

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK ANGGOTA KORPS SUKARELA PALANG  
MERAH INDONESIA UNIT UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
(KSR PMI UNIT UNP)**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang*



**Oleh**

**HAYATUL JANNAH  
NIM. 1300337**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2017**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

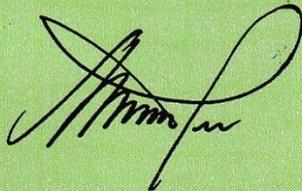
**HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK  
ANGGOTA KOPRS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA UNIT  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG (KSR PMI UNIT UNP)**

**Nama** : Hayatul Jannah  
**NIM/ BP** : 1300337/2013  
**Jurusan** : Bimbingan dan Konseling  
**Fakultas** : Ilmu Pendidikan

**Padang, Juli 2017**

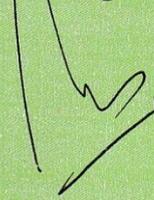
**Disetujui Oleh**

**Pembimbing I**



**Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.**  
**NIP. 19490609 197803 1 001**

**Pembimbing II**



**Mursyid Ridha, S.Ag., M.Pd.**  
**NIP. 19691002 200604 1 001**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

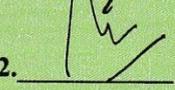
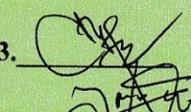
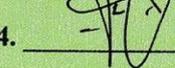
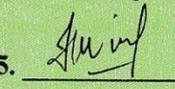
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang*

**Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik  
Anggota Korps Sukarela Palang Merah Indonesia Unit  
Universitas Negeri Padang (KSR PMI Unit UNP)**

**Nama : Hayatul Jannah**  
**NIM/ BP : 1300337/2013**  
**Jurusan : Bimbingan dan Konseling**  
**Fakultas : Ilmu Pendidikan**

**Padang, Juli 2017**

### Tim Penguji

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.	1. 
2. Sekretaris	Mursyid Ridha, S.Ag., M.Pd.	2. 
3. Anggota	Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons.	3. 
4. Anggota	Dr. Netrawati, M.Pd., Kons.	4. 
5. Anggota	Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd.	5. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Juli 2017

Yang menyatakan,



Hayatul Jannah  
1300337/2013

---

## ABSTRAK

**Hayatul Jannah. 2017. Hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik anggota Korps Sukarela Palang Merah Indonesia Unit Universitas Negeri Padang (KSR PMI Unit UNP). Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.**

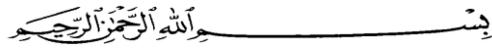
Penelitian ini berawal dari kondisi anggota KSR PMI Unit UNP yang sering melakukan penundaan terhadap tugas akademik. Di tengah kewajiban sebagai mahasiswa untuk mengerjakan tugas-tugas akademik dan kewajiban sebagai anggota organisasi untuk mengikuti berbagai kegiatan organisasi sehingga membuat anggota KSR PMI Unit UNP seringkali mengalami dilema. Tugas-tugas akademik yang seharusnya dapat dikerjakan dengan optimal, seringkali dikerjakan tergesa-gesa untuk mengikuti kegiatan organisasi bahkan seringkali tertunda pengerjaannya. Salah satu hal yang mempengaruhi hal ini yaitu regulasi diri anggota KSR PMI Unit UNP. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mendeskripsikan regulasi diri anggota KSR PMI Unit UNP, (2) mendeskripsikan prokrastinasi akademik anggota KSR PMI Unit UNP dan (3) menguji hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik anggota KSR PMI Unit UNP.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota KSR PMI Unit UNP sebanyak 195 orang. Jumlah sampel sebanyak 131 orang yang diperoleh dengan teknik *propotional stratified random sampling*. Instrument yang digunakan yaitu skala model Likert. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif, dan untuk menguji hubungan antara kedua variabel digunakan teknik *Pearson product moment correlation*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) regulasi diri anggota KSR berada pada kategori sedang (2) prokrastinasi akademik anggota KSR berada pada kategori sedang, (3) terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik anggota KSR PMI Unit UNP. Berdasarkan temuan penelitian ini, diharapkan konselor dapat memberikan bantuan profesional berupa layanan informasi, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok yang dapat mahasiswa agar memiliki regulasi diri yang baik dan terhindar dari prokrastinasi akademik.

