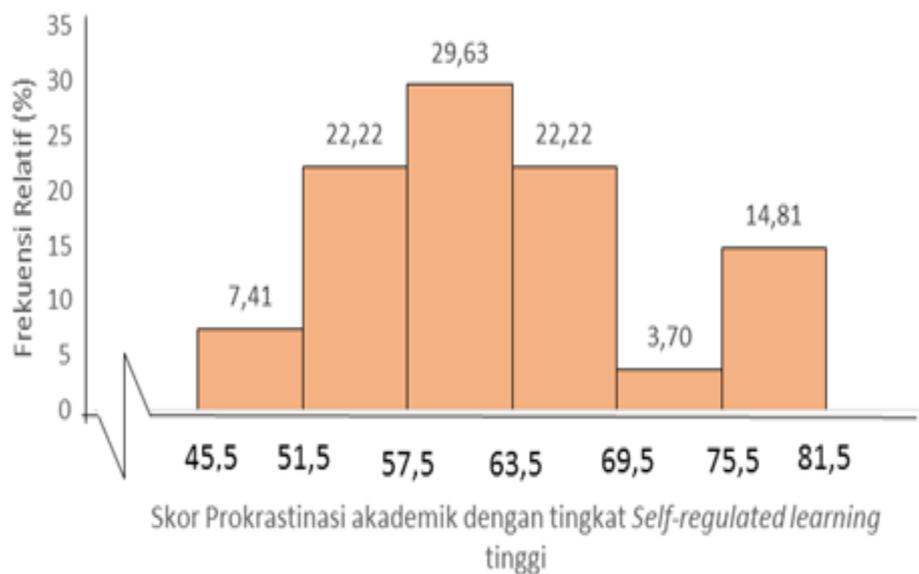


Gambar 6. Diagram batang Persentase Prokrastinasi akademik per indikator

Indikator penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik pada kelompok X₁ sebesar 60,6% dan kelompok X₂ sebesar 66,3%. Indikator keterlambatan mengerjakan tugas akademik pada kelompok X₁ sebesar 54,8% dan pada kelompok X₂ sebesar 68,4%. Indikator kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja kelompok X₁ sebesar 52,1% dan kelompok X₂ sebesar 65,8%. Indikator keempat yaitu kecenderungan melakukan aktivitas lain pada kelompok X₁ sebesar 56,3% dan kelompok X₂ sebesar 69%.

1). Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* tinggi

Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui skor tertinggi prokrastinasi akademik siswa dengan *Self-regulated learning* tinggi adalah 78 dan skor yang terendah adalah 46. Jumlah siswa terbanyak berada pada interval 57,5-63,5 yaitu sebanyak 8 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 29,63%. Jumlah siswa terendah berada pada interval 69,5-75,5 yaitu sebanyak 1 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 3,7% (Lampiran 6.2.5). Histogram skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* tinggi ditunjukkan oleh gambar 7.

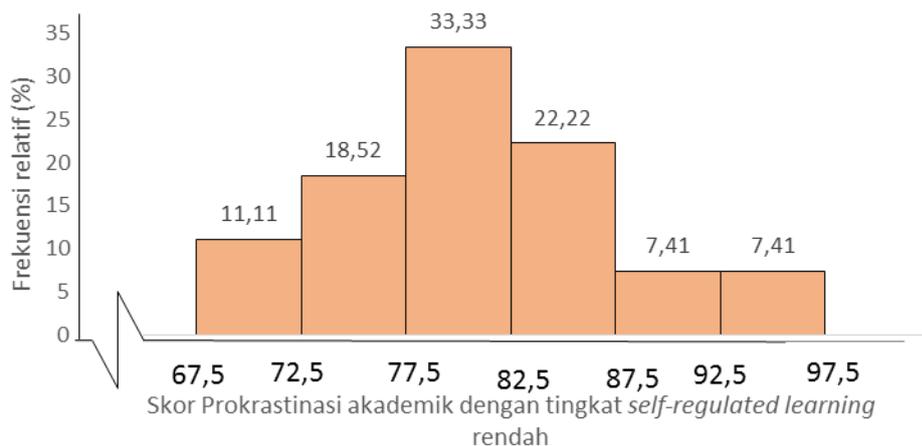


Gambar 7. Histogram skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* tinggi

2). Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah

Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui skor tertinggi prokrastinasi akademik siswa dengan *Self-regulated learning* rendah

adalah 93 dan skor yang terendah adalah 68. Jumlah siswa terbanyak berada pada interval 77,5-82,5 yaitu sebanyak 9 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 33,33%. Jumlah siswa terendah berada pada interval 87,5-92,5 dan 92,5-97,5 yaitu masing-masing sebanyak 2 siswa dengan frekuensi relatif sebesar 7,41% (Lampiran 6.2.6). Histogram skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah ditunjukkan oleh Gambar 8.



Gambar 8. Skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah

3. Pengujian Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil perhitungan pada skor Prokrastinasi akademik yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi memiliki nilai a_{maks} lebih kecil dari D_{tabel} , yakni sebesar $0,1031 < 0,254$, maka terima H_0 berarti data pada Prokrastinasi akademik yang memiliki tingkat *self-regulated learning*

tinggi berasal dari populasi yang terdistribusi normal. Berdasarkan hasil perhitungan pada skor Prokrastinasi akademik yang memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah, nilai a_{maks} lebih kecil dari D_{tabel} , yakni sebesar $0,095 < 0,254$, maka terima H_0 berarti data pada Prokrastinasi akademik yang memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah berasal dari populasi terdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan uji F pada $\alpha = 0,05$. Berdasarkan pengujian data Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi dengan Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah, diperoleh f_{hit} sebesar 1,745 dengan nilai f_{tabel} sebesar 1,929. Hasil menunjukkan $f_{hit} < f_{tabel}$ yang berarti terima H_0 , sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua varians data berasal dari populasi yang homogen.

c. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji prasyarat pada data penelitian, selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji t. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh t_{hit} sebesar -8,637 dengan nilai t_{tabel} sebesar -2,001. Hasil menunjukkan $t_{hit} < -t_{tabel}$ yang berarti tolak H_0 , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara skor rata-rata prokrastinasi akademik siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi dan *self-regulated learning* rendah.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik siswa. Berdasarkan hasil penelitian adanya pengaruh ditandai dengan terdapat perbedaan antara skor rata-rata prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi dengan *self-regulated learning* rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh rata-rata skor Prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran biologi yang memiliki *self-regulated learning* tinggi sebesar 63,11 serta rata-rata skor siswa yang memiliki Prokrastinasi akademik pada mata pelajaran biologi yang memiliki *self-regulated learning* rendah sebesar 80,92.

Hasil pengujian uji t pada $\alpha = 0,05$ menunjukkan $t_{hitung} < -t_{tabel}$ yakni $-8,63 < -2,001$, karena penelitian ini menggunakan hipotesis two-tail maka tolak H_0 pada daerah kurva bagian kiri yang artinya terdapat perbedaan antara rata-rata skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* tinggi dengan prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *self-regulated learning* rendah.

Perbedaan skor prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi dengan prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *self-regulated learning* rendah sangat mungkin terjadi karena perbedaan penerapan indikator *self-regulated learning* yang dilakukan oleh

siswa. siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi lebih mampu mengontrol dirinya sehingga lebih sedikit melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, seorang siswa yang dengan tingkat *self-regulated learning* rendah lebih banyak melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan yang dipaparkan oleh Steel (2007) yang menyatakan bahwa prokrastinasi dapat disebabkan karena kegagalan pengaturan diri (*self-regulated learning*) yang dilakukan oleh seorang siswa. Akibatnya individu mengalami kegagalan dalam membuat prioritas jangka pendek maupun jangka panjang dalam mengerjakan sebuah tugas. Hal serupa juga diungkapkan oleh Seung, Park (2012) bahwa Siswa yang memiliki *self-regulated learning* memiliki tujuan yang pasti sebelum melakukan kegiatan akademik sehingga kegiatan akademiknya lebih terarah. Sedangkan. Siswa yang tidak dapat menetapkan tujuan akan dengan mudah terdistraksi sehingga menunda-nunda melaksanakan tugas akademik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa indikator pertama *self-regulated learning* memiliki persentase skor tertinggi dibandingkan indikator yang lain yaitu sebesar 78,03%. Tingginya persentase skor indikator pertama, yaitu *Goal setting and planning* dapat diartikan bahwa siswa kelas X MIA SMA 16 Jakarta memiliki perencanaan yang terarah guna menetapkan waktu yang dibutuhkan untuk setiap tahapan kegiatan yang akan dilakukannya. Dengan adanya pengalokasian waktu pada kegiatan belajar yang menunjang pencapaian tujuan, maka secara tidak langsung siswa memiliki

pola waktu terstruktur yang menjadi jadwal efektif untuk kegiatan belajar yang mengarah pada pencapaian targetnya.

