

Hubungan *Self-Directed Learning* dengan prokrastinasi akademik dan jumlah target hafalan

Farah Shabrina & Zahrina Mardhiyah*

Psikologi, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

*zahrina.mardhiyah@staff.uns.ac.id

Abstract

One of the factors of academic procrastination is self-directed learning (SDL), namely the individual's ability to build initiative and be responsible for the learning they have chosen. This research is a cross-sectional study, aiming to determine the relationship between SDL and academic procrastination in memorizing the Al-Quran with a quantitative approach using cluster random sampling on 94 class XII female students. Data collection used a Likert scale for academic procrastination (α 0.897; 32 items) and SDL (α 0.802; 13 items). The results of the research show that there is a relatively strong relationship between academic procrastination and self-directed learning (p 0.000<0.05; r_{xy} -0.665), which means that the higher the SDL, the lower the level of academic procrastination. Vice versa. Self-directed learning can encourage individuals to become more motivated, and skilled at managing and evaluating themselves so that it tends to minimize the emergence of academic procrastination. This research implies that students can think critically, and independently in developing and implementing appropriate learning strategies, are disciplined, and are enthusiastic about showing their best academic achievements.

Keywords: academic procrastination; senior high school education; self-directed learning.

Abstrak

Salah satu faktor prokrastinasi akademik adalah *self-directed learning* (SDL), yaitu kemampuan individu untuk membangun inisiatif dan bertanggungjawab atas pembelajaran yang telah dipilihnya. Penelitian ini merupakan *cross sectional study*, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara SDL dengan prokrastinasi akademik hafalan Al-Quran dengan pendekatan kuantitatif menggunakan *cluster random sampling* pada 94 siswi kelas XII. Pengumpulan data menggunakan skala *Likert* untuk prokrastinasi akademik (α 0.897; 32 items) dan SDL (α 0.802; 13 items). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan kekuatan yang tergolong kuat antara prokrastinasi akademik dengan *self-directed learning* (p 0.000<0.05; r_{xy} -0.665), yang berarti bahwa semakin tinggi SDL maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Begitu pun sebaliknya. *Self-directed learning* mampu mendorong individu menjadi lebih termotivasi, terampil mengelola dan evaluasi diri sehingga cenderung meminimalisasi munculnya prokrastinasi akademik. Implikasi penelitian ini adalah siswa mampu berpikir kritis, mandiri dalam menyusun dan menerapkan strategi belajar yang tepat, disiplin, serta bersemangat menunjukkan prestasi akademik terbaiknya.

Kata kunci : kemandirian belajar; pendidikan; prokrastinasi akademik; SMA; *self-directed learning*.

Diserahkan: 24-11-2023 **Disetujui:** 25-04-2024 **Dipublikasikan:** 29-04-2024

Kutipan: Mardhiyah, & Sabrina, F. (2024). Hubungan Self-Directed Learning dengan prokrastinasi akademik dan jumlah target hafalan. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 13(2), 69-85.
<https://doi.org/10.32832/tadibuna.v13i2.15486>

I. Pendahuluan

Pendidikan merupakan bentuk pemeliharaan berupa pemberian arahan dan tuntunan atas kemampuan berpikir, mental serta spiritual siswa dapat mengalami peningkatan kualitas di segala aspek kehidupannya (Syafe'i, 2015). Menurut Santrock (2015; Beck, 2016; Eggen & Kauchak, 2012), bahwa pendidikan didefinisikan sebagai proses perubahan perilaku, pengetahuan, keahlian, atau nilai dengan disengaja dan secara sistematis melalui interaksi dengan lingkungan. Pendidikan diberikan dengan metode yang beragam tergantung kebijakan dan budaya setiap sekolah. Penerapan metode yang beragam seperti metode belajar satu arah yaitu ceramah, metode belajar dua arah yang melibatkan partisipasi siswa, atau praktikum dipengaruhi oleh visi dan misi antar sekolah yang berbeda sehingga terdapat pula perbedaan kebijakan dalam menetapkan target kompetensi siswa lulusannya.

Kebijakan akan dapat terimplementasi dengan baik jika aspek disposisi atau sikap pelaksana juga mendukung dan memberi teladan yang tepat (Desrinelti, dkk., 2021). Disposisi merupakan sifat yang dimiliki oleh pelaksana kebijakan. Sikap pelaksana yang baik dapat mendukung keberhasilan proses dan hasil kebijakan. Sebaliknya, sikap pelaksana yang tidak baik cenderung menjadi hambatan tidak tercapai target dari kebijakan yang ditetapkan. Contoh sikap tersebut adalah apabila siswa mampu menyelesaikan tugas maka akan terwujud prestasi akademik namun bila siswa bersikap menunda-nunda menyelesaikan tugas atau disebut dengan prokrastinasi akademik, menghindari mata pelajaran tertentu, tidak berkonsentrasi pada tugas-tugas sekolah maka akan terjadi penurunan pada indikator keberhasilan belajar di sekolah, menghambat prestasi akademik, dan penurunan kualitas pendidikan di ranah nasional.

Fenomena yang berkaitan dengan pelaksanaan kebijakan yang tidak sesuai harapan karena sikap prokrastinasi akademik ditemukan pada salah satu mata pelajaran yang digadang menjadi keunggulan di SMA Islam Terpadu X yaitu pelajaran Ilmu Al-Quran. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang disengaja dalam memulai atau menyelesaikan tugas karena alasan yang tidak rasional seperti menganggap tugas terlalu sulit, menganggap tidak mampu menyelesaikan tugas sehingga menimbulkan efek yang buruk seperti memprioritaskan kegiatan lain di luar akademik yang lebih menarik sehingga tugas-tugas akademik semakin terbengkalai dan terlambat dalam penyelesaiannya (Handayani, 2019; Lubis, 2021; Nurjan, 2020; Steel & Klingsieck, 2016; Zacks & Hen, 2018). Macam-macam aktivitas yang sering ditunda oleh siswa adalah tugas menulis, membaca, belajar untuk penilaian akhir, mengurus administrasi, menghadiri suatu acara, dan tugas akademik secara keseluruhan (Santika & Sawitri, 2016).

Prokrastinasi akademik memberikan dampak negatif seperti kehilangan peluang untuk memperdalam pemahaman suatu topik, merasa lesu, merasa lelah secara fisik, tekanan psikologis, kurang sejahtera, mencapai hasil akademik yang buruk, merasa

menyesal, serta menghindari ikatan sosial (Kim & Seo, 2015; Krause & Freund, 2014; Munawaroh, dkk., 2017). Dampak negatif dari prokrastinasi akademik yang dibiarkan secara terus menerus akan mengganggu proses akademik pada siswa, maka diperlukan kemampuan yang dapat menurunkan dampak negatif prokrastinasi melalui keterampilan dalam mengontrol diri, melakukan manajemen waktu, dan memiliki motivasi yang kuat (Adam & Hasbullah, 2019; Handayani, 2019; Yandri, dkk., 2021). Aspek-aspek tersebut dikenal dengan belajar mandiri atau *self-directed learning*.

Self-directed learning (SDL) adalah kemampuan individu untuk membangun inisiatif dan bertanggung jawab dalam pembelajaran yang dikehendaki atau dibutuhkan (Knowles, 1975; Mulube, 2014). Individu berperan aktif dalam menentukan pilihan sedangkan guru berperan sebagai fasilitator pembelajaran (Loeng, 2020). Perencanaan dalam belajar mandiri terdiri dari mendiagnosis kebutuhan, menganalisis keterampilan saat ini, merumuskan tujuan, dan menentukan perencanaan yang harus dilakukan (Rachmawati, 2010; Vu & Shah, 2016).

Individu yang mempunyai SDL tinggi atau dapat dikatakan mempunyai kemandirian dalam belajar menunjukkan tidak adanya ketergantungan terhadap orang lain dalam proses belajar (Setyawati, 2015). *Self-directed learning* terbentuk dari tiga aspek di antaranya manajemen diri, monitoring diri, dan motivasi (Mukminan, dkk., 2013; Rachmawati, 2010; Zhu, dkk., 2020).

Aspek-aspek tersebut mampu mengarahkan atensi, sikap, dan tindakan individu sehingga mampu memotivasi dalam mengerjakan tugas sebelum waktu pengumpulan atau tidak menunda-nunda tugas yang sudah diberikan. Aspek-aspek yang terdapat di *self-directed learning* memiliki hubungan dengan faktor prokrastinasi akademik yaitu kemampuan diri dalam manajemen waktu. Individu yang tidak mampu mengatur waktu cenderung untuk menunda memulai atau menyelesaikan tugas (Mediastuti & Nurhadianti, 2022).

Penelitian terdahulu dilakukan oleh Faizah (2016) kepada mahasiswa fakultas Kedokteran di Universitas Negeri di Pulau Jawa, menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif namun tidak signifikan antara *self-directed readiness learning* dengan prokrastinasi akademik ($r_{xy} = -0.37$, $p < 0.05$). Penelitian lain, menunjukkan adanya korelasi negatif antara prokrastinasi akademik dengan *self-directed learning* pada siswa kelas X IPA di SMA Negeri 7 Medan ($r_{xy} = -0.555$, $p < 0.05$) (Halawa, 2020).

Penelitian terakhir yang ditemukan, dilakukan oleh Lubis (2021) kepada mahasiswa dengan mata kuliah skripsi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri di Malang ($r_{xy} = -0.553$, $p < 0.05$). Berdasarkan revidu penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kedua variabel cukup menarik untuk diteliti kembali, mengingat pada penelitian sebelumnya dilakukan pada

setting yang lebih umum, bukan sekolah menengah atas yang berbasis keagamaan yang konon memiliki budaya sekolah yang lebih kuat untuk menunjang tercapainya keunggulan sekolah tersebut, yakni hafalan Al-Qur'an.

Selain itu, penelitian terhadap *SDL* dan prokrastinasi akademik penting untuk dilakukan karena terdapat beberapa pertimbangan dan kebaruan di antaranya: (1) belum ditemukan penelitian yang mengangkat tema tersebut dengan subjek khusus putri yang berasal dari tingkat Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu (SMAIT) dan mengangkat objek prokrastinasi akademik tentang tugas menghafal Al-Quran, (2) belum pernah ada penelitian yang menggunakan teknik *cluster random sampling*, penelitian terdahulu menggunakan teknik *simple random sampling*. Keunggulan pada metode *cluster random sampling* karena sampel terdiri dari beberapa kelas sehingga lebih tepat bila menggunakan metode tersebut, di mana pengacakan dilakukan bukan pada individu pesertanya tetapi lebih pada *cluster* yang dianggap lebih mewakili populasi. (3) belum pernah ada penelitian yang meninjau korelasi antara target hafalan Al-Quran yang ditetapkan siswa dengan prokrastinasi akademik dan *self-directed learning*. (4) Penelitian-penelitian terdahulu masih sedikit yang mengangkat topik *self-directed learning* sebagai faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Selain itu penelitian terdahulu dilakukan saat kegiatan belajar mengajar dilakukan secara dalam jaringan dan di masa pandemi Covid-19 sehingga perlu diteliti dengan situasi kegiatan belajar mengajar secara tatap muka (Halawa, 2020; Lubis, 2021). Oleh karena itu, penelitian korelasional mengenai *SDL* dengan prokrastinasi akademik dan jumlah target hafalan Al-Qur'an penting untuk diteliti kembali.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah dijabarkan, adanya *gap analysis*, dan kebaruan dari penelitian ini maka penting untuk melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik serta rumusan masalah berupa "apakah ada hubungan antara *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik?".

II. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMAIT Nur Hidayah Kartasura yang merupakan salah satu sekolah menengah atas di daerah Kartasura, Jawa Tengah. Walaupun sekolah ini unggul di bidang Ilmu Al-Quran dan seimbang dengan ilmu sains juga beragam prestasi yang diperoleh namun tetap ditemukan masalah terkait sebuah perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi di sekolah tersebut sehingga peneliti meyakini bahwa siswi di sekolah ini dapat menjadi subjek yang tepat untuk penelitian ini.

Subjek yang diteliti adalah siswa kelas XII yang tercatat aktif sekolah dengan jenis kelamin perempuan dan mendapat mata pelajaran Tahfidz / ilmu Al-Quran. Pemilihan subjek kelas XII karena termasuk remaja yang memiliki masalah di sekolah salah

satunya adalah kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah. Kecemasan dipengaruhi oleh pengalaman gagal siswi dalam evaluasi ujian yang pernah dilakukan di kelas sebelumnya (Santrock, 2017). Selain itu siswi yang sedang menempuh kelas XII memiliki kebutuhan lebih untuk mencari informasi perguruan tinggi atau merencanakan kehidupan karier di masa yang akan datang (Farasabila & Rachman, 2019; Rahmadi, 2021). Maka peneliti mengambil subjek kelas XII karena walaupun Ilmu Al-Quran merupakan program unggulan di sekolah tersebut, namun tidak mempengaruhi kelulusan sekolah sehingga siswi kelas XII cenderung menunda pengerjaan tugas menghafal Al-Quran dan lebih memprioritaskan ujian akhir sekolah, karier, dan persiapan perguruan tinggi daripada kelas X dan XI. Kelompok yang diteliti hanya siswa jenis kelamin perempuan karena ruang belajar yang terpisah, tenaga didik yang berbeda, dan kantor administrasi yang berbeda antara putra dan putri sehingga menimbulkan perbedaan sistem kegiatan belajar mengajar antara putra dan putri.

Teknik *sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah teknik pengambilan sampel populasi yang mengacak subjek kelompok dan bukan dari individu (Azwar, 2013). Penelitian ini menggunakan teknik tersebut karena sampel yang diambil adalah perwakilan dari kelas-kelas secara acak (*random*). Siswi kelas XII pada tahun 2023-2024 terdiri dari 4 kelas yang tersebar di kelas XII MIPA-4, XI MIPA-5, XII IPS-2, dan XII IPS-3. Maka dengan bantuan rumus Slovin sampel ideal sebanyak 93 siswi dari jumlah populasi siswi putri kelas XII sebanyak 122 siswi. Subjek diambil secara *random* dari kelas-kelas yang tersedia dengan cara menuliskan nama kelas di kertas dan memilih secara *random*. Kelas yang terpilih adalah kelas XII MIPA-4, XII MIPA-5, dan XII IPS-2.

Penelitian ini terdapat dua jenis variabel yaitu variabel bebas dan terikat yaitu variabel bebas adalah *self-directed learning* dan variabel terikat adalah prokrastinasi akademik. Pengambilan data dilakukan dengan cara penyebaran survei secara langsung menggunakan skala Likert. Skala yang terdiri dari butir *favorable* dan *unfavorable* dengan lima kategori jawab yang terdiri dari SS (Sangat Sesuai) hingga STS (Sangat Tidak Sesuai). Penelitian terhadap variabel prokrastinasi akademik akan diukur menggunakan skala Muntazhim (2022) yang menggunakan aspek-aspek prokrastinasi akademik dari Ferrari, dkk., (1995) yang diadaptasi ke Bahasa Indonesia. Hasil psikometri dari skala Muntazhim (2022) memiliki 36 butir dengan **reliabilitas sebesar 0.949** dan dahulu digunakan ke mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Negeri Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi. Peneliti melakukan modifikasi kalimat dari skala tersebut karena menyesuaikan dengan subjek siswi SMA dengan jenis tugas akademik yaitu menghafal Al-Quran. Skala terdiri dari empat aspek yaitu *perceived time*, *intention action gap*, *emotional distress*, dan *perceived ability* (Ferrari dkk., 1995).

Penelitian terhadap variabel *self-directed learning* (SDL) diukur menggunakan skala *self-directed learning* (SDL) untuk mengetahui seberapa besar kemampuan siswa berinisiatif dan bertanggung jawab untuk mencapai tujuan pembelajaran, skala telah diadaptasi dan digunakan oleh Halawa (2020) berdasar *Self-directed Learning Instruments* dari Gibbons (2002). Aspek-aspek SDL terdiri dari aspek kontrol terhadap pengalaman belajar, perkembangan keahlian, membuat tantangan, manajemen diri, dan motivasi disertai penilaian diri. Hasil psikometri dari skala *SDL* menunjukkan **reliabilitas sebesar 0,954** dengan **18** butir yang dapat disimpulkan bahwa skala *SDL* memiliki reliabilitas yang tinggi. Skala *SDL* oleh Halawa (2020), sebelumnya, digunakan untuk siswa SMA kelas X IPA di SMA Negeri 7 Medan. Modifikasi skala oleh peneliti dilakukan sebagai penyesuaian *SDL* dalam konteks tugas akademik Ilmu Al-Quran.

Skala *self-directed learning* oleh Halawa (2020) dan prokrastinasi akademik oleh Muntazhim (2022) yang telah dimodifikasi oleh peneliti dan telah diuji coba kembali menggunakan **60 responden siswi kelas XII SMA** di salah satu kota Sukoharjo. Uji validitas menggunakan uji validitas konstruk yaitu melakukan korelasi antara skor setiap butir dengan skor total (*corrected butir-total correlation*) dengan validitas dalam rentang >0.25 . Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Apha*. Setelah dilakukan uji coba skala ditemukan reliabilitas pada prokrastinasi akademik **sebesar 0.897** dengan **32** butir valid terdiri dari 18 butir *favourable* dan 14 butir *unfavourable*. Hasil reliabilitas pada *self-directed learning* **sebesar 0.802** dengan 13 item valid yang terdiri dari 13 butir terdiri dari 6 butir *favourable* dan 7 butir *unfavourable*.

Setelah hasil dinyatakan valid dan reliabel, peneliti melakukan uji normalitas dan linearitas sebagai syarat asumsi dasar untuk uji hipotesis. Uji normalitas akan menggunakan teknik *One-sample Kolmogorov-Smirnov* dengan data dapat dikatakan berdistribusi normal bila $sig > 0.05$ dan uji linearitas menggunakan Anova pada variabel bebas dan terikat dengan signifikansi lebih dari 0.05 maka kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linear. Setelah data dinyatakan normal dan linear maka dilakukan **uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment** menggunakan bantuan *SPSS* versi 23 *for windows*. Apabila hasil menunjukkan $p < 0.05$ maka terdapat hubungan antara kedua variabel.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara peneliti masuk ke setiap kelas dan memberikan *link google form* kepada siswi. Siswi mengisi skala menggunakan *gadget* masing-masing. Kemudian data dilakukan perhitungan *scoring*. Pada dua skala ini memiliki 5 pilihan jawaban di antaranya Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Penilaian skala ini dimulai dari skor satu sampai dengan lima dengan pemberian skor butir *favourable* bergerak dari skor tertinggi yaitu lima ke skor yang paling rendah adalah satu, begitu pula sebaliknya dengan skor butir *unfavourable*.

III. Hasil dan Pembahasan

A. Hasil

1. Uji Normalitas dan Linearitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas & Linearitas

Uji Normalitas		Uji Linearitas	
N	93	Df	33
Mean	.0000000	Sum of squares (Deviation from Linearity)	5529.197
SD	12.93408486	Mean square (Deviation from Linearity)	167.551
		F (Deviation from Linearity)	.985
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200	Sig. (Deviation from Linearity)	.508

Tabel 1 (pada hasil uji normalitas) menunjukkan bahwa sig 0.200 ($p > 0.05$) maka data penelitian dapat dinyatakan telah terdistribusi secara normal. Sementara itu berdasarkan kolom hasil uji linearitas menunjukkan bahwa variabel *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik dinyatakan linear dilihat dari *deviation from linearity* dengan taraf signifikansi > 0.05 . Hasil signifikansi sebesar 0.508 lebih besar dari 0.05 maka dinyatakan linear.

2. Analisis Deskriptif

Deskripsi dari hasil data penelitian, deskripsi responden penelitian, kategorisasi responden, kelas dan usia responden secara umum yang dijabarkan sebagai berikut.

Tabel 2. Gambaran Deskriptif Responden

Berdasarkan Data Empirik						
Skala	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation	
<i>Self-directed learning</i>	93	20	63	40.90	9.04	
Prokrastinasi Akademik	93	51	140	95.81	17.32	
<i>Valid N (listwise)</i>	93					
Berdasarkan Data Hipotetik						
Skala	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation	
<i>Self-directed learning</i>	93	13	65	39	8.7	
Prokrastinasi Akademik	93	32	160	96	21.3	

Tabel 2 menunjukkan bahwa sampel sebanyak 93 orang pada variabel *self-directed learning* nilai minimum pada data SPSS sebesar 20 dan nilai maksimum sebesar 63 dengan rata-rata sebesar 40.9 sedangkan variabel prokrastinasi akademik mendapatkan nilai minimum sebesar 51 dan nilai maksimum sebesar 140 dengan rata-rata sebesar 95.81.

Data hipotetik digunakan sebagai acuan untuk kategorisasi penelitian dengan alasan penelitian ini menggambarkan data kelompok secara umum tanpa digunakan untuk interpretasi lebih dalam terhadap individu. Menurut Azwar (2015), kategorisasi data penelitian berfungsi untuk memberi interpretasi terhadap skala dengan cara membagi responden dalam kelompok-kelompok tertentu secara berjenjang menurut kontinum

atribut yang diukur sehingga dapat mengetahui tinggi rendah nilai yang didapat responden.

Tabel 3. Kategorisasi Hipotetik Data Penelitian

Rumus	Skor	Kategori	Self-Directed Learning		Skor	Prokrastinasi Akademik	
			Responden			Responden	
			N	%		N	%
$X < M - 1SD$	$X < 30$	Rendah	10	10.8%	$X < 75$	12	12.9%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$30 \leq X < 48$	Sedang	59	63.4%	$75 \leq X < 117$	70	75.3%
$M + 1SD \leq X$	$48 \leq X$	Tinggi	24	25.8%	$117 \leq X$	11	11.8%
Jumlah			93	100%		93	100%

Keterangan:

N : Jumlah responden

M : Mean (rata-rata)

SD: Standar Deviasi

Perhitungan pada tabel 3 diperoleh melalui standar deviasi diperoleh dari nilai maksimum dikurang nilai minimum dibagi enam. Nilai *mean* didapat dari jumlah skor maksimum dan minimum dibagi dua. Pada skala *Self-Directed Learning* skor minimum adalah 13 dan skor maksimum adalah 65. Maka jarak sebaran adalah 62 sehingga standar deviasi sebesar 8,7.

Dapat disimpulkan terdapat 10 responden yang memiliki perilaku *self-directed learning* yang rendah, 59 responden yang sedang, dan 24 orang yang tinggi. Skala prokrastinasi akademik diperoleh skor minimum sebesar 32 dan skor maksimum sebesar 160. Maka jarak sebaran adalah sehingga standar deviasi sebesar 21,3. Dapat disimpulkan terdapat 12 responden yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah, 70 responden yang sedang, dan 11 orang yang tinggi.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menemukan pembuktian terhadap hipotesis awal penelitian, yang terdiri dari:

Ho: Tidak ada hubungan antara prokrastinasi akademik dan *self-directed learning* pada siswi kelas XII

Ha: Ada hubungan antara prokrastinasi akademik dan *self-directed learning* pada siswi kelas XII

Ketentuan dikatakan Ha diterima apabila $\text{sig.} < 0.05$. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* yang dapat menunjukkan derajat hubungan antara variabel bebas dan terikat yaitu *self-directed learning* dan prokrastinasi akademik. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

		SDL	Prokrastinasi Akademik
SDL	<i>Pearson Correlation</i>	1	-.665**
	<i>Sig (2 tailed)</i>	.	.000
	N	93	93
Prokrastinasi Akademik	<i>Pearson Correlation</i>	-.665**	1
	<i>Sig (2 tailed)</i>	.000.	
	N	93	93

Tabel 4 menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a dapat diterima dilihat dari signifikan 0.000 ($p < 0.05$) maka adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *self-directed learning*. Selain itu arah hubungan dapat dilihat dari tanda minus (-) pada koefisien korelasi yang menunjukkan bahwa arah hubungan antar kedua variabel tidak searah atau negatif. Arah negatif berarti bila siswi memiliki *self-directed learning* yang tinggi maka perilaku prokrastinasi akademik siswi rendah, begitu pula sebaliknya.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh bantuan *statistical program for social science* (SPSS) terbukti bahwa terdapat hubungan antar dua variabel tersebut dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Nilai koefisien korelasi *pearson product moment* sebesar -0.665 yang dimaknai dengan variabel *self-directed learning* dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan dengan arah negatif dan masuk ke dalam kategori hubungan yang kuat (Sugiyono, 2019). Dengan demikian semakin tinggi *self-directed learning* maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian tersebut mendukung penelitian terdahulu yang menyatakan adanya korelasi antara *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik dengan arah yang negatif (Faizah, 2016; Halawa, 2020; Lubis, 2021). Signifikansi penelitian terdahulu berada pada rentang -0,553 hingga -0.618. Perbedaan signifikan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti perbedaan lokasi, situasi, subjek, dan objek penelitian.

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya seperti dapat terjadi apabila siswi memiliki (1) keyakinan irasional, (2) cenderung bersikap perfeksionis, dan (3) sulit mengelola waktu. (1) Keyakinan irasional dipengaruhi oleh kognitif yang membuat siswi berpikir tidak akan berhasil dalam menghafal Al-Quran. Faktor tersebut menjadi salah satu alasan tertundanya pelaksanaan tugas akademik. (2) Perfeksionis merupakan kecenderungan untuk mencapai standar yang sangat tinggi dalam perencanaan, pekerjaan, tugas, atau pencapaian. Akibat dari standar yang tidak terpenuhi adalah stres, rendah diri sehingga lebih memilih untuk menunda pekerjaan sampai merasa sudah sesuai standar. (3) Kesulitan mengelola waktu disebabkan karena

tidak mampu mengatur skala prioritas dan mengedepankan tugas yang lebih mudah sehingga memilih untuk menunda tugas yang lebih sulit. Fakta di lapangan, siswi yang sedang mempersiapkan hafalan untuk disetorkan pada mata pelajaran Ilmu Quran seringkali dihadapkan dengan rasa malas, memilih untuk mengerjakan hal yang lebih menyenangkan, tidak meletakkan tugas akademik Ilmu Quran sebagai prioritas yang sama penting dengan tugas akademik lainnya sehingga tugas ini lebih dikesampingkan, menemukan ayat yang sulit, waktu pelajaran yang terbatas sehingga siswi melakukan prokrastinasi / menunda-nunda menyelesaikan tugas akademik Ilmu Quran.

Faktor prokrastinasi akademik juga dikuatkan oleh (Khan dkk., 2021), prokrastinasi akademik dipengaruhi karena kurang berhasil dalam manajemen waktu, penyelesaian tugas, dan kurang dalam pemahaman. Faizah (2016) bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor rendah efikasi dan kepercayaan diri, rendahnya kemampuan mengorganisasi, rendah motivasi berprestasi, dan gagal regulasi diri. Menurut Lubis (2021) faktor prokrastinasi akademik di antaranya kelelahan, takut gagal, dan sulit mengambil keputusan.

Prokrastinasi akademik perlu ditangani dengan kemampuan *self directed learning* di antaranya aspek (1) kontrol terhadap pengalaman belajar, (2) pengembangan keahlian, (3) membuat tantangan, (4) manajemen diri, dan (5) motivasi disertai penilaian diri. Rendah kemampuan mengorganisasi dan sulit mengambil keputusan dapat diturunkan melalui (1) kontrol terhadap pengalaman belajar yaitu siswi memiliki kemampuan untuk mengendalikan proses belajar yaitu siswi diberi kebebasan untuk memilih dan merencanakan bagaimana cara belajar yang diinginkan maka siswi dibiasakan untuk mengambil keputusan sendiri. Selain itu, siswi yang telah menciptakan perencanaan belajar akan realistis mampu dilaksanakan sehingga mengurangi pemikiran irasional dan berdampak pada penundaan pelaksanaan tugas. (2) Kemampuan siswi untuk memilih bentuk pembelajaran yang diinginkan sesuai dengan keahlian yang dimiliki juga membantu meningkatkan kemampuan mengorganisasi dan mengambil keputusan karena siswi menyadari bahwa perencanaan belajar dilaksanakan dengan keahlian sehingga pembelajaran dapat dilakukan. (3) Tantangan yang dihadapi siswi juga mampu mengurangi prokrastinasi akademik karena hambatan yang ada justru menjadi dorongan agar siswi mampu menghadapi dengan baik. Contohnya adalah ketika siswi diberi tantangan harus setoran hafalan di waktu tertentu dan bila ada kesalahan akan dikurangi penilaian maka siswi akan lebih mempersiapkan diri untuk setoran sehingga lebih siap menghadapi tantangan dan dapat menghindari nilai yang buruk. (4) Manajemen diri pada *self directed learning* mampu mengurangi prokrastinasi akademik karena kemampuan mengatur diri akan mengarahkan siswi ke perilaku adaptif. (5) Motivasi disertai penilaian diri dapat mengurangi prokrastinasi akademik karena dorongan positif baik kata maupun perbuatan disertai evaluasi dapat mengembalikan demotivasi sehingga siswi kembali inisiatif untuk mencapai target pembelajaran.

Contohnya adalah siswi meyakini bahwa agama yang dianut yaitu Agama Islam, bila mampu menghafal Al-Quran maka dapat memberikan mahkota untuk orang tua di Surga nanti sehingga dapat membanggakan orang tua. Selain itu motivasi siswi menghafal Al-Quran karena Al-Quran masuk dalam indikator kelulusan dari sekolah sehingga sesulit apapun siswi tetap akan menghafal. Dampak dari penerapan *self-directed learning* adalah siswi mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Apabila siswi menerapkan *self-directed learning* maka ia akan berinisiatif merancang target dan menentukan bagaimana cara agar target dapat tercapai walaupun dihadapkan dengan kondisi yang tidak menyenangkan. Selain itu, siswi juga akan menilai pelaksanaan yang telah ia dilakukan untuk menjadi gambaran ke depan apakah strategi yang ia terapkan tetap bisa dipertahankan atau harus diperbaiki. Selain itu siswi yang mampu manajemen diri dengan baik, ia tetap fokus melaksanakan strategi pembelajaran dan menjadikan tantangan-tantangan yang ada sebagai dorongan untuk meraih target bukan sebaliknya.

Hasil penelitian terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswi yang menghafal Al-Quran sebesar 75.3% masuk ke kategori sedang, 12.9% siswi memiliki perilaku yang rendah, dan 11.8% siswi memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan siswi cenderung menunda-nunda tetapi tidak sampai tingkat yang parah. Siswi masih dapat menyelesaikan tugas akademik namun sering menunda hingga mendekati batas waktu yang ditetapkan. Contohnya adalah siswi diberikan target menyetorkan hafalan yang berbeda setiap semester, maka fenomena yang ditemukan siswi kerap kali akan fokus mengejar setoran mendekati akhir semester dan menunda-nunda setoran tiap minggu. Hal ini dapat terjadi karena siswi sudah memiliki kesadaran yang cukup terkait pentingnya hafalan Al-Quran bagi mereka namun masih belum ada keinginan yang kuat untuk mengerjakannya karena merasa konsekuensi dari tidak lulus dari hafalan Al-Quran belum membuat jera. Walaupun Ilmu Al-Quran menjadi keunggulan namun tidak mempengaruhi kelulusan sekolah. Siswa yang belum mencapai target dan belum lulus di Ilmu Al-Quran hanya mendapat konsekuensi tidak ikut wisuda tahfidz namun tetap bisa ikut wisuda kelulusan sekolah sehingga sebagian siswa masih menganggap hal ini tidak mempengaruhi masa depan. Dampak dari hal tersebut adalah siswa melakukan penundaan di tugas menghafal Al-Quran dan lebih mengedepankan tugas akademik yang berkaitan dengan kelulusan sekolah.

Prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa juga dikembangkan oleh pengaruh positif *self-directed learning*. Meningkatnya kemampuan *self-directed learning* pada diri siswa mampu mengurangi perilaku menunda-nunda / prokrastinasi sehingga siswa dapat mencapai target akademik yang telah ditentukan. Hasil penelitian terhadap *self-directed learning* yang dimiliki siswi dalam menghafal Al-Quran sebesar 63.4% masuk

dalam kategori sedang, 25,8% masuk dalam kategori tinggi, dan 10,8% masuk dalam kategori rendah. Berdasarkan temuan tersebut maka mayoritas siswi berada dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa siswi baru memiliki sebagian kendali atas proses pembelajaran. Siswi memiliki sebagian kendali karena walaupun siswi sudah melakukan perencanaan, pelaksanaan dan ikut terlibat dalam pengambilan keputusan terhadap proses pembelajaran sendiri namun masih belum konsisten dalam pelaksanaan dan masih perlu arahan sehingga perlu menerima dorongan, masukan dari pihak luar seperti dari guru, teman sebaya, atau keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian (Laia dkk., 2022), bahwa bimbingan konseling dari guru mampu meningkatkan inisiatif untuk belajar mandiri siswi.

Hubungan negatif juga ditemukan pada penelitian Halawa, (2020) di SMA Negeri 7 Medan dengan sampel sebanyak 152 siswa. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa siswa cenderung masuk ke kategori sedang dan tinggi terhadap perilaku prokrastinasi akademik mata pelajaran Biologi sedangkan siswa cenderung masuk ke kategori sedang pada perilaku *self-directed learning* sehingga dapat dimaknai sebagai siswa sudah memiliki ciri-ciri mampu untuk mandiri namun tidak sepenuhnya mampu mengidentifikasi kebutuhan belajar, perencanaan, dan eksekusi sehingga tetap terjadi perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil uji determinasi didapatkan koefisien korelasi (r) sebesar 0.442 yang artinya variabel *self-directed learning* memiliki kontribusi sebesar 44% dari 100% terhadap prokrastinasi mata pelajaran Ilmu Qur'an. Hasil uji tersebut dimaknai bahwa *self-directed learning* berperan sebagai salah satu prediktor untuk prokrastinasi akademik dan kontribusi sebesar 56% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti. Hasil sumbangan efektif pada penelitian ini mengalami peningkatan dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Faizah (2016) bahwa hasil sumbangan efektif *self-directed learning* terhadap prokrastinasi akademik diketahui sebesar 17,4%.

Faktor-faktor dari prokrastinasi akademik memiliki kaitan dengan *self-directed learning* yaitu ketakutan yang besar akan kegagalan dan keengganan untuk menyelesaikan tugas dapat dikurangi dengan aspek yang terdapat di *self-directed learning* yaitu manajemen diri, kontrol diri, dan motivasi. Hal ini diperkuat melalui penelitian sebelumnya pada aspek dari *self-directed learning* yaitu *self-management* oleh Handayani (2019) bahwa terdapat perbedaan prokrastinasi akademik pada kelompok eksperimen di SMA "X" setelah mendapatkan pelatihan *self-management*. Kemudian hasil menunjukkan bahwa kelompok eksperimen (diberi perlakuan *self-management*) dan kontrol (tidak diberi perlakuan) terdapat perbedaan skor prokrastinasi akademik. Dapat disimpulkan bahwa pengendalian diri dapat mengurangi prokrastinasi akademik. ($Z = -3.782, p < 0.05$). Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Yandri, dkk., (2021) ditemukan bahwa motivasi intrinsik memberi sumbangsih

sebesar 51,3% terhadap prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi intrinsik memiliki kaitan yang besar terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan berbagai penelitian yang telah dipaparkan, siswa yang memiliki aspek *self-directed learning* seperti pengendalian dan motivasi diri dapat mengurangi sikap prokrastinasi akademik.

Self directed learning memiliki keterkaitan pada remaja perempuan ditinjau dari perkembangan bagian otak. Perempuan memiliki *hippocampus* lebih besar dari pria (Kalat, 2009). *Hippocampus* adalah bagian dari sistem limbik yang berada di lobus temporal yang berperan pada ingatan jangka panjang maupun pendek, pembentukan memori navigasi, dan spasial. Pembentukan memori memiliki peran penting terhadap inisiatif untuk belajar karena dengan memori yang baik siswi mampu merencanakan pembelajaran yang lebih efektif dengan mengakses informasi yang dibutuhkan. Keterlibatan *hippocampus* dalam pemahaman ruang dan navigasi dapat membantu siswi dalam mengatur lingkungan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan. *Hippocampus* juga berperan pada motivasi dan emosi pada siswi sehingga dapat memudahkan dalam pelaksanaan belajar. *Hippocampus* juga berperan dalam pengambilan keputusan sehingga membantu siswi untuk mengambil tindakan dengan mandiri terkait pembelajaran yang efektif.

Perbedaan perkembangan otak pada remaja perempuan yaitu pada *hippocampus* berpengaruh pula pada cara belajar yang efektif bagi perempuan (Hadiyanto & Suyadi, 2023; Munadi dkk., 2023). Pembelajaran Ilmu Al-Quran di SMAIT ini dilakukan dengan metode siswi diminta menghafal mandiri kemudian siswi menyetorkan hafalan kepada guru dan guru memperbaiki apabila siswi memiliki kesalahan. Siswi memiliki metode yang berbeda dalam menghafal di antaranya membaca berulang kali per ayat sambil menutup mata sekilas, menghafal dengan bantuan terjemahan lalu membayangkan di otak menjadi rangkaian cerita yang sistematis, dan meminta bantuan teman untuk menyimak Al-Quran secara berulang. Hal ini sesuai dengan penelitian (Amin, 2018), bahwa terdapat perbedaan susunan otak laki-laki dan perempuan sehingga dapat mempengaruhi cara belajar yang mana perempuan ketika memasuki masa remaja cenderung menggunakan pola belajar yang berkaitan dengan komunikasi yang bersifat persuasif yaitu dominan menyukai belajar bersama, merumuskan pemahaman bersama, berdiskusi santai, dan membaca.

Analisis tambahan yang dilakukan dalam penelitian ini untuk memberikan data pendukung yaitu dengan meninjau korelasi antara target hafalan dan *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik. Hasil analisis regresi target hafalan dan *self-directed learning* sebagai prediktor terhadap prokrastinasi akademik diketahui signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Maka dapat disimpulkan bahwa target hafalan dan *self-directed learning* memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Target hafalan merupakan perbandingan antara jumlah hafalan yang sudah disetorkan dengan target hafalan yang ditetapkan oleh sekolah dan mandiri. Target hafalan dari sekolah dan mandiri berdampak pada prokrastinasi akademik karena target tersebut menjadi dorongan siswi untuk bertindak dan mencapai tujuan pembelajaran di sekolah atau disebut motivasi belajar. Target sekolah masuk ke dalam motivasi ekstrinsik karena dorongan dari luar dan target mandiri masuk ke dalam motivasi intrinsik karena dorongan dari diri sendiri. Hasil temuan ini mendukung penelitian terdahulu oleh Ardiansyah (2019), bahwa motivasi belajar memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik yaitu sig. 0.005 ($p < 0.05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar 7,2%.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini mampu menjawab rumusan masalah dan membuktikan hipotesis yang telah diajukan sebelumnya yaitu variabel bebas *self-directed learning* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada siswi SMAIT ini. Namun demikian peneliti menyadari masih terdapat beberapa keterbatasan seperti terhambat dalam pengambilan data karena menyesuaikan jadwal kelas siswi, tidak dapat mengambil subjek jenis kelamin laki-laki karena terpisahnya sistem administrasi, dan kesulitan dalam mencari referensi terkait *self-directed learning* karena masih sedikit yang mengulas tentang topik ini. Selain itu peneliti masih belum puas karena ketidaksesuaian hasil penelitian pada kategori seharusnya kategori *self directed learning* pada siswi tinggi namun diketahui di lapangan siswi masuk ke kategori sedang dan seharusnya prokrastinasi akademik siswi masuk dalam kategori rendah namun diketahui dari hasil penelitian ditemukan bahwa prokrastinasi akademik siswi masuk dalam kategori sedang.

Meninjau kembali dari hasil pemaparan di atas, bahwa tingkat prokrastinasi akademik dan *self-directed learning* pada siswi SMAIT ini masuk dalam kategori sedang, hal ini menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan untuk dapat meningkatkan kemampuan *self-directed learning* sehingga dapat menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada siswi. Selain itu, masih terdapat 56% pengaruh variabel lain terhadap prokrastinasi akademik yang perlu dilakukan penelitian selanjutnya agar dapat memberikan sumbangan yang lebih spesifik. Peneliti berharap agar kekurangan dan keterbatasan pada penelitian ini dapat menjadi perbaikan untuk penelitian selanjutnya.

IV. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan proses pengolahan data maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik dengan arah negatif yaitu semakin tinggi *self-directed learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya. Selain itu sumbangan efektif variabel prediktor yaitu *self-directed learning* sebesar 44% terhadap variabel kriterium yaitu prokrastinasi akademik. Analisis tambahan terkait hubungan antara target hafalan dan *self-directed learning* dengan prokrastinasi akademik juga didapatkan hubungan yang signifikan.

Implikasi penelitian ini adalah siswa mampu berpikir kritis, menyusun strategi belajar yang tepat, disiplin, dan meningkatkan prestasi akademik.

Bagi peneliti yang akan melakukan dan melaksanakan penelitian dengan bahasan yang serupa maka disarankan agar dapat memperluas populasi sekolah menengah atas daerah lain agar semakin mempresentasikan subjek siswa itu sendiri. Selain itu diharapkan untuk meneliti perbedaan jenis kelamin agar memperoleh informasi tambahan terkait faktor jenis kelamin. Peneliti juga dapat meneliti faktor lain yang memengaruhi prokrastinasi akademik seperti pemikiran irasional yaitu takut akan gagal, kecemasan, dan kelelahan sehingga dapat memperluas ilmu psikologi dan menambah wawasan.

Daftar Pustaka

- Adam, I., & Hasbullah. (2019). Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Prokrastinasi Akademik terhadap Pemahaman Konsep Matematika. *Alfarisi: Jurnal Pendidikan MIPA*, 2(1), 24–35.
- Amin, M. S. (2018). Perbedaan Struktur Otak dan Perilaku Belajar Antara Pria dan Wanita ; Eksplanasi dalam Sudut Pandang Neuro Sains dan Filsafat. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 1(1), 38–43.
- Ardiansyah, Y. P. (2019). *Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. 1(1).
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Desrinelti, D., Afifah, M., & Gistituati, N. (2021). Kebijakan publik: konsep pelaksanaan. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 6(1), 83–88. <https://doi.org/10.29210/3003906000>
- Faizah, S. R. I. (2016). Hubungan antara Self-Directed Learning Readiness (SDLR) dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Skripsi*. (tidak diterbitkan)
- Farasabila, T., & Rachman, Y. B. (2019). Perilaku Pencarian Informasi Mengenai Perguruan Tinggi Oleh Siswa Kelas 12 SMA Negeri 26 Jakarta. *Jurnal Ilmu Informasi*, 21(2).
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press.
- Gibbons, M. (2002). *The Self-Directed Learning Handbook: Challenging Adolescent Students to Excel*. Jossey-Bass.
- Hadiyanto, A. W. R., & Suyadi. (2023). Pembelajaran Berbasis Diferensiasi Otak Siswa Laki-laki dan Perempuan Pada Kelas Khusus Perspektif Neurosains. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(5), 1995–2007.
- Halawa, K. M. (2020). Hubungan antara Self-Directed Learning dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X IPA di SMA Negeri 7 Medan [Universitas Sumatera Utara]. In *Repositori Institusi USU*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41668>
- Handayani, N. (2019). *Pelatihan Manajemen Diri untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa SMK "X" Samarinda* [Universitas Mercu Buana

- Yogyakarta]. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/6594/>
- Kalat, J. W. (2009). *Biological Psychology* (10th edisi). Cengage Learning.
- Khan, I., Aikins, M. S., & Saeed, N. (2021). Cognitive Flexibility, Procrastination, and Need for Closure Predict Online Self-Directed Learning Among Pakistani Virtual University Students. *International Journal of Distance Education and E-Learning (IJDEEL)*, VI(II), 31–41.
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Knowles, M. S. (1975). *Self-directed learning: A guide for learners and teachers*. Englewood Cliffs: Prentice Hall/Cambridge.
- Krause, K., & Freund, A. M. (2014). Delay or procrastination - A comparison of self-report and behavioral measures of procrastination and their impact on affective well-being. *Personality and Individual Differences*, 63, 75–80. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.050>
- Laia, Y., Sarumaha, M. S., & Laia, B. (2022). *Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa di SMA Negeri 3 Susua Tahun Pelajaran 2021/2022*. 2(1), 1–13.
- Loeng, S. (2020). Self-directed learning: A core concept in adult education. *Education Research International*, 2020, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2020/3816132>
- Lubis, N. A. A. (2021). Hubungan Antara Self-Directed In Learning dengan Prokrastinasi Akademik di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang yang mengambil Mata Kuliah Skripsi. *Skripsi*.(tidak diterbitkan).
- Mediastuti, R., & Nurhadianti, R. D. D. (2022). Hubungan Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII SMAN 4 Bekasi. *Ikraith Humaniora*, 6(2), 31–39.
- Mukminan, Nursa'ban, M., Suparmini. (2013). Using the Seven Jumps Technique for Improving Student' Self-Directed Learning. *Journal of Cakrawala: Education*.
- Mulube, S.M. 2014. First Year Learner Nurses Perceptiions of Leaning Motivation in Self-Directed Learning in A Simulated Skill Laboratory at A Higher Education Institution. *SAJHE*, 28 (6), 1776-1794.
- Munadi, F., Shodiqin, R., Astutik, T. P., Pertiwi, A. A., & Irayana, I. (2023). Neuroscience dalam Kegiatan Belajar Siswa di Sekolah. *Educational Journal: General and Spesific Research*, 3(1), 125–139.
- Munawaroh, M., Alhadi, S., & Saputra, W. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 26–31. <https://doi.org/10.17977/um001v2i12017p026>
- Muntazhim, M. A. (2022). Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Acta Psychologia*, 4(1), 21–28. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib : Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Rachmawati, D. O. (2010). Penerapan Model Self-Directed Learning Untuk

- Meningkatkan Hasil Belajar dan Kemandirian Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Undiksha*, 43 (3).
- Rahmadi, I. F. (2021). Hubungan Perencanaan Karir dengan Konsep Diri Siswa Kelas XII di SMAN 1 Ciledug. *Dharmas Education Journal*, 2(1), 11–18.
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). *SELF-REGULATED LEARNING DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 PURWOKERTO*. 5(1), 44–49.
- Santrock, J. W. (2017). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Kencana (Prenadamedia Group).
- Setyawati, S. P. (2015). Keefektifan Model Pembelajaran Inquiry Based Learning Untuk Meningkatkan Self Directed Learning Mahasiswa. Prosiding Seminar Nasional 9 Mei 2015.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syafe'i, I. (2015). Tujuan Pendidikan Islam. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2), 151–166.
- Vu, H. Y., & Shah, M. (2016). Vietnamese students' self-direction in learning English listening skills. *Asian Englishes*, 18(1), 53–66. <https://doi.org/10.1080/13488678.2015.1136104>
- Yandri, H., Harmalis, H., Sasferi, N., Naidarti, N., & Juliawati, D. (2021). Motivasi Instrinsik, Dukungan Sosial Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Kerinci. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(2), 24. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v7i2.5103>
- Zacks, S., & Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature. *Journal of Prevention and Intervention in the Community*, 46(2), 117–130. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198154>
- Zhu, M., Bonk, C. J., & Doo, M. Y. (2020). Self-directed learning in MOOCs: exploring the relationships among motivation, self-monitoring, and self-management. *Educational Technology Research and Development*, 68(5), 2073–2093. <https://doi.org/10.1007/s11423-020-09747-8>