**Kata Kunci** : regulasi diri, prokrastinasi akademik.

## KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP”. Dalam penelitian skripsi ini peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh sebab itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Mudjiran, M.S. Kons. sebagai pembimbing I yang dengan penuh kesabaran serta kesediaan meluangkan waktu di tengah-tengah kesibukan beliau, untuk membimbing, mengarahkan dan memberi dukungan peneliti sampai skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
2. Bapak Mursyid Ridha, S.Ag. M.Pd. sebagai pembimbing II sekaligus dosen pembimbing akademik, yang dengan penuh kesabaran serta kesediaan meluangkan waktu di tengah-tengah kesibukan beliau, untuk membimbing, mengarahkan dan memberi dukungan peneliti dari awal penyusunan proposal sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd. Kons, Ibu Dr. Netrawati, M.Pd. Kons, Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd selaku dosen penguji yang telah bersedia menjudge instrumen dan memberikan saran dan kritikan untuk kesempurnaan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons selaku Ketua Jurusan BK FIP UNP dan Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons selaku Sekretaris Jurusan BK FIP UNP dan segenap karyawan Jurusan BK FIP UNP yang telah memberikan pelayanan terbaik pada peneliti dalam rangka penyelesaian skripsi ini.

5. Kepada Bapak dan Ibu dosen serta staf administrasi yang telah membantu peneliti selama menuntut ilmu di Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang.
6. Kepada Dewan Pengurus Harian KSR PMI Unit UNP beserta seluruh anggota KSR PMI Unit UNP yang telah memberikan kesempatan dan izin kepada peneliti untuk mengumpulkan data penelitian guna penyelesaian skripsi ini.
7. Ayahanda Hasbati Sutan Sidi, Ibunda Rismawati Intan, kakak-kakak dan saudara tercinta keluarga Lauyah Dinakum yang selalu mencurahkan kasih sayang, perhatian, bimbingan, arahan dan memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada peneliti demi kelancaran dan kesempurnaan dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga seluruh keluarga peneliti selalu diberi limpahan rahmat, kesehatan, dan rezeki serta kebahagiaan oleh Allah SWT.
8. Buat sahabat-sahabat peneliti, Hafif Kurniady S, Julius, Heriadi, Andini Putri, Dina Septiani, Hanna Syahidah, Wenvi Oktavia Putri, terspesial untuk Jerry Nurcahyono yang telah bersedia mendengarkan dan mendampingi peneliti dalam suka dan duka, terimakasih untuk semuanya. Sampai kapanpun kita adalah satu, satu untuk selamanya.
9. Serta seluruh teman-teman Angkatan 2013, senior dan junior Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan doanya.

10. Pihak-pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu demi satu, yang telah memberikan bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.

Peneliti menyadari masih memiliki kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk melengkapi penelitian skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat menjadi bahan kajian dalam bidang terkait.

Padang, Juli 2017

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Batasan Masalah .....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Asumsi .....	11
F. Pertanyaan Penelitian .....	12
G. Tujuan Penelitian.....	12
H. Manfaat Penelitian.....	12
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	14
A. Prokrastinasi.....	14
1. Pengertian Prokrastinasi.....	14
2. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	15
3. Jenis-Jenis Tugas pada Prokrastinasi Akademik.....	16
4. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik .....	18
5. Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Prokrastinasi Akademik .....	20
B. Regulasi Diri .....	22
1. Pengertian Regulasi Diri .....	22
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....	24
3. Aspek-Aspek Regulasi Diri .....	26
C. Korp Sukarela Palang Merah Indonesia (KSR PMI).....	28
D. Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik ....	31

E. Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling.....	32
F. Kerangka Penelitian.....	35
G. Hipotesis .....	36
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Jenis Penelitian .....	37
B. Populasi dan Sampel.....	37
C. Jenis dan Sumber Data .....	41
1. Jenis Data .....	41
2. Sumber Data .....	41
D. Definisi Operasional .....	41
E. Instrumen Penelitian / Teknik Pengumpulan Data .....	42
F. Uji Normalitas dan Linearitas.....	43
G. Teknik Analisis Data .....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>48</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	48
1. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP .....	48
2. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP ..	55
3. Regulasi Diri dan Kaitannya dengan Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP .....	60
B. Pembahasan .....	62
1. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP .....	62
2. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP ..	74
3. Regulasi Diri dan Kaitannya dengan Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP .....	86
4. Implikasi dalam Bimbingan dan Konseling.....	88
C. Keterbatasan Penelitian.....	90
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>91</b>
A. Kesimpulan .....	91
B. Saran .....	92
<b>KEPUSTAKAAN .....</b>	<b>93</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>96</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
1. Populasi Anggota KSR PMI Unit UNP Tahun 2016 .....	38
2. Sampel Penelitian .....	40
3. Skor Alternatif Jawaban .....	43
4. Hasil Uji Normalitas .....	44
5. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penelitian Regulasi Diri dan Prokrastinasi Akademik.....	46
6. Nilai Korelasi Variabel Penelitian.....	47
7. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP .....	48
8. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek Standar Tujuan yang Ditentukan Sendiri .....	49
9. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek Pengaturan Emosi.....	50
10. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek Instruksi Diri.....	51
11. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek Monitor Diri.....	52
12. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek Evaluasi Diri.....	53
13. Regulasi Diri Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek Kontingensi yang Ditetapan Sendiri.....	54
14. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP .....	55
15. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek <i>Perceived Time</i> .....	56
16. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek <i>Intention Action Gap</i> .....	57
17. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP Berkaitan dengan Aspek <i>Emotional Distress</i> .....	58
18. Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP	

Berkaitan dengan Aspek <i>Perceived Ability</i> .....	59
19. Korelasi Regulasi Diri (X) dengan Prokrastinasi	
Akademik (Y).....	60
20. Rekapitulasi Data Hasil Penelitian .....	61

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-kisi Instrumen.....	96
2. Instrumen Penelitian .....	98
3. Hasil <i>Judge</i> Instrumen .....	106
4. Data Hasil Penelitian Regulasi Diri .....	117
5. Data Hasil Penelitian Prokrastinasi Akademik .....	126
6. Hasil Tes Normalitas dan Linearitas .....	135
7. Uji Korelasi.....	136
8. Surat Izin Penelitian .....	137

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sejak manusia diciptakan, pendidikan menempati urutan pertama sebagai alat yang sangat penting untuk kelangsungan hidup manusia. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional :

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan sipiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Dari pengertian di atas, dapatlah dipahami pendidikan adalah sebuah usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana. Artinya pendidikan adalah sesuatu yang dilakukan dengan kesadaran dari individu sebagai bagian dari kebutuhannya sebagai manusia. Pendidikan yang dilakukan oleh individu dengan harapan ia dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya agar ia dapat memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, dapat mengendalikan dirinya, mengembangkan kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilannya agar dapat berguna bagi masyarakat, bangsa dan negara.

Dalam praktek pelaksanaan pendidikan di Indonesia, pemerintah Indonesia telah merancang jenjang pendidikan yang dimulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP), Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) dan dilanjutkan dengan jenjang Pendidikan Tinggi.

Dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bab VI pasal 19 dinyatakan pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis dan doktor yang diselenggarakan oleh pendidikan tinggi.

Selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk mengembangkan kemampuan akademiknya melalui kegiatan belajar mengajar, namun juga dituntut untuk mengembangkan *soft skill*-nya melalui kegiatan organisasi. Dalam Buku Panduan Kegiatan Kemahasiswaan (2014: 1) dijelaskan organisasi kemahasiswaan adalah wahana dan sarana pengembangan diri mahasiswa ke arah perluasan wawasan dan penciptaan kecendekiawanan serta integritas kepribadian, perilaku untuk mencapai tujuan pendidikan tinggi yang berkualitas.

Dari pengertian di atas, dapatlah dipahami bahwa organisasi kemahasiswaan merupakan salah satu tempat dan sarana bagi mahasiswa dalam mengembangkan diri. Melalui organisasi kemahasiswaan, mahasiswa dapat memperluas wawasan dan menciptakan jiwa yang cendekiawan yang mempunyai integritas kepribadian serta perilaku demi tercapainya tujuan pendidikan tinggi yang berkualitas. Selain itu, melalui kegiatan dalam organisasi kemahasiswaan, mahasiswa dapat mengembangkan kompetensi dan kemampuannya, terutama dalam pembentukan *soft skill* dan kepribadiannya.