Indikator kedua yaitu *Self-evaluating* merupakan indikator dengan persentase skor urutan keempat dari kesepuluh indikator dengan persentase skor sebesar 71,13%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa siswa mampu melakukan evaluasi terhadap dirinya sendiri pada proses pembelajaran. Evaluasi yang dilakukan siswa merupakan refleksi atas apa yang dilakukan pada proses pembelajaran biologi, sehingga siswa mampu memperbaiki kekurangan yang telah dilakukan.

Indikator ketiga yaitu *organizing and transforming* merupakan indikator dengan urutan ketujuh dengan persentase sebesar 65,8%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa lebih dari sebagian siswa mampu mengatur dan menentukan cara atau metode yang tepat untuk mempelajari materi biologi. Kemampuan siswa dalam menentukan metode belajar dapat membantu siswa untuk lebih memahami materi yang diajarkan.

Indikator keempat yaitu *seeking information* merupakan indikator dengan urutan keenam dengan persentase sebesar 65,9%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki kemauan untuk mencari informasi tentang materi biologi yang dipelajari. Adanya kemauan mencari informasi salah satunya ditandai dengan usaha siswa mencari informasi dari berbagai sumber untuk memahami materi biologi yang diajarkan.

Indikator kelima yaitu *Keeping records and monitoring* merupakan indikator dengan urutan terakhir dengan persentase sebesar 54,1%.

Persentase tersebut menunjukkan bahwa secara umum separuh siswa kelas X MIA mampu merekam dan memantau hasil belajar yang telah dilakukan.

Indikator keenam yaitu *environment structuring* merupakan indikator dengan urutan kedua dengan persentase yaitu 77,88%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu mengatur lingkungan sekitar atau menata tatanan fisik dalam proses pembelajaran. Lingkungan yang sesuai dapat membantu siswa dalam proses belajar.

Indikator ketujuh yaitu *self-consequeting* dengan persentase sebesar 71,86% merupakan indikator dengan urutan ketiga. Persentase tersebut menunjukkan bahwa siswa mampu memberikan konsekuensi kepada diri sendiri. Konsekuensi diberikan dalam bentuk *reward* apabila telah berhasil mencapai kesuksesan yang diinginkan dalam proses belajar dan *punishment* apabila mendapatkan kegagalan. Konsekuensi dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar.

Indikator kedelapan yaitu *Rehearsing and memorizing* dengan persentase sebesar 69,2% merupakan indikator dengan urutan kelima. Hal tersebut dapat diartikan bahwa lebih dari separuh jumlah siswa kelas XI MIA SMA 16 Jakarta memiliki usaha untuk mengingat materi yang diajarkan oleh guru dengan cara mengulang kembali materi biologi yang diajarkan, seperti latihan mengerjakan soal. Dengan melakukan pengulangan terus menerus maka materi yang diajarkan akan semakin mudah dipahami.

Indikator kesembilan yaitu *seeking social assistance* memiliki persentase sebesar 56,73% merupakan indikator dengan urutan kesembilan. Hal tersebut dapat diartikan bahwa siswa berusaha meminta bantuan apabila mengalami kesulitan dalam proses belajar, baik kepada teman sebaya, guru dan orangtua. Usaha untuk meminta bantuan menunjukkan bahwa siswa memiliki kemauan untuk terus belajar. siswa akan bertanya hingga akhirnya mengerti hal yang dirinya sendiri tidak mampu pahami.

Indikator kesepuluh yaitu *Reviewing records* memiliki persentase sebesar 64,88% merupakan indikator dengan urutan kedelapan. Indikator ini menunjukkan bahwa siswa kelas X MIA SMA 16 Jakarta membaca kembali catatan materi yang diajarkan sebelumnya sehingga siap pada saat pertemuan berikutnya ataupun pada saat ujian.

Penentuan dua kelompok berbeda diperoleh dari ranking skor penilaian siswa terhadap *self-regulated learning*, yaitu kelompok X₁ diambil dari 27% *upper group* untuk siswa yang memiliki *self-regulated learning tinggi* dan kelompok X₂ diambil dari 27% *lower group* untuk siswa yg memiliki *self-regulated learning rendah*. Berdasarkan skor prokrastinasi akademik siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi dan skor prokrastinasi akademik siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning rendah* diketahui bahwa dari empat indikator memiliki persentase yang berbeda, hal ini dikarenakan tingkat *self-regulated learning* yang berbeda pada tiap siswa mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Indikator yang pertama yaitu penundaan memulai mengerjakan tugas akademik pada kelompok X₁ dengan persentase sebesar 60,6% dan kelompok X₂ sebesar 66,3%. Hal ini menandakan bahwa kelompok X₂ siswa kelas X MIA SMA 16 Jakarta enggan untuk memulai mengerjakan tugas akademik dalam proses belajar.

Indikator kedua yaitu keterlambatan mengerjakan tugas akademik dengan persentase pada kelompok X₁ sebesar 54,8% dan pada kelompok X₂ sebesar 68,4%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dengan *self-regulated learning* rendah cenderung terlambat dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Terlambatnya mengerjakan tugas akademik menyebabkan tugas menumpuk dan siswa menjadi kewalahan dalam mengerjakan tugas sehingga tidak semua tugas dapat diselesaikan dengan baik.

Indikator ketiga yaitu kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja dengan persentase pada kelompok X₁ sebesar 52,1% dan kelompok X₂ sebesar 65,8%. Persentase tersebut berarti bahwa siswa dengan *self-regulated learning* rendah memiliki persentase yang lebih besar sehingga siswa kurang memperhitungkan waktu yang dibutuhkan dalam mengerjakan tugas sehingga tidak sesuai dengan rencana yang telah dibuat.

Indikator keempat yaitu kecenderungan melakukan aktivitas lain dengan persentase kelompok X₁ sebesar 56,3% dan kelompok X₂ sebesar 69%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa cenderung kehilangan fokus dan mudah

terdistraksi pada hal lain saat mengerjakan tugas akademik. Melakukan hal lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas akademik menyebabkan tugas menjadi terbengkalai dan membuang waktu untuk mengerjakannya, sehingga tugas terlambat untuk dikumpulkan.

Pada hasil penelitian ini didapatkan lima orang siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi tetapi memiliki skor prokrastinasi akademik yang juga tinggi. Hal ini dikarenakan siswa tersebut merupakan prokrastinator aktif, yaitu siswa melakukan prokrastinasi untuk mencari sensasi tertekan sehingga mampu mengerjakan tugas dengan waktu sedikit. Walaupun mengerjakan tugas akademik dengan waktu mendekati *deadline* dan menunda untuk melaksanakan tugas, siswa tetap memiliki *self-regulated learning* tinggi karena siswa memiliki beberapa aspek *self-regulated learning* yaitu memiliki tujuan serta mampu mengontrol waktu dan lingkungan. Seperti yang dipaparkan oleh Schraw, Wadkins, dan Olafon (2007) dalam Seung (2012) bahwa pada penelitian mereka, siswa melaporkan dua aspek menguntungkan dari penundaan atau prokrastinasi akademik. Salah satunya adalah efisiensi kognitif. Siswa melaporkan bahwa bekerja dalam waktu yang mendesak menyebabkan konsentrasi lebih terfokus dan berkurangnya gangguan. Manfaat kedua dari penundaan adalah pengalaman puncak; yaitu, bekerja pada titik puncak menambah motivasi, membuat tugas-tugas membosankan lebih menarik dan menantang.

Selain *self-regulated learning*, ada beberapa hal lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain : kepribadian dan *locus of control*. hal tersebut didukung oleh pernyataan Ferrari (2007) yang menyebutkan bahwa prokrastinasi adalah sesuatu yang kompleks yang berkaitan dengan variabel kepribadian.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Self-regulated learning* terhadap Prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran biologi.

B. Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah siswa mampu menerapkan indikator yang ada pada *self-regulated learning* sehingga mampu mengurangi perilaku menunda-nunda pada mata pelajaran biologi

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang telah dipaparkan, diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Guru perlu melakukan pendekatan dengan siswanya lebih intensif, dengan mengenal karakteristik siswa guru dapat membantu siswa meningkatkan *Self-regulated learning*.
2. Bagi siswa disarankan untuk mulai mengatur pola belajar sehingga mengurangi prokrastinasi akademik.
3. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk memperhatikan indikator dalam menyusun instrumen untuk menghindari terlalu banyaknya kalimat dalam butir pernyataan yang dapat menyebabkan kejenuhan dan kurang fokusnya responden pada saat mengisi kuesioner.

DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, Tella & Tella. (2007). *Correlates of Academic Prokrastinasi and Mathentics Achivement of Universitas Undergraduate Student, Eurasia Journal of Mathematics, Science & Teknologi Education.*, 2007, 3 (4), 363-367.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*. Cetakan XIII. Jakarta: PT RINEKA CIPTA
- Azwar, Saifuddin. (2010). *Reliabilitas dan Validitas Edisi ke-3 Cetakan X*. Yogyakarta: Pustaka Siswa.
- BSNP. 2006. Panduan Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: Depdiknas.
- Burka, Jane B dan Yuen, Lenora M. (2008). *Procrastination: Why You Do it, What to Do It Now*. America: Da Capo Press
- Boekaerts, M. (1996) Self Regulated Learning at The Junction of Cognition and Motivation. *European Psychologist*. (Vol. I, no. 2. pp 100-112.
- Ferrari, J. R. (2001). Procrastination as self-regulation failure of performance: Effects of cognitive load, self-awareness, and time limits on 'working best under pressure'. *European Journal of Personality*, 15, 391–406.
- Gay. L.R. (1990). *Educational research: Competencies for analysis and application*. Merrill : New york.
- Guilford, J.P. (1959). *Psychometric Methods 2nd Edition*. New York: Mc Graw Hill Book Company, Inc.
- Lay, C. H., & Schouwenburg, H. C. (1993). Trait procrastination, time management, and academic behavior. *Journal of Social Behavior and Personality*, 8, 647-662.
- Mc. Clave, J. T. dan T. Sincich. (2000). *Statistics, 8th Edition*. Prentice – Hall, New Jerse
- Nicol, David. J dan Macfarlane-Dick, Debra. (2006). *Formative Assessment and Self-Regulated Learning: A Model and Seven Principles of Good Feedback Practice. Studies in Higher Education*. No. 2. Vol. 31.pp. 199-218.
- Rothblum, Esther. D., Solomon Laura I dan Murakami, Janice. (1986).

Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*. Vol. 33. pp. 387-394.

Santrock, W. J. (2007). *Life span development: Perkembangan masa hidup jilid 2*. Jakarta: Erlangga.

Savira Fitria, & Suharsono Yudi. (2013). *Self-Regulated Learning (SLR) dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi*. Vol. 01, No.01.

Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the things we do: A grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99, 12-25.

Schunk. H. D., Pintrich, P. R., and Meece. L.J. (2008) *Motivation in Education: Theory, Research, And Application*. Ohio: Pearson Press.

Seung Won Park, Rayne A. Sperling. (2012) Academic Procrastinators and Their Self-Regulation. *Psychology*. Vol.3, No.1, 12-23. Department of Educational and School Psychology and Special Education, The Pennsylvania State University, University Park, USA.

Sudjoko. (2001). *Membantu Siswa Belajar IPA*. Yogyakarta: FMIPA UNY.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Steel, P. 2007. The nature of Procrastination: A meta-analytic and theoretical review of the essential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. Vol 1, No. 133, 65-94.

Winkel WS. (1997) *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: Gramedia.

Zimmerman, Barry J. (1989). A Social Cognitive View Of Self-Regulated Academic Learning. *Journal Of Educational Psychology: American Psychological Association*. P. 329.

Zimmerman, Barry J., Sebastian Bonner, and Robert Kovach. (1996). *Developing Self-Regulated Learners ; Beyond Achievement to Self-Efficacy*. Washington, DC. Press.

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

Zimmerman, B. J. (2013). From Cognitive Modeling to Self-Regulation: A Social Cognitive Career Path. *Educational Psychologis* 48(3), 135-147t.

Lampiran 1. Instrumen *Self-Regulated Learning*

Kuisioner *Self-Regulated Learning*

A. Identitas Responden

1. Nama :
2. Jenis Kelamin* : 1. Laki-laki 2. Perempuan
3. No absen :
4. Kelas :

B. Petunjuk Pengisian

Pada skala ini terdapat 60 butir pernyataan *self-regulated learning*. Berikut ini akan disajikan pernyataan-pernyataan yang mewakili diri Anda. Anda diharapkan memilih setiap pernyataan sesuai dengan keadaan, perasaan, dan pikiran. Berikan tanda silang (X) pada lembar kuesioner pada bagian pilihan dengan lima alternatif jawaban yaitu :

- a. Sangat Setuju
- b. Setuju
- c. Tidak berpendapat
- d. Tidak setuju
- e. Sangat Tidak Setuju.

1. Apabila mendapatkan nilai yang kurang memuaskan, saya akan berupaya untuk belajar lebih giat lagi
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

2. Saya membuat rangkuman apabila ditugasi oleh guru saja
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

3. Saya selalu membaca kembali materi pelajaran biologi yang sudah diajarkan oleh guru
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

4. Apabila mendapat tugas biologi yang sulit saya mengajak teman untuk mengerjakan bersama-sama
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

5. Saya merangkum materi pelajaran dengan kalimat sendiri agar mudah dipahami
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

6. Apabila mendapatkan materi biologi yang sulit, saya menyerah dan berhenti untuk mencatat
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

7. Ketika mendapat materi pelajaran biologi yang baru saya menghubungkannya dengan materi lain yang sudah saya pelajari
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

8. Saya kehilangan motivasi ketika mendapati istilah-istilah sulit pada materi biologi
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

9. Saya merapikan catatan agar mudah untuk dipelajari kembali
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

10. Saya tidak berupaya bertanya kepada guru apabila tidak memahami suatu materi pelajaran biologi
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

11. Ketika belajar saya mempunyai metode atau cara sendiri
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

12. Saya membuat peta konsep materi pelajaran biologi yang saya dapatkan di sekolah apabila ditugaskan oleh guru
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

13. Saya menentukan apa yang saya lakukan selama belajar Biologi agar tujuan belajar saya tercapai dengan baik
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

14. Saya membaca buku paket apabila mendekati ujian saja
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

15. apabila mendapatkan nilai di bawah KKM pada materi yang sebelumnya, saya berusaha mendapatkan nilai yang lebih baik
 - a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

16. Saya tidak memberi *reward* (hadiah) pada diri saya ketika mendapatkan hasil belajar yang baik
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
17. setelah guru selesai mengajarkan suatu bab biologi saya tidak membaca lagi materi tersebut
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
18. Saya mengurangi waktu bermain apabila mendapatkan nilai yang kurang memuaskan
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
19. Saya pergi jalan-jalan dengan teman atau keluarga setelah selesai melaksanakan ujian
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
20. Saya tidak melakukan hobi saya sampai tugas saya selesai dikerjakan
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat

- d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
21. Saya menata buku pelajaran dengan rapi di meja belajar atau rak buku
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
22. Saya memeriksa kembali jawaban ujian yang telah saya kerjakan sebelum saya mengumpulkannya
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
23. Saya membuat kondisi lingkungan belajar saya nyaman dan menyenangkan
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
24. Saya membiarkan meja belajar saya dipenuhi dengan barang-barang yang tidak diperlukan untuk belajar
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
25. Saya menentukan batas waktu pengerjaan tugas sebelum tenggat waktu yang diberikan guru habis

- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
26. Saya mencoba mengerjakan soal yang ada di buku paket Biologi tanpa perintah guru, untuk mengetahui seberapa jauh tingkat pemahaman saya tentang materi yang diajarkan
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
27. Saya mencatat materi pelajaran apabila diperintahkan oleh guru saja
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
28. saya membiarkan lembaran hasil ujian milik saya yang telah dikembalikan oleh guru begitu saja
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
29. Saya membiarkan hasil ujian saya tanpa berkeinginan mengetahui kemajuan yang saya capai
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

30. Saya menggunakan kata kunci atau menggunakan jembatan keledai untuk mengingat suatu materi biologi
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
31. Saya membaca materi biologi yang tidak saya pahami berulang-ulang
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
32. Saya bertanya kepada guru apabila tidak memahami materi yang diajarkan
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
33. Saya tidak punya jadwal belajar khusus di luar jam pelajaran Biologi
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
34. Saya berdiskusi dengan teman selain jam pelajaran disekolah
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju

- e. Sangat Tidak Setuju
35. Saya merasa tidak perlu melakukan diskusi dengan teman walaupun saya belum memahami betul materi yang diajarkan guru
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
36. Saya membaca materi yang sudah dipelajari apabila akan ada ulangan
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
37. Walaupun merasa bingung saat mempelajari materi biologi, saya akan tetap berusaha memahaminya
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
38. Saya mengerjakan tugas biologi dengan berbagai macam sumber, bukan hanya buku paket saja
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
39. Saya membuat catatan walaupun materi biologi yang dipelajari sulit
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat

- d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
40. Pada saat belajar saya menciptakan suasana yang menyenangkan, seperti mendengarkan musik
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
41. Saya meminta hadiah kepada orang tua apabila mendapat peringkat baik di kelas
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
42. Saya termotivasi ketika mendapat tugas biologi karena dapat menguji kemampuan saya
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
43. Saya mendapatkan informasi tentang materi biologi hanya dari buku paket saja
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
44. Jika target belajar saya tidak tercapai, saya berusaha mencari tahu apa yang menjadi penyebabnya
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju

- c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
45. Saya belajar biologi bukan hanya di dalam kelas tetapi juga di alam terbuka untuk memudahkan memahami materi yang dipelajari.
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
46. saya mengumpulkan hasil ujian biologi saya untuk dipelajari kembali
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
47. Saat mendapat tugas membuat presentasi, saya hanya mendownload power point tanpa memahami isi materinya
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
48. Tugas yang saya kerjakan terpantau secara pasti
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
49. Saya memikirkan cara belajar agar lebih menyenangkan
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju

- e. Sangat Tidak Setuju
50. Saya tidak membuat *mind map* ataupun bagan karena menurut saya hal itu membuang waktu
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
51. Saya segera mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru agar tidak menumpuk dengan tugas lainnya
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
52. Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru hanya pada materi yang saya sukai saja
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
53. Saya latihan soal setiap guru selesai menerangkan satu bab materi biologi
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju
54. Saat saya kesulitan mengerjakan tugas, saya melihat tugas teman
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

55. Apabila saya mendapatkan nilai yang diinginkan maka saya akan menambah waktu untuk istirahat atau bersenang-senang
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
56. Ketika terdapat materi biologi yang membosankan saya tetap berusaha untuk mempelajarinya sampai selesai
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
57. Saya membuat *mind map* agar memudahkan saya memahami materi.
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
58. Saya merasa merapikan meja belajar hanya membuang-buang waktu
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju
59. Saya sulit memahami materi Biologi yang diajarkan oleh guru
- Sangat Setuju
 - Setuju
 - Tidak berpendapat
 - Tidak setuju
 - Sangat Tidak Setuju

60. Saya tidak menghubungkan materi biologi yang saya dapatkan dengan mata pelajaran lain
- a. Sangat Setuju
 - b. Setuju
 - c. Tidak berpendapat
 - d. Tidak setuju
 - e. Sangat Tidak Setuju

Lampiran 2. Instrumen Prokrastinasi Akademik

Kuesioner Prokrastinasi Akademik

A. Identitas Responden

1. Nama :
2. Jenis Kelamin* : 1. Laki-laki 2. Perempuan
3. No absen :
4. Kelas :

B. Petunjuk Pengisian

Pada skala ini terdapat 32 butir pernyataan Prokrastinasi akademik. Berikut ini akan disajikan pernyataan-pernyataan yang mewaliki diri Anda. Anda diharapkan memilih setiap pernyataan sesuai dengan keadaan, perasaan, dan pikiran. Berikan tanda silang (X) pada lembar kuesioner pada bagian pilihan dengan lima alternatif jawaban yaitu :

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-kadang
- d. Jarang
- e. Tidak pernah

1. Saya segera mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

2. Saya mengerjakan tugas dengan detail dan teliti sehingga terlambat mengumpulkan
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

3. Saya rutin mengerjakan tugas dan belajar pada waktu tertentu
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

4. Saya mengerjakan tugas dengan bantuan internet sambil bermain *sosial media*
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

5. Saya tidak pernah menyelesaikan tugas yang dirasa sulit
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

6. Saya menunda menyelesaikan tugas karena menunggu jawaban dari teman
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

7. Saya menolak ajakan teman untuk bermain saat saya mempunyai tugas
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

8. Saya mengerjakan tugas sehari sebelum dikumpulkan
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

9. Waktu yang saya targetkan untuk menyelesaikan tugas kerap kali meleset dari rencana awal saya
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

10. Saya kesulitan dalam memenuhi jadwal yang saya tetapkan
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

11. Saya terbiasa begadang untuk menyelesaikan tugas
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
12. Saya baru mulai belajar sehari sebelum pelaksanaan ujian dimulai
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
13. Saya terlambat untuk mengumpulkan tugas dari guru
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
14. Saya gagal meluangkan waktu untuk belajar sesuai jadwal yang saya susun
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
15. Saya mulai belajar seminggu sebelum ujian
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

16. Saya sibuk dengan kegiatan di luar akademik sehingga melupakan belajar untuk ujian
- Selalu
 - Sering
 - Kadang-kadang
 - Jarang
 - Tidak pernah
17. Saya mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain
- Selalu
 - Sering
 - Kadang-kadang
 - Jarang
 - Tidak pernah
18. Saya larut menggunakan internet (*surfing, chatting, bermain game, sosial media*) dan mengabaikan materi biologi yang seharusnya saya pelajari
- Selalu
 - Sering
 - Kadang-kadang
 - Jarang
 - Tidak pernah
19. Saya segera menghubungi teman untuk mengerjakan tugas apabila mendapatkan tugas kelompok
- Selalu
 - Sering
 - Kadang-kadang
 - Jarang
 - Tidak pernah
20. Saya memilih jalan-jalan dengan teman daripada belajar kelompok
- Selalu
 - Sering
 - Kadang-kadang

- d. Jarang
- e. Tidak pernah

21. Saya berusaha memanfaatkan waktu luang untuk menyelesaikan tugas

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-kadang
- d. Jarang
- e. Tidak pernah

22. Saya selesai mengerjakan tugas sebelum *deadline* pengumpulan

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-kadang
- d. Jarang
- e. Tidak pernah

23. Saya menolak ajakan teman untuk bermain karena saya ingin belajar untuk ujian

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-kadang
- d. Jarang
- e. Tidak pernah

24. Saya bingung untuk mengerjakan tugas biologi karena banyak tugas lain yang harus diselesaikan

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-kadang
- d. Jarang
- e. Tidak pernah

25. Saya membuat kelompok diskusi dengan teman sebaya agar dapat mengerjakan tugas dengan baik dan tepat waktu

- a. Selalu

- b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
26. Saya bingung untuk memulai mengerjakan tugas biologi karena tidak mengerti materi yang ditugaskan
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
27. Saya tetap meluangkan waktu untuk mengerjakan tugas/ belajar walaupun mengikuti rapat organisasi sekolah (ekskul, osis, dll)
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
28. Saya melakukan hal lain walaupun tugas yang saya lakukan belum selesai
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
29. Pada saat mengerjakan tugas ataupun belajar saya mematikan ponsel dan televisi sehingga hanya fokus pada pekerjaan saya
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

30. saya menunda mengerjakan tugas karena merasa waktu masih banyak
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
31. Saya mengatur waktu untuk kegiatan lain agar tidak mengganggu jam belajar saya
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah
32. Saya tidak bisa mengabaikan chat atau pesan yang masuk dari teman saat mengerjakan tugas
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-kadang
 - d. Jarang
 - e. Tidak pernah

Lampiran 3. Uji Validitas Butir Instrumen

1.1 Rumus

Rumus *Pearson Product Moment*

$$r = \frac{(n \cdot \sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} - \{n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- r = angka korelasi
- X = skor tiap butir pernyataan
- Y = skor total
- N = jumlah responden

3.2 Kriteria Pengujian

Valid, jika r-hitung > r-tabel

Tidak valid, jika r hitung < r-tabel

3.3 Data Uji Coba

3.3.1 Data Uji Coba *Self-regulated learning* Siswa

Tabel 7. Data Uji Coba *Self-regulated learning* Siswa

No. Responden	Item Soal <i>Self-regulated learning</i>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	4	2	4	4	5	3	4	3	4	3	5	3	5	2	5	1
2	5	2	3	4	5	3	4	4	5	4	4	3	4	2	5	2
3	5	1	4	5	5	3	4	3	5	2	5	2	5	2	5	2
4	5	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	2	4	4
5	5	2	4	5	4	3	4	3	4	3	4	2	5	2	5	2
10	5	3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3
11	5	4	5	5	5	4	3	4	5	5	5	2	5	4	5	2
12	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	1
13	5	2	3	4	5	3	2	3	5	3	5	2	5	2	5	2
14	5	1	4	5	3	1	3	1	5	2	5	3	5	1	5	4
15	5	4	5	2	4	5	3	4	5	4	5	2	4	4	4	2
16	5	3	4	4	5	3	4	2	5	2	5	2	4	5	5	3
17	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	3	5	4
18	5	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	3	4	4	5	2
19	5	2	3	5	4	2	3	1	3	2	5	3	5	1	5	2
20	5	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	5	4	5	3
21	5	1	3	5	5	4	5	5	5	5	5	2	5	2	5	3
22	4	2	3	3	5	4	3	5	2	4	5	2	4	2	5	3
23	5	3	5	4	5	4	4	4	5	3	4	2	4	3	5	3
26	5	2	4	5	5	4	4	4	5	4	4	2	4	4	5	2
27	4	1	4	5	4	3	3	2	5	2	4	2	3	1	5	3
28	5	4	3	5	5	2	4	2	5	4	5	1	5	2	4	2
29	5	2	4	4	5	3	4	2	5	4	5	2	4	4	5	3
31	5	2	2	2	2	4	5	4	5	4	5	3	4	4	5	3
32	4	3	4	5	5	3	4	3	5	2	4	4	5	4	4	5
33	5	4	4	5	5	4	4	3	3	4	5	3	3	4	5	3
34	5	3	4	5	5	3	4	4	5	3	4	2	4	5	3	5
35	5	2	4	5	5	1	4	4	5	5	5	2	5	2	5	2
36	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	5	2
7	5	2	4	5	4	3	2	4	2	4	4	2	4	1	5	1
VALIDITAS																
r hitung	0,351802	0,50706	0,36634	0,015877	0,518118	0,319887	0,407322	0,444276	0,462906	0,416535	0,147944	0,068789	0,365773	0,545366	0,36255	-0,03084
r tabel	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
keterangan	INVALID	VALID	INVALID	INVALID	INVALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	VALID	INVALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	INVALID

