

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

Anggunan¹, Sri Maria Puji Lestari², Bagas Aryo Pangestu³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati, email: anggunandr@gmail.com

ABSTRACT: THE RELATIONSHIP BETWEEN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) AND ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG COLLEGE STUDENTS

This study aims to determine the relationship between Self-Direct Learning Readiness (SDLR) with academic procrastination in college students. This research is a quantitative study with analytic survey design and cross sectional approach. The sample of this study was 174 students of the Faculty of Medicine, University of Malahayati, class of 2015. The research data were obtained with the SCLR scale and academic procrastination scale. The data obtained were processed using Pearson Product Moment correlation test. The results showed a significant negative correlation between Self-Direct Learning Readiness and academic procrastination, which means the greater the score of Self-Direct Learning Readiness, the lower the Academic Procrastination. The results of this study have implications for educational institutions to develop Self Directed Learning Readiness (SDLR) in students in order to prevent the emergence of academic procrastination.

Keywords: Self Directed Learning Readiness, Academic Procrastination, College Students

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan survei analitik dan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 174 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2015. Data penelitian diperoleh dengan skala SCLR dan skala prokrastinasi akademik. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *Self-Direct Learning Readness* dengan prokrastinasi akademik yang artinya semakin besar skor *Self-Direct Learning Readness* akan semakin rendah Prokrastinasi Akademik. Hasil penelitian ini memberi implikasi bagi institusi pendidikan untuk mengembangkan *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada mahasiswa agar dapat mencegah munculnya prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: *Self-Direct Learning Readness* (SDLR), Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *Procrastinare* yang berarti mengesampingkan, memperlambat, memperlama, menunda, menahan atau menangguhkan dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi dapat berupa melakukan tindakan lain yang bukan merupakan suatu tugas utama, yang tidak identik dengan kondisi malas (Schouweburg dalam Rosario, Costa, Nunez, Gonzales-Pienda, Solani, dan Valle, 2009). Dari hasil

penelitian di salah satu perguruan tinggi ditemukan bahwa prokrastinasi dilakukan pada mahasiswa dengan frekuensi 80-95% mahasiswa melakukan prokrastinasi (Wilson dan Nguyen, 2012).

Mahasiswa di Fakultas Kedokteran memiliki beban akademik yang sangat berat. Hal ini dikarenakan mahasiswa kedokteran diwajibkan mengikuti kegiatan pembelajaran yang meliputi seminar/ *workshop/ lecture*,

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

tutorial, praktikum laboratorium, praktikum *skills lab*. Mereka harus mengikuti kegiatan perkuliahan yang padat dan dituntut untuk dapat mempelajari materi yang banyak dalam waktu singkat serta mengerjakan tugas tepat waktu. Namun mahasiswa seringkali menunda-nunda tugasnya, gejala menunda-nunda tersebut terlihat dalam kebiasaan mahasiswa mengerjakan tugas kuliah, kebiasaan menunda tersebut disebut prokrastinasi (Widyaputri, 2016).

Prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya pekerja atau pelajar. Di Amerika Utara sekitar 70% pelajar memunculkan prokrastinasi, 90% mahasiswa melakukan prokrastinasi, dan 25% diantaranya melakukan penundaan secara parah atau kronis yang akhirnya akan putus kuliah atau drop-out dari masa studinya (Burka dan Yuen, 2007).

Berdasarkan pengamatan terhadap 1502 wisudawan di sebuah perguruan tinggi swasta di Jawa Timur pada periode wisuda antara 2000–2003, akibat dari seringnya melakukan penundaan terhadap tugas akhir tercatat hanya sebanyak 13% mahasiswa yang mampu menyelesaikan tugas skripsinya tepat waktu selama dua semester, sedang sebesar 83% wisudawan tergolong tidak mampu menyelesaikan tugas skripsinya sesuai standar normal (dua semester), dan hanya 4% mahasiswa yang mampu menyelesaikan skripsinya dalam waktu satu semester, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa penundaan merupakan masalah yang makin penting untuk

diselesaikan (Apryani & Laksmiwati, 2014). Pada salah satu universitas di Indonesia yaitu Universitas Gadjah Mada Yogyakarta dilakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik ditinjau dari pusat kendali dan efikasi diri pada 111 Mahasiswa Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Hasil menunjukkan bahwa 20,38% mahasiswa telah melakukan prokrastinasi akademik dan didapat hubungan positif antara prokrastinasi akademik dengan pusat kendali eksternal (Basri, 2017).

Adanya perilaku prokrastinasi akademik dikhawatirkan berdampak negatif dalam proses pembelajaran. Menurut Burka dan Yuen (2008) prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapat peringatan dari guru. Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal.

Salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kesiapan belajar mandiri atau yang dikenal dengan *Self-Direct Learning Readiness* (SDLR). SDLR menerapkan pembelajaran dewasa dan menganggap diri dapat menentukan kebutuhan belajar sendiri secara menyeluruh. Masalah yang muncul ditanggapi dengan menggunakan pengetahuan, belajar secara proaktif, bertanggung jawab dan mampu mengambil inisiatif untuk belajar sendiri (Hsu dan Shiu, 2005). Penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Onji dan Kikuchi (2011) menunjukkan bahwa dengan menerapkan *self*

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

directed learning activities maka tingkat penundaan atau prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas menjadi berkurang. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Japanese University ini menunjukkan bahwa dengan menerapkan *directed learning activities* mahasiswa semakin bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliahannya, mahasiswa juga memiliki kemandirian dalam proses belajarnya sehingga membuat mereka mengurangi kebiasaan penundaan terhadap tugas perkuliahan. Onji dan Kikuchi (2011) juga menambahkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengatur kegiatan atau aktivitas belajarnya semakin baik, mahasiswa juga semakin bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliahannya (Apryani & Laksmiwati, 2014).

Berdasarkan fenomena dan data diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian yang

tentang hubungan *Self Direct Learning Readiness* (SDLR) dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Tahun 2019.

METODE

Penelitian dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati pada Bulan Juli Tahun 2019. Rancangan penelitian yang digunakan analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 174 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung angkatan 2015. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Self-Direct Learning Readiness* (SDLR) dan skala prokrastinasi akademik yang sudah valid dan reliabel. Data yang terkumpul akan dianalisis dengan korelasi pearson product moment.

HASIL

Tabel 1.

Karakteristik Responden

| | Frekuensi | Persentasi |
|----------------------|-----------|------------|
| Usia | | |
| 20-23 tahun | 119 | 68,39 |
| >23 tahun | 55 | 31,61 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 75 | 33,1 |
| Perempuan | 99 | 56,9 |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (56,9%) dan berusia 20-23 tahun (68,39%).

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

Tabel 2.

Rerata *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) prokrastinasi akademik

| Variabel | Mean | SD |
|------------------------|--------|-------|
| SDLR | 55,58 | 8,645 |
| Prokrastinasi Akademik | 23,937 | 5,126 |

Berdasarkan tabel 2. maka dapat diketahui bahwa rata-rata *Self-Direct Learning Readness* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung sebesar 55,58 dan rata-rata prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung adalah 23,937.

Tabel 3.

Analisis hubungan SDLR dengan prokrastinasi akademik mahasiswa

| Variabel | r | Sig |
|-----------------------------|--------|-------|
| SDLR*Prokrastinasi Akademik | -0,504 | 0,000 |

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui nilai korelasi antara SDLR dengan prokrastinasi akademik adalah $r = -0.504$ dengan $p < .001$, artinya terdapat korelasi yang signifikan antara *Self-Direct Learning Readness* dengan prokrastinasi akademik dengan arah hubungan negatif sehingga dapat dikatakan semakin besar skor *Self-Direct Learning Readness* akan semakin rendah Prokrastinasi Akademik.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) dengan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Onji dan Kikuchi (2011) yang hasilnya dengan menerapkan *self directed learning activitie* maka tingkat penundaan atau prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas menjadi berkurang. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Japanese University ini menunjukkan bahwa dengan menerapkan *directed learning activitie* mahasiswa semakin bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliaannya, mahasiswa juga memiliki kemandirian dalam

proses belajarnya sehingga membuat mereka mengurangi kebiasaan penundaan terhadap tugas perkuliahan. Onji dan Kikuchi (2011) juga menambahkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam memanager kegiatan atau aktivitas belajarnya semakin baik, mahasiswa juga semakin bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliaannya (Apryani dan Laksmiwati, 2014).

Selain itu, dari hasil penelitian oleh Gufron dan Walgito (2003) ditemukan hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Dari penelitian oleh Widyari (2012) juga ditemukan bahwa kontrol diri berhubungan dengan prokrastinasi. Kontrol diri merupakan salah satu komponen SDL (Fisher, King, dan

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

Tague, 2001), sehingga diasumsikan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh SDL.

Hasil penelitian oleh Lee (2010) menyebutkan bahwa adanya prokrastinasi berhubungan dengan kurangnya motivasi diri. Hasil yang sama didapatkan oleh Steel (2007) bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi dengan adanya motivasi yang rendah dalam berprestasi. Motivasi untuk belajar merupakan salah satu komponen SDL (Fisher, King, dan Tauge 2001), sehingga diasumsikan SDL mempengaruhi prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan dengan pernyataan Faizah, Pamungkasari, Randita (2016) apabila seseorang tersebut memiliki skor SDLR yang tinggi maka cenderung tidak memunculkan perilaku prokrastinasi akademik, dikarenakan memang seseorang tersebut sudah memiliki kesiapan dalam belajar mandiri dengan baik, yaitu pengelolaan diri, manajemen diri dan kontrol diri yang baik sehingga tidak akan memunculkan perilaku penunda-nundaan tugas. Seseorang dengan motivasi belajar yang tinggi akan lebih dapat melakukan pembelajaran mandiri/ SDL daripada seseorang dengan motivasi belajar yang rendah. Motivasi belajar yang rendah cenderung dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu, kontrol diri juga dapat berpengaruh terhadap kesiapan SDL seseorang, yaitu dengan adanya kontrol diri yang tinggi pada siswa, siswa akan cenderung dapat mengontrol diri

untuk melakukan hal-hal yang lebih bermanfaat seperti belajar. Orang yang memiliki kontrol diri yang rendah cenderung tidak dapat mengontrol diri dan melakukan sesuatu yang cenderung lebih menyenangkan dan melakukan penundaan tugas.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Faizah, Pamungkasari, Randita (2016) tentang hubungan antara *Self-directed Learning Readiness* (SDLR) dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Hasil analisis regresi menunjukkan setiap peningkatan 1 skor SDLR akan menurunkan prokrastinasi akademik sebesar 0,23 skor ($p = 0,000$) dan semakin bertambahnya umur dapat meningkatkan skor prokrastinasi akademik sebesar 2,1 ($p = 0,031$).

Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) yang tinggi akan mempengaruhi prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa rendah. Bila prokrastinasi akademik yang dimiliki rendah, maka mahasiswa tidak akan mengalami penundaan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya. Seorang mahasiswa yang memiliki *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) yang tinggi cenderung tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang memiliki *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) tinggi menggambarkan seorang mahasiswa yang mampu secara mandiri

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

melakukan pengaturan dan pengontrolan terhadap beberapa hal yang dapat mengarahkan pikiran, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan. Mahasiswa memiliki perencanaan yang terarah guna menetapkan strategi yang dibutuhkan untuk setiap tahapan kegiatan yang akan dilakukannya. Adanya strategi seperti pengalokasian waktu pada kegiatan belajar akan dapat menunjang pencapaian tujuan belajarnya, dan secara tidak langsung mahasiswa memiliki pola waktu yang terstruktur yang menjadi jadwal efektif untuk kegiatan belajar yang akan mengarahkan pada pencapaian tujuannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self directed learning readiness* dengan prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi SDLR maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini memberi implikasi bagi institusi pendidikan agar dapat melakukan pengenalan dan pelatihan mengenai pembelajaran *Self-Direct Learning Readness* (SDLR) sehingga kesiapan mahasiswa dalam melakukan pembelajaran mandiri dapat ditingkatkan, dan mencegah munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu, untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel lain yang berbeda seperti dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik, seperti

cara belajar, mood dan kesehatan, usia, jenis kelamin dan intelegensia sehingga dapat memperkaya hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apryani, F. D., & Laksmiwati, H. (2014). Self-Directed Learning dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 5(1), 23-29.
- Basri, A. S. H. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa ditinjau dari Religiusitas. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(2).
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2007). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Hachette UK.
- Faizah, S. R. I., Pamungkasari, E. P., & Randita, A. B. T. (2016). The Correlation Between Self-directed Learning Readiness (SDLR) and Academic Procrastination in Medical Students of Medicine Faculty Sebelas Maret University. *Nexus Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan*, 5(1).
- Fisher, M., King, J., & Tague, G. (2001). Development of a self-directed learning readiness scale for nursing education. *Nurse education today*, 21(7), 516-525.
- Ghufroon, M. N., & Walgito, B. (2003). *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap Penerapan disiplin orangtua dengan Prokrastinasi akademik* (Doctoral dissertation, [Yogyakarta]: Universitas Gadjah Mada).
- Hsu, Y. C., & Shiue, Y. M. (2005). The effect of self-directed learning readiness on achievement comparing face-to-face and two-way distance learning instruction. *International Journal of Instructional Media*, 32(2), 143.

HUBUNGAN *SELF DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA

- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. *The Journal of Genetic Psychology*, 166(1), 5-15.
- Onji, K., & Kikuchi, R. (2011). Procrastination, prompts, and preferences: Evidence from daily records of self-directed learning activities. *The Journal of Socio-Economics*, 40(6), 929-941.
- Rosário, P., Costa, M., Núñez, J. C., González-Pianda, J., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic procrastination: Associations with personal, school, and family variables. *The Spanish journal of psychology*, 12(1), 118-127.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, 133(1), 65.
- Widyari, H. (2012). Hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMP.
- Widyaputri, S. (2016). Hubungan fear of failure dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa kedokteran tahun pertama Universitas Sebelas Maret.
- Wilson, B. A., & Nguyen, T. D. (2012). Belonging to tomorrow: An overview of procrastination. *International Journal of Psychological Studies*, 4(1), 211.