Di perguruan tinggi terdapat berbagai jenis organisasi kemahasiswaan. Diantaranya yaitu Majelis Perwakilan Mahasiswa (MPM), Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM), Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas (BEMF), Badan Perwakilan Mahasiswa Fakultas (BPMF), Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ), dan lain sebagainya. Melalui organisasi kemahasiswaan inilah mahasiswa dapat mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya agar dapat menjadi pribadi yang berkualitas.

Sebagai seorang mahasiswa di perguruan tinggi, tentu tidak lepas dari belajar. Menurut Djamarah (2011:13), belajar adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan melibatkan dua unsur, yaitu jiwa dan raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif dan psikomotor.

Proses belajar mengajar, terutama di perguruan tinggi dituntut banyak pengerjaan tugas, yang satu mata kuliah bisa jadi lebih dari dua atau tiga tugas. Setiap tugas memang menuntut pengerjaan agak lama, apalagi jenis tugas yang mengandung praktikum atau penelitian di lapangan. Dengan berbagai latar belakang dan alasan tersebut, ditambah lagi dengan kesibukan mahasiswa dalam berorganisasi, mahasiswa cenderung untuk menunda-nunda pekerjaan. Perilaku menunda-nunda pekerjaan yang terkait dengan akademik dalam psikologi diistilahkan dengan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa sudah menjadi suatu kebiasaan. Beberapa contoh, pengerjaan tugas yang seharusnya bisa dikerjakan selama kuliah, baru dikerjakan menjelang dikumpulkan, ujian yang seharusnya dapat disiapkan dengan belajar sebelumnya, baru dilakukan ketika mendekati ujian.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Veronica (2012) terungkap 56,36% mahasiswa Prodi Pendidikan Sejarah Universitas Negeri Padang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi, 40% dari mahasiswa Prodi Pendidikan Sejarah Universitas Negeri Padang memiliki prokrastinasi akademik yang sedang dan 3,64 % mahasiswa Prodi Pendidikan Sejarah Universitas Negeri Padang memiliki prokrastinasi akademik yang rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa pendidikan sejarah cukup tinggi, yaitu sekitar 40%. Hasil penelitian ini juga mengungkapkan cukup banyak mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini tentu juga dipengaruhi oleh berbagai faktor yang mendorong dan memperkuat perilaku prokrastinasi ini pada mahasiswa.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Syafni (2014), ditemukan prokrastinasi mahasiswa yaitu sebanyak 5 orang memiliki prokrastinasi sangat tinggi dengan persentase 6,1%, 20 orang memiliki prokrastinasi tinggi dengan persentase 24,4%, 35 orang memiliki prokrastinasi sedang dengan persentase 42,7%, 17 orang memiliki

procrastinasi pada kategori rendah dengan persentase 20,7% dan 5 orang memiliki procrastinasi pada kategori sangat rendah dengan persentase 6,1%.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafni, menunjukkan perilaku procrastinasi akademik pada mahasiswa berada pada kategori sedang. Ini ditunjukkan dengan persentase terbesar pada kategori sedang yaitu 42,7%. Penelitian ini juga menunjukkan perilaku procrastinasi akademik pada mahasiswa sudah bukan hal yang jarang ditemui.

Procrastinasi akademik merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat meningkatkan atau mengurangi procrastinasi. Menurut Rumiani (2006:39) terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi procrastinasi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi faktor fisik dan psikologis. Kondisi psikologis individu mencakup *trait* individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam regulasi diri dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial.

Salah satu hal yang sangat berpengaruh terhadap perilaku procrastinasi akademik, yaitu kemampuan individu untuk melakukan regulasi diri. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Millgram (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010:164) salah satu ciri kepribadian

individu yang turut mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu ciri kemampuan sosial yang tercermin dalam regulasi diri dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial.

Friedman & Schustack (2006: 284) menyatakan regulasi diri adalah proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri, menentukan target untuk diri mereka sendiri, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah dapat mencapai tujuan tersebut. Dalam proses regulasi diri, seorang individu belajar dalam mengatur diri mereka sendiri, mengatur pemikiran dan perilaku dalam keseharian mereka.

Kurangnya regulasi diri juga berdampak pada kualitas dari penyelesaian tugas yang dikerjakan oleh mahasiswa. Hal ini menjadi salah satu pemicu mahasiswa tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas sehingga kemungkinan tidak teliti, tidak teratur, salah perhitungan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan, hasilnya pun tidak maksimal.