No.	Item Soal Self-regulated learning																
	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	
Responden																	
1	3	4	5	5	5	4	5	4	3	3	3	5	5	4	2	4	
2	2	5	4	5	5	5	3	5	2	4	4	4	3	3	3	3	
3	2	4	2	5	4	5	4	4	2	5	2	5	4	4	2	4	
4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	
5	2	3	3	5	5	3	5	3	3	4	2	5	4	5	3	5	
10	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
11	3	4	4	5	5	5	5	4	3	4	4	4	3	5	4	5	
12	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	
13	2	4	4	5	4	5	4	3	3	3	4	5	4	3	4	4	
14	1	3	2	5	4	5	5	5	1	2	2	5	3	4	1	5	
15	3	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	
16	1	3	3	5	5	4	5	4	1	4	1	3	4	2	5	5	
17	2	3	5	5	4	4	4	4	2	4	4	5	5	4	3	4	
18	3	3	3	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	
19	2	5	4	5	5	3	5	4	5	2	1	5	5	5	5	5	
20	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	
21	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	
22	4	3	3	5	5	5	3	5	2	3	4	2	2	3	4	3	
23	3	4	5	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	
27	4	2	4	5	4	5	3	4	4	2	4	4	2	2	2	2	
28	3	4	4	5	5	5	5	5	3	4	4	4	3	3	2	3	
29	2	4	4	5	4	4	5	4	3	3	4	4	3	4	3	3	
31	3	3	4	4	4	3	5	4	4	4	1	4	4	3	4	4	
32	4	4	2	5	5	5	5	5	2	5	2	5	4	4	4	3	
33	4	3	4	5	4	4	4	5	1	3	3	5	4	4	3	3	
34	4	5	5	4	4	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	5	
35	2	4	5	5	5	4	5	5	2	4	2	5	4	4	2	4	
36	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	4	
7	2	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	3	4	
VALIDITAS																	
r hitung	0,36488	0,426166	0,233953	-0,03385	0,36233	0,46522	0,250666	-0,17363	0,066951	0,539224	0,236201	0,139219	0,563744	0,42748	0,49414	0,420274	
r tabel	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	
keterangan	VALID	VALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	INVALID	INVALID	INVALID	VALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	VALID	VALID	

No.	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Responde	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	1
1	5	2	4	4	4	1	5	4	2	3	4	2
2	5	3	5	3	4	2	4	4	5	3	2	2
3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4
4	4	3	4	3	3	2	3	5	3	3	3	3
5	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2
10	5	2	4	3	3	3	4	5	3	4	4	4
11	5	4	5	4	4	2	4	4	4	1	4	4
12	5	3	5	4	4	5	2	4	3	5	4	3
13	5	4	4	5	1	1	5	1	5	1	3	1
14	4	3	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3
15	5	4	5	3	4	2	5	4	4	5	3	1
16	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2
17	5	3	4	2	4	2	3	5	3	4	5	3
18	5	4	2	1	4	1	5	5	5	1	5	1
19	4	3	4	2	4	4	3	4	2	2	2	4
20	5	3	5	3	3	1	5	5	3	3	4	3
21	4	2	3	3	2	2	4	4	3	2	4	2
22	5	3	4	4	3	3	4	4	5	4	4	2
23	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	2
26	4	2	2	2	2	1	4	4	2	2	2	2
27	4	3	3	3	3	1	5	4	5	5	4	3
28	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3
29	4	2	4	4	3	2	4	4	4	2	2	2
31	5	5	4	5	3	4	4	4	4	2	3	5
32	5	2	3	2	3	1	3	4	4	1	4	3
33	5	5	5	3	4	3	3	4	5	4	4	3
34	5	2	5	4	4	2	4	5	3	4	4	4
35	4	2	3	3	4	2	4	4	3	4	3	3
36	4	1	1	4	2	1	4	5	1	1	3	1
7												
VALIDITAS	0,410665	0,398476	0,696634	0,034105	0,6111	0,405771	-0,22253	0,353489	0,204352	0,4982	0,440832	0,504882
r hitung	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
r tabel	VALID	VALID	VALID	INVALID	VALID	VALID	INVALID	INVALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID

3.3.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil validitas butir instrumen *Self-regulated learning*, didapatkan sebanyak 40 butir yang valid dan 20 butir yang tidak valid.

3.3.3 Data Uji Coba Prokrastinasi akademik Siswa

Tabel 8. Data Uji Coba Prokrastinasi akademik Siswa

No.	Item Soal Prokrastinasi															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	2	3	3	5	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4
2	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4
3	1	3	1	4	3	3	3	4	4	3	5	3	2	3	3	2
4	2	4	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3
5	3	3	1	4	3	3	1	3	4	3	3	3	2	2	3	3
10	2	4	3	4	2	2	3	3	4	2	2	1	3	3	4	2
11	2	3	1	4	3	2	2	2	4	4	4	2	2	2	1	2
12	1	3	1	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	1
13	1	1	2	3	3	4	1	5	4	3	2	5	1	3	3	1
14	3	5	2	5	5	5	5	1	3	5	5	5	5	5	5	5
15	3	5	3	4	2	2	2	2	4	5	3	4	2	4	4	3
16	1	3	1	3	1	3	3	1	3	3	3	1	1	3	5	1
17	3	2	2	4	3	3	1	4	4	4	5	3	2	4	3	1
18	3	3	2	5	3	2	1	4	4	1	2	3	2	1	3	1
19	3	4	1	5	4	5	4	5	5	4	2	5	1	5	2	2
20	2	2	2	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3
21	1	1	1	1	3	2	1	2	5	5	5	3	2	3	1	1
22	3	4	3	4	2	3	4	4	5	3	3	4	4	5	4	2
23	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3
26	2	4	2	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2
27	3	4	4	5	2	5	3	4	5	4	3	5	4	4	3	3
28	3	2	3	5	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3
29	3	3	2	4	2	3	3	3	4	4	4	4	2	4	2	2
31	1	4	3	3	2	3	4	2	1	3	3	2	2	2	2	4
32	3	5	3	5	4	5	3	5	5	5	3	5	3	5	4	5
33	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3
34	2	3	2	4	2	3	2	3	4	3	5	3	2	2	2	2
35	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	5	3	2	3	2	1
36	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3
7	3	3	3	5	5	4	5	5	4	4	4	5	3	4	3	4
VALIDITAS																
rhitung	0,663979	0,541483	0,531102	0,618276	0,497545	0,747052	0,720839	0,382781	0,264908	0,609217	0,099501	0,689123	0,617757	0,818177	0,331114	0,712037
rtabel	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
keterangan	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	INVALID	VALID	INVALID	VALID	VALID	VALID	INVALID	VALID

No.	Item Soal Self-regulated learning																	
	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48		
Responden																		
1	3	4	5	5	5	4	5	4	3	3	3	5	5	4	2	4		
2	2	5	4	5	5	5	3	5	2	4	4	4	3	3	3	3		
3	2	4	2	5	4	4	4	4	2	5	2	5	4	4	2	4		
4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4		
5	2	3	3	5	5	3	5	3	3	4	2	5	4	5	3	5		
10	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4		
11	3	4	4	5	5	5	5	4	3	4	4	4	3	5	4	5		
12	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4		
13	2	4	4	5	4	5	4	3	3	3	4	5	4	3	4	4		
14	1	3	2	5	4	5	5	5	1	2	2	5	3	4	1	5		
15	3	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4		
16	1	3	3	5	5	4	5	4	1	4	1	3	4	2	5	5		
17	2	3	5	5	4	4	5	4	2	4	4	5	5	4	3	4		
18	3	3	3	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4		
19	2	5	4	5	5	3	5	4	5	2	1	5	5	5	5	5		
20	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4		
21	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5		
22	4	3	3	5	5	5	3	5	2	3	4	2	2	3	4	3		
23	3	4	5	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4		
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4		
27	4	2	4	5	4	5	3	4	4	2	4	4	2	2	2	2		
28	3	4	4	5	5	5	5	5	3	4	4	4	3	3	2	3		
29	2	4	4	5	4	4	5	4	3	3	4	4	3	4	3	3		
31	3	3	4	4	4	3	5	4	3	4	1	4	4	3	4	4		
32	4	4	2	5	5	5	5	5	2	5	2	5	4	4	4	3		
33	4	3	4	5	4	4	4	5	1	3	3	5	4	4	3	3		
34	4	5	5	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	3	4	5		
35	2	4	5	5	5	4	5	5	2	4	2	5	4	4	2	4		
36	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	4		
7	2	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	3	4		
VALIDITAS																		
r hitung	0,36488	0,426166	0,233953	-0,03385	0,36233	0,46522	0,250666	-0,17363	0,066951	0,539224	0,236201	0,139219	0,563744	0,42748	0,49414	0,420274		
r tabel	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361		
keterangan	VALID	VALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	INVALID	INVALID	INVALID	VALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	VALID	VALID		

No.	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Responde	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	1
1	5	2	4	4	4	1	5	4	2	3	4	2
2	5	3	5	3	4	2	4	4	5	3	2	2
3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4
4	4	3	4	3	3	2	3	5	3	3	3	3
5	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2
10	5	2	4	3	3	3	4	5	3	4	4	4
11	5	4	5	4	4	2	4	4	4	1	4	4
12	5	3	5	4	4	5	2	4	3	5	4	3
13	5	4	4	5	1	1	5	1	5	1	3	1
14	4	3	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3
15	5	4	5	3	4	2	5	4	4	5	3	1
16	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2
17	5	3	4	2	4	2	3	5	3	4	5	3
18	5	4	2	1	4	1	5	5	5	1	5	1
19	4	3	4	2	4	4	3	4	2	2	2	4
20	5	3	5	3	3	1	5	5	3	3	4	3
21	4	2	3	3	2	2	4	4	3	2	4	2
22	5	3	4	4	3	3	4	4	5	4	4	2
23	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	2
26	4	2	2	2	2	1	4	4	2	2	2	2
27	4	3	3	3	3	1	5	4	5	5	4	3
28	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3
29	4	2	4	4	3	2	4	4	4	2	2	2
31	5	5	4	5	3	4	4	4	4	2	3	5
32	5	2	3	2	3	1	3	4	4	1	4	3
33	5	5	5	3	4	3	3	4	5	4	4	3
34	5	2	5	4	4	2	4	5	3	4	4	4
35	4	2	3	3	4	2	4	4	3	4	3	3
36	4	1	1	4	2	1	4	5	1	1	3	1
7												
VALIDITAS	0,410665	0,398476	0,696634	0,034105	0,6111	0,405771	-0,22253	0,353489	0,204352	0,4982	0,440832	0,504882
r hitung	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
r tabel	VALID	VALID	VALID	INVALID	VALID	VALID	INVALID	INVALID	INVALID	VALID	VALID	VALID

3.3.4 Kesimpulan

Berdasarkan hasil validitas butir instrumen Prokrastinasi akademik, didapatkan sebanyak 24 butir yang valid dan 8 butir yang tidak valid.

Lampiran 4. Perhitungan Reliabilitas

4.1 Reliabilitas *Self-regulated learning* Siswa

A. Data

$$K = 40$$

$$\sum Si = 48,44$$

$$N = 31$$

$$St = 345,04$$

A. Perhitungan

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right) \left(1 - \frac{\sum Si}{St}\right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{40}{39}\right) \left(1 - \frac{48,44}{345,04}\right)$$

$$r_{11} = (1,03)(0,86)$$

$$r_{11} = 0,88$$

Setelah nilai koefisien reliabilitas didapat, maka dihitung interpretasi koefisien reliabilitas instrumen, sebagai berikut:

$$r_{11}^2 \times 100\% = (0,88)^2 \times 100\%$$

$$= 0,79 \times 100\%$$

$$= 79\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,88 yang memiliki interpretasi sebesar 0,79 artinya 79% responden menyatakan bahwa instrumen *Self-regulated learning* siswa dapat dipercaya.

4.2 Reliabilitas Prokrastinasi akademik Siswa

A. Data

K	= 24	$\sum Si$	= 22,76
N	= 31	St	=199,4

B. Perhitungan

Koefisien reliabilitas uji coba instrumen Prokrastinasi akademik siswa diperoleh dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right) \left(1 - \frac{\sum Si}{St}\right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{24}{23}\right) \left(1 - \frac{22,76}{199,4}\right)$$

$$r_{11} = (1,03)(0,89)$$

$$r_{11} = 0,91$$

Setelah nilai koefisien reliabilitas didapat, maka dihitung interpretasi koefisien reliabilitas instrumen, sebagai berikut:

$$r_{11}^2 \times 100\% = (0,91)^2 \times 100\%$$

$$= 0,82 \times 100\%$$

$$= 81,9\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,91 yang memiliki interpretasi sebesar 0,819 artinya 81,9% responden menyatakan bahwa instrumen Prokrastinasi akademik siswa dapat dipercaya.

Lampiran 5. Standar Error Sampel Penelitian

Standar error sampel penelitian dihitung dengan menggunakan Mc Clave, yakni:

$$SE = \frac{S_x}{\sqrt{n}}$$

Keterangan:

SE = standar error

S_x = simpangan baku prokrastinasi akademik siswa

N = jumlah sampel penelitian

$$SE = \frac{S_x}{\sqrt{n}}$$
$$SE = \frac{1,029}{\sqrt{54}}$$

$$SE = 0,15$$

Perhitungan tersebut menunjukkan bahwa $SE < 1$, yakni sebesar 0,15.

Berarti sampel penelitian sudah dapat dikatakan representatif.

Lampiran 6. Skor dan Perhitungan Distribusi Frekuensi

6.1 Rekapitulasi Skor *Self-regulated learning* siswa dan Prokrastinasi akademik Siswa

Tabel 9. Skor *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi akademik Siswa

Upper group			Lower group		
No Responden	Skor SRL	Skor Prokrastinasi	No Responden	Skor SRL	Skor Prokrastinasi
11	179	61	42	129	74
67	170	59	53	129	76
20	168	46	54	128	75
34	167	51	95	128	72
36	165	77	63	127	93
68	163	63	64	127	76
9	162	67	8	126	91
16	162	60	72	126	79
38	162	52	32	125	83
93	162	61	69	125	71
39	158	57	2	124	86
29	157	69	14	124	90
75	157	75	61	124	87
85	157	57	71	124	84
44	156	56	57	123	82
51	155	61	76	123	78
59	155	54	79	123	82
87	155	76	43	122	80
19	154	63	52	121	77
46	154	56	33	120	80
12	153	78	47	120	84
56	152	67	92	119	68
18	151	78	27	118	84
35	151	64	4	115	81
37	151	63	31	114	78
55	150	68	60	109	81
74	150	65	58	107	93

Menentukan kategori *SRL* yang dimiliki siswa dengan menggunakan *upper group* dan *lower group*. Berdasarkan kedudukannya, skor *Self-regulated learning* tinggi (A1) dengan proporsi 27% dijadikan sebagai *upper*

group (nilai atas) sebanyak 27 siswa dan *Self-regulated learning* rendah (A2) dengan proporsi 27% dijadikan sebagai *lower group* (nilai bawah) sebanyak 27 siswa.

6.2 Perhitungan Distribusi Frekuensi

6.2.1 Distribusi Frekuensi Skor *Self-regulated learning* Siswa

1. Menentukan Rentang Nilai
 $R = \text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah}$
 $= 179 - 107$
 $= 72$
2. Banyaknya Kelas Interval
 $K = 1 + 3,3 \log n$
 $= 1 + 3,3 \log 54$
 $= 1 + 3,3 (1,73)$
 $= 1 + 5,72$
 $= 6,72 \approx 7$
3. Panjang Interval Kelas
 $P = \text{Rentang} : \text{Banyak Interval kelas}$
 $= 72 : 6,72$
 $= 10,7 \approx 11$

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Skor *Self-regulated learning* Siswa

kelas	interval	batas bawah	batas atas	f mutlak	f relatif
1	107-117	106,5	117,5	4	7,41
2	118-128	117,5	128,5	21	38,89
3	129-139	128,5	139,5	2	3,70
4	140-150	139,5	150,5	2	3,70
5	151-161	150,5	161,5	15	27,78
6	162-172	161,5	172,5	9	16,67
7	173-183	172,5	183,5	1	1,85

6.2.2 Distribusi Frekuensi Skor siswa dengan *Self-regulated learning*

tinggi

1. Menentukan Rentang Nilai

$$R = \text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah}$$

$$= 179 - 150$$

$$= 29$$
2. Banyaknya Kelas Interval

$$K = 1 + 3,3 \log n$$

$$= 1 + 3,3 \log 54$$

$$= 1 + 3,3 (1,43)$$

$$= 1 + 4,72$$

$$= 5,72 \approx 6$$
3. Panjang Interval Kelas

$$P = \text{Rentang} : \text{Banyak Interval kelas}$$

$$= 29 : 6,72$$

$$= 5,06 \approx 5$$

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Skor siswa dengan *Self-regulated learning*

tinggi

kelas	interval	batas bawah	batas atas	f mutlak	f relatif
1	150-154	149,5	154,5	9	33,33
2	155-159	154,5	159,5	8	29,63
3	160-164	159,5	164,5	5	18,52
4	165-169	164,5	169,5	3	11,11
5	170-174	169,5	174,5	1	3,70
6	175-179	174,5	179,5	1	3,70

6.2.3 Distribusi Frekuensi Skor siswa dengan *Self-regulated learning*

rendah

1. Menentukan Rentang Nilai

$$R = \text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah}$$

$$= 129 - 107$$

$$= 29$$
2. Banyaknya Kelas Interval

$$K = 1 + 3,3 \log n$$

$$= 1 + 3,3 \log 27$$

$$= 1 + 3,3 (1,43)$$

$$\begin{aligned}
 &= 1 + 4,72 \\
 &= 5,72 \approx 6 \\
 \text{3. Panjang Interval Kelas} \\
 P &= \text{Rentang} : \text{Banyak Interval kelas} \\
 &= 29 : 5,72 \\
 &= 3,84 \approx 4
 \end{aligned}$$

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Skor siswa dengan *Self-regulated learning*

rendah

kelas	interval	batas bawah	batas atas	f mutlak	f relatif
1	107-110	106,5	110,5	2	7,41
2	111-114	110,5	114,5	1	3,70
3	115-118	114,5	118,5	2	7,41
4	119-122	118,5	122,5	5	18,52
5	123-126	122,5	126,5	11	40,74
6	127-130	126,5	130,5	6	22,22

6.2.4 Distribusi Frekuensi Skor Prokrastinasi akademik

1. Menentukan Rentang Nilai

$$\begin{aligned}
 R &= \text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah} \\
 &= 93 - 46 \\
 &= 47
 \end{aligned}$$
2. Banyaknya Kelas Interval

$$\begin{aligned}
 K &= 1 + 3,3 \log n \\
 &= 1 + 3,3 \log 54 \\
 &= 1 + 3,3 (1,73) \\
 &= 1 + 5,72 \\
 &= 6,72 \approx 7
 \end{aligned}$$
4. Panjang Interval Kelas

$$\begin{aligned}
 P &= \text{Rentang} : \text{Banyak Interval kelas} \\
 &= 47 : 6,72 \\
 &= 6,99 \approx 7
 \end{aligned}$$

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi akademik siswa

Kelas	interval	batas bawah	batas atas	f mutlak	f relatif
1	46-52	45,5	52,5	3	5,56
2	53-59	52,5	59,5	6	11,11
3	60-67	59,5	67,5	11	20,37
4	68-74	67,5	74,5	6	11,11
5	75-81	74,5	81,5	16	29,63
6	82-88	81,5	88,5	8	14,81
7	89-95	88,5	95,5	4	7,41

6.2.5 Distribusi Frekuensi Skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* tinggi

1. Menentukan Rentang Nilai

$$\begin{aligned} R &= \text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah} \\ &= 78 - 46 \\ &= 32 \end{aligned}$$

2. Banyaknya Kelas Interval

$$\begin{aligned} K &= 1 + 3,3 \log n \\ &= 1 + 3,3 \log 27 \\ &= 1 + 3,3 (1,73) \\ &= 1 + 4,72 \\ &= 5,72 \approx 6 \end{aligned}$$

3. Panjang Interval Kelas

$$\begin{aligned} P &= \text{Rentang} : \text{Banyak Interval kelas} \\ &= 32 : 6,72 \\ &= 5,59 \approx 6 \end{aligned}$$

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi akademik siswa *Self-regulated learning* tinggi

Kelas	interval	batas bawah	batas atas	f mutlak	f relatif
1	46-51	45,5	51,5	2	7,41
2	52-57	51,5	57,5	6	22,22
3	58-63	57,5	63,5	8	29,63
4	64-69	63,5	69,5	6	22,22
5	70-75	69,5	75,5	1	3,70
6	76-81	75,5	81,5	4	14,81

6.2.6 Distribusi Frekuensi Skor Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah

1. Menentukan Rentang Nilai

$$\begin{aligned} R &= \text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah} \\ &= 93-68 \\ &= 25 \end{aligned}$$

2. Banyaknya Kelas Interval

$$\begin{aligned} K &= 1 + 3,3 \log n \\ &= 1 + 3,3 \log 27 \\ &= 1 + 3,3 (1,73) \\ &= 1 + 4,72 \\ &= 5,72 \approx 6 \end{aligned}$$

3. Panjang Interval Kelas

$$\begin{aligned} P &= \text{Rentang} : \text{Banyak Interval kelas} \\ &= 25 : 6,72 \\ &= 4,3 \approx 5 \end{aligned}$$

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi akademik siswa *Self-regulated learning* rendah

Kelas	interval	batas bawah	batas atas	f mutlak	f relatif
1	68-72	67,5	72,5	3	11,11
2	73-77	72,5	77,5	5	18,52
3	78-82	77,5	82,5	9	33,33
4	83-87	82,5	87,5	6	22,22
5	88-92	87,5	92,5	2	7,41
6	93-97	92,5	97,5	2	7,41

Lampiran 7. Persentase Skor Indikator Berdasarkan Instrumen *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi akademik.

Persentase skor per indikator instrumen *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi akademik diperoleh dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Presentase skor} = \left(\frac{\text{Jumlah skor total}}{\text{Skor maksimal}} \right) \times 100\%$$

Tabel 16. Persentase Skor Indikator Berdasarkan Instrumen *Self-regulated learning*

No.	Indikator	Pernyataan	Presentase skor (%)
1.	<i>Goal-setting and planning</i>	13,15,25,33,37,51	78,03
2.	<i>Self-evaluating</i>	22,26,42	71,13
3.	<i>Organizing and transforming</i>	9,50,557	65,8
4.	<i>Seeking information</i>	7,8,45,47	65,9
5.	<i>Keeping records and monitoring</i>	27,28,38,46,48,59	54,1
6.	<i>Environment structuring</i>	21,23,24,49,58	77,88
7.	<i>Self-consequating</i>	18,19,20	71,86
8.	<i>Rehearsing and memorizing</i>	3,53	69,2
9-11.	<i>Seeking social assistance</i>	10, 34,54	56,73
12-14.	<i>Reviewing records</i>	2,5,14,17,31	64,88

Tabel 17. Persentase Skor Indikator Berdasarkan Instrumen Prokrastinasi akademik.

Persentase Skor Indikator Berdasarkan Instrumen Prokrastinasi akademik Siswa Kelompok X₁ (*Self-regulated learning* tinggi)

No.	Indikator	Nomor Butir	Skor indikator (%)
1.	penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik	1,5,6,8,12,26	60,6%
2.	keterlambatan mengumpulkan tugas akademik	2,16,24,30,31	54,8%
3.	kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja	3,10,13,14,22,23,28	52,1%
4.	kecenderungan melakukan aktivitas lain	4,7,17,18,27,32	56,3%

Persentase Skor Indikator Berdasarkan Instrumen Prokrastinasi akademik Siswa Kelompok X₂ (*Self-regulated learning* rendah)

No.	Indikator	Nomor Butir	Skor indikator (%)
1.	penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik	1,5,6,8,12,26	66,3%.
2.	keterlambatan mengumpulkan tugas akademik	2,16,24,30,31	68,4%
3.	kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja	3,10,13,14,22,23,28	65,8%
4.	kecenderungan melakukan aktivitas lain	4,7,17,18,27,32	69%

Lampiran 8. Uji Normalitas Skor Prokrastinasi akademik Siswa

8.1 Uji Normalitas Skor Prokrastinasi akademik Siswa yang Memiliki *Self-regulated learning* tinggi

8.1.1 Hipotesis Statistik

H_0 : Data berasal dari populasi yang terdistribusi normal

H_1 : Data berasal dari populasi yang terdistribusi tidak normal

8.1.2 Kriteria Pengujian

Terima H_0 , jika $a_{maks} < D_{tabel}$

Tolak H_0 , jika $a_{maks} > D_{tabel}$

8.1.3 Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah diperoleh, nilai $a_{maks} < D_{tabel}$, yakni $0,103 < 0,254$, maka terima H_0 yang artinya data skor Skor Prokrastinasi akademik Siswa yang Memiliki *Self-regulated learning* tinggi berasal dari populasi berdistribusi normal.

8.2 Uji Normalitas Skor Prokrastinasi akademik Siswa yang Memiliki *Self-regulated learning* rendah

8.2.1 Hipotesis Statistik

H_0 : Data berasal dari populasi yang terdistribusi normal

H_1 : Data berasal dari populasi yang terdistribusi tidak normal

8.2.2 Kriteria Pengujian

Terima H_0 , jika $a_{maks} < D_{tabel}$

Tolak H_0 , jika $a_{maks} > D_{tabel}$

Tabel 19. Uji Normalitas dengan *Kolmogorof-Smirnov* Data Skor Skor Prokrastinasi akademik Siswa yang Memiliki *Self-regulated learning* rendah

X	F	P	KP	Zx	Z tabel	a1	a2	a1	a2
68	1	0,04	0,04	-2,00	0,0228	-0,0228	0,01	0,022841	0,014196
71	1	0,04	0,07	-1,53	0,0625	-0,0254	0,01	0,025414	0,011623
72	1	0,04	0,11	-1,38	0,0838	-0,0097	0,03	0,009731	0,027306
74	1	0,04	0,15	-1,07	0,1421	-0,0310	0,01	0,031034	0,006003
75	1	0,04	0,19	-0,92	0,1798	-0,0317	0,01	0,031651	0,005386
76	1	0,04	0,22	-0,76	0,2232	-0,0380	0,00	0,037984	0,000947
76	1	0,04	0,26	-0,76	0,2232	-0,0009	0,04	0,000947	0,03609
77	1	0,04	0,30	-0,61	0,2719	-0,0127	0,02	0,012687	0,02435
78	1	0,04	0,33	-0,45	0,3255	-0,0292	0,01	0,029216	0,007821
78	1	0,04	0,37	-0,45	0,3255	0,0078	0,04	0,007821	0,044858
79	1	0,04	0,41	-0,30	0,3829	-0,0126	0,02	0,012579	0,024458
80	1	0,04	0,44	-0,14	0,4431	-0,0357	0,00	0,03568	0,001357
80	1	0,04	0,48	-0,14	0,4431	0,0014	0,04	0,001357	0,038394
81	1	0,04	0,52	0,01	0,5046	-0,0231	0,01	0,023087	0,01395
81	1	0,04	0,56	0,01	0,5046	0,0140	0,05	0,01395	0,050987
82	1	0,04	0,59	0,17	0,5659	-0,0104	0,03	0,010385	0,026652
82	1	0,04	0,63	0,17	0,5659	0,0267	0,06	0,026652	0,063689
83	1	0,04	0,67	0,32	0,6258	0,0039	0,04	0,003869	0,040906
84	1	0,04	0,70	0,48	0,6827	-0,0160	0,02	0,016027	0,02101
84	1	0,04	0,74	0,48	0,6827	0,0210	0,06	0,02101	0,058047
84	1	0,04	0,78	0,48	0,6827	0,0580	0,10	0,058047	0,095085
86	1	0,04	0,81	0,78	0,7836	-0,0058	0,03	0,005831	0,031206
87	1	0,04	0,85	0,94	0,8261	-0,0113	0,03	0,011329	0,025708
90	1	0,04	0,89	1,40	0,9197	-0,0678	-0,03	0,067814	0,030777
91	1	0,04	0,93	1,56	0,9403	-0,0514	-0,01	0,051426	0,014389
93	1	0,04	0,96	1,87	0,9690	-0,0431	-0,01	0,043097	0,00606
93	1	0,04	1,00	1,87	0,9690	-0,0061	0,03	0,00606	0,030977
MEAN	80,92593								
SIMPANGAN BAKU	6,46842								
a maks	0,095085								
D tabel	0,254								

8.2.3 Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah diperoleh, nilai $a_{maks} < D_{tabel}$, yakni $0,103 < 0,254$, maka terima H_0 yang artinya data skor Skor Prokrastinasi akademik Siswa yang memiliki *Self-regulated learning* rendah berasal dari populasi berdistribusi normal.

Lampiran 9. Uji Homogenitas Skor Prokrastinasi akademik terhadap *self-regulated learning*

9.1 Hipotesis Statistik

H_0 : Varians data homogen

H_1 : varians data heterogen

9.2 Kriteria Pengujian

Terima H_0 , jika $F_{hitung} < F_{tabel}$

Tolak H_0 , jika $F_{hitung} > F_{tabel}$

Tabel 20. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas dengan Uji F

Varians		F_{hitung}	F_{tabel}	Keterangan
<i>Upper Group</i>	<i>Lower Group</i>			
73,02	41,84	1,74	1,92	Homogen

9.3 Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah diperoleh, nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$, yakni $1,74 < 1,92$ pada $\alpha = 0,05$, maka terima H_0 yang artinya varian data homogen.

Lampiran 10. Pengujian Hipotesis Pengaruh *Self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik siswa

10.1 Hipotesis

$$H_0: \mu_{A1} - \mu_{A2} = 0$$

$$H_1: \mu_{A1} - \mu_{A2} \neq 0$$

Keterangan:

$\mu_{A1} - \mu_{A2}$: Selisih rata-rata antara Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning tinggi* dengan *self-regulated learning rendah*.

10.2 Data Sampel

$$n_x = 27$$

$$n_y = 27$$

$$\bar{x} = 63,11$$

$$\bar{y} = 80,92$$

$$S_x = 8,54$$

$$S_y = 6,46$$

10.3 = Distribusi Sampling

$$\begin{aligned} \sigma_{x-y} &= \sqrt{\frac{(n_x-1) S_x^2 + (n_y-1) S_y^2}{(n_x-1)(n_y-1)}} \sqrt{\frac{1}{n_x} + \frac{1}{n_y}} \\ &= \sqrt{\frac{(26) 73,02 + (26) 41,84}{(26)(26)}} \sqrt{\frac{1}{27} + \frac{1}{27}} \\ &= 2,06 \end{aligned}$$

10.4 Kriteria Pengujian

Terima H_0 , jika $t_{hitung} = t_{tabel}$

Tolak H_0 , jika $t_{hitung} < t_{tabel}$

10.5 Hasil Perhitungan

10.6 Hasil Perhitungan

$$\begin{aligned}t_{hitung} &= \frac{(\bar{X}-\bar{Y})-0}{\sigma_{x-y}} \\ &= \frac{(63,11-80,92)-0}{2,06} \\ &= -8,645\end{aligned}$$

10.7 Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah diperoleh, nilai $-t_{hitung} < -t_{tabel}$, yakni $-8,64 < -2,001$ pada $\alpha = 0,05$, maka tolak H_0 yang artinya terdapat perbedaan antara Prokrastinasi akademik siswa yang memiliki *Self-regulated learning tinggi* dengan *Self-regulated learning rendah*.

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Laras Kurnia Fajarwati
No. Registrasi : 3415130995
Program Studi : Pendidikan Biologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**PENGARUH SELF-REGULATED LEARNING TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI JAKARTA PADA MATA PELAJARAN BIOLOGI**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juni 2017.
2. Bukan merupakan duplikat skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, Juni 2017

Yang Membuat Pernyataan





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 16 JAKARTA

Jalan Belibis Terusan No.16, Telepon 021-5320137 Fax.021-53652141
Palmerah, Jakarta Barat 11480

Website: www.sman16jkt.Sch.id Email sman16jkt@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 310 / -1. 851.65

Berdasarkan surat dari Universitas Negeri Jakarta Nomor 563/6.FMIPA/DT/2017 tanggal 20 April 2017 Perihal Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian, dengan ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 16 Jakarta, menerangkan bahwa :

Nama	: LARAS KURNIA
No Registrasi	: 3415131014
Program Studi	: Pendidikan Biologi
Jenjang	: Strata Satu (S1)

Nama tersebut di atas telah melakukan penelitian di SMA Negeri 16 Jakarta pada tanggal 14 s.d 17 Mei 2017 dalam rangka menyusun skripsi dengan judul "Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri Jakarta pada Mata Pelajaran Biologi".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk diketahui dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

22 Mei 2017
Kepala SMA Negeri 16 Jakarta

SMA Negeri 16 Jakarta
DINAS PENDIDIKAN
Sariaman Sitanggung, MM
NIP. 196406101993021001

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
 FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
 Kampus B, Jl. Pemuda No. 10 Rawamangun Jakarta 13220
 Telepon : (021) 4894909 Fax. : (021) 4894909 E-mail : dekanfmipa@unj.ac.id



Leading
Future
Leaders

No : 563/6.FMIPA/DT/2017
 Hal : Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian

20 April 2017

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala SMA Negeri 16 Jakarta
 Jl. Belibis Terusan No.16 Rt.07 Rw.02 Palmerah
 Jakarta - Barat
 di tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Institusi kami maka dengan ini kami memohon kepada Bapak/Ibu Kepala SMA Negeri 16 Jakarta, untuk memberi kesempatan kepada mahasiswa kami atas nama :

No	Nama	No.Reg	Judul
1.	Laras Kurnia	3415131014	Pengaruh <i>Self-Regulated Learning</i> terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri Jakarta pada Mata Pelajaran Biologi

Untuk melaksanakan penelitian agar mendapatkan kompetensi yang harus dimiliki sebagai Sarjana nantinya. Adapun observasi penelitian tersebut akan dilaksanakan pada bulan Mei 2017.

Merupakan suatu kehormatan bagi kami atas kesempatan yang diberikan semoga hal ini bisa memberikan manfaat bagi kedua pihak.

Demikian permohonan ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Muktiningsih, M.Si.
 NIP. 196405111989032001

Tembusan:

1. Dekan
2. Koordinator Program Studi Pendidikan Biologi
3. Kasubag Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni
4. Mahasiswa ybs.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Laras Kurnia lahir di Tangerang selatan, 30 Juni 1995, anak tunggal dari Bapak Nasik dan Ibu Ida Farida. Bertempat tinggal di Jalan Haji Biru no. 09 RT/RW 02/002, Kelurahan Pondok Aren, Kecamatan Pondok Aren, Tangerang Selatan.

Riwayat Pendidikan:

Pendidikan formal dimulai di TK MUMA (2000-2001), kemudian melanjutkan sekolah di SD Negeri 02 Pondok Aren (2001-2007), melanjutkan di SMP An-nisaa' (2007-2010), melanjutkan sekolah di SMA Negeri 90 Jakarta (2010-2013). Kemudian menyelesaikan perguruan tinggi di Universitas Negeri Jakarta pada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, program studi Pendidikan Biologi (2013-2017).

Pengalaman Penelitian:

Mengikuti kegiatan Cakrawala Biologi (CABI) di Sukamantri, Bogor (2013); serta pengalaman Kuliah Kerja Lapangan di Taman Wisata Alam Pangandaran (2016).