

ABSTRAK

Desi Saputri. 2020. “Hubungan *Self Regulation* dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik”. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena di lapangan masih ditemukan perilaku penundaan terhadap tugas atau prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh peserta didik. Salah satu faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik adalah rendahnya pengaturan diri peserta didik atau rendahnya *self regulation*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran prokrastinasi akademik peserta didik, *self regulation* peserta didik, dan menguji hubungan *self regulation* dengan prokrastinasi akademik peserta didik.

Metode penelitian yang digunakan dengan pendekatan deskriptif dan korelasional. Populasi penelitian adalah peserta didik di SMA Negeri 5 Padang yang berjumlah 1.025 orang, dengan sampel sebanyak 279 peserta didik, yang dipilih dengan teknik *proportional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket *self regulation* dan prokrastinasi akademik dengan model skala *likert*. Untuk melihat hubungan kedua variabel menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan: (1) *self regulation* peserta didik berada pada kategori tinggi dengan skor 177 dan persentase 63,4%, (2) prokrastinasi akademik peserta didik berada pada kategori rendah dengan skor 147 dan persentase 52,7%, (3) terdapat hubungan yang negatif signifikan antara *self regulation* dengan prokrastinasi akademik dengan $r_{xy} = -0,706$ dan taraf signifikan sebesar 0,000.

Berdasarkan temuan hasil penelitian dapat menjadi acuan bagi peserta didik tentang pentingnya *self regulation* agar terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik. Temuan penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi guru BK dalam membuat program untuk memberikan layanan bimbingan konseling yang berkaitan dengan upaya meningkatkan *self regulation* peserta didik pada aspek aktivitas dan penghindaran behavioral dan mengurangi prokrastinasi akademik pada peserta didik pada aspek menjadi lumpuh ketika harus memilih diantara dua alternatif.

Kata Kunci: prokrastinasi akademik, *self regulation*.