Dari hasil pengamatan yang penulis lakukan terhadap anggota KSR PMI Unit UNP dari bulan Januari- April 2016 di markas KSR PMI Unit UNP terhadap keseharian anggota. Anggota datang ke markas KSR PMI Unit UNP dengan berbagai kegiatan. Diantaranya mendiskusikan berbagai kegiatan program kerja, mengerjakan tugas akademik yang belum sempat

diselesaikan di rumah, sekedar duduk- duduk dan bersenda gurau dengan anggota lain dan berbagai aktivitas lainnya.

Sebagai suatu organisasi yang bergerak di bidang sosial kemanusiaan, terdapat juga program kerja insidental KSR PMI Unit UNP, diantaranya ketika terjadi bencana banjir yang melanda beberapa kabupaten di Sumatera Barat pada bulan Februari 2016, anggota KSR PMI Unit UNP diturunkan di dua kabupaten yang terkena banjir, yaitu di Kabupaten 50 Kota dan Kabupaten Solok Selatan selama satu minggu. Hal ini menyebabkan beberapa anggota memilih untuk tidak mengikuti perkuliahan karena membantu korban banjir. Ketidak ikutsertaan mahasiswa dalam kegiatan perkuliahan juga menjadi salah satu penyebab mereka menunda dalam pengerjaan tugas-tugas akademik sebagai seorang mahasiswa.

Selanjutnya, bencana banjir yang terjadi di beberapa kecamatan di kota Padang pada bulan Maret 2016, beberapa anggota KSR PMI Unit UNP turun sebagai relawan Dapur Umum di kecamatan Padang Utara. Hal ini juga menyebabkan beberapa anggota KSR PMI Unit UNP tidak mengikuti kegiatan perkuliahan dan mendorongnya untuk melakukan penundaan terhadap tugas-tugas kuliahnya.

Selain kegiatan kemanusiaan, ada juga program kerja dari kepengurusan KSR PMI Unit UNP diantaranya LKMR (Latihan Kepemimpinan Manajemen Relawan) yang dilaksanakan pada bulan

Maret 2016. Kegiatan ini dilaksanakan selama tiga hari. Beberapa anggota mengeluh tentang tumpukan tugas yang belum terselesaikan karena mengikuti kegiatan ini. Belum lagi kegiatan lain seperti Donor Darah beserta persiapan pelaksanaannya, Pekan Kreativitas Palang Merah beserta persiapan pelaksanaannya dan kegiatan-kegiatan lain yang menyita waktu, tenaga serta pemikiran dari anggota KSR PMI Unit UNP.

Dari hasil wawancara yang penulis lakukan pada tanggal 26 Maret 2016 di markas KSR PMI Unit UNP terhadap sepuluh orang anggota, delapan orang diantara mereka mengeluh tentang penyelesaian tugas kuliah mereka yang terbengkalai karena belum mampu mengatur dan membagi waktu antara kegiatan organisasi dan perkuliahan. Waktu libur anggota juga diisi dengan berbagai kegiatan untuk menambah pengetahuan dan wawasan mereka. Anggota dituntut harus bisa membagi waktu antara mengikuti kegiatan organisasi dan kuliah beserta menyelesaikan tugas akademik sebagai mahasiswa.

Ada juga mahasiswa yang mengatakan karena kesibukan mereka dalam kegiatan organisasi, kekurangan waktu dalam membuat tugas, mereka hanya asal-asalan dalam membuat tugas. Pengerjaan tugas yang seharusnya bisa dikerjakan selama kuliah, baru dikerjakan menjelang dikumpulkan, ujian yang seharusnya dapat disiapkan dengan belajar sebelumnya, baru dilakukan ketika mendekati ujian.

Selain itu dari wawancara yang penulis lakukan pada tanggal 4 April 2016 di markas KSR PMI Unit UNP terhadap dua puluh orang anggota muda KSR PMI Unit UNP. Lebih dari sebagian mereka mengeluhkan belum dapat menentukan standar dan tujuan dalam kegiatan akademik. Mereka masih bingung dalam mengelola antara pencapaian tujuan dalam bidang akademik dan kegiatan organisasi. Apa yang harus dilakukan, agar kedua tujuan yang akan menjadi arah bagi mereka dalam melaksanakan aktivitas keseharian dapat dicapai. Selain itu lebih dari sebagian mereka juga mengeluhkan belum mampu mengatur waktu antara kesibukan organisasi dengan kewajiban mengerjakan tugas perkuliahan. Ketika mengikuti kegiatan perkuliahan, tugas organisasi menanti dan ketika mengikuti kegiatan organisasi, tugas kuliah juga belum dikerjakan. Sehingga seringkali mereka terlambat dalam menyelesaikan tugas akademik. Terdapat juga beberapa anggota yang juga mengeluh belum mampu dalam mengarahkan perilaku mereka dalam penyelesaian tugas akademik. Tugas yang seharusnya dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang direncanakan seringkali tertunda karena kegiatan organisasi. Mereka mengeluh karena belum mampu melakukan tindakan yang tepat agar tugas akademik dan kegiatan organisasi dapat berjalan seimbang, dan dapat mencapai hasil sebagaimana diinginkan.

Di samping itu, dari beberapa orang yang menjadi dewan pengurus harian di KSR PMI Unit UNP, dari kepengurusan satu kepengurusan lainnya, ada beberapa orang dewan yang tidak dapat menyelesaikan

studinya karena lebih sibuk dengan kegiatan organisasi. Hal ini menyebabkan mereka *drop out* dari universitas. Juga terdapat keyakinan yang berkembang, komandan (ketua dalam organisasi ini) tidak akan diwisuda sebelum komandan sebelumnya wisuda. Keyakinan ini terus berkembang dari generasi ke generasi sehingga tidak ada komandan yang menyelesaikan studi tepat waktu.

Berdasarkan fenomena yang penulis jabarkan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Anggota KSR PMI Unit UNP.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti mengidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut :

1. Adanya mahasiswa yang menunda-nunda dalam membuat tugas.
2. Adanya mahasiswa yang asal-asalan dalam membuat tugas akademiknya.
3. Adanya mahasiswa yang kekurangan waktu dalam menyelesaikan tugas.
4. Adanya mahasiswa yang belum mampu mengatur waktu antara kesibukan organisasi dengan kewajiban mengerjakan tugas perkuliahan.
5. Adanya mahasiswa yang belum mampu mengarahkan perilaku dalam penyelesaian tugas akademik

6. Adanya mahasiswa yang tidak menyelesaikan studi tepat waktu.
7. Adanya mahasiswa yang *drop out* dari kampus.
8. Adanya mahasiswa yang belum mampu mengarahkan pemikiran serta emosi mereka dalam pengerjaan tugas kuliah dan organisasi.

### **C. Batasan Masalah**

Sesuai dengan identifikasi masalah yang dijabarkan sebelumnya, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini, dibatasi pada hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik anggota KSR PMI unit UNP.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik anggota KSR PMI Unit UNP.

### **E. Asumsi**

Penelitian ini dilandasi oleh asumsi sebagai berikut :

1. Setiap mahasiswa memiliki regulasi diri yang berbeda dalam menyikapi aktivitas kesehariannya.
2. Setiap mahasiswa memiliki pandangan serta sikap yang berbeda terhadap tugas akademik.
3. Setiap mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang berbeda.

## **F. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan masalah yang dikemukakan dalam rumusan masalah sebelumnya, pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah gambaran regulasi diri anggota KSR PMI Unit UNP?
2. Bagaimanakah gambaran prokrastinasi akademik anggota KSR PMI Unit UNP?
3. Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik anggota KSR PMI Unit UNP?

## **G. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan pertanyaan penelitian sebelumnya, adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu :

1. Mendeskripsikan regulasi diri pada anggota KSR PMI Unit UNP.
2. Mendeskripsikan prokrastinasi akademik pada anggota KSR PMI Unit UNP.
3. Menguji hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada anggota KSR PMI Unit UNP.

## **H. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya tujuan penelitian seperti yang disebutkan di atas, maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis
  - a. Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan keilmuan terhadap teori psikologi

belajar terutama berkaitan dengan regulasi diri dalam kaitannya dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan kajian bagi peneliti selanjutnya yang menaruh perhatian yang sama mengenai permasalahan regulasi diri dan prokrastinasi akademik.

## 2. Manfaat praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada pembina dan dewan pengurus harian KSR PMI Unit UNP mengenai gambaran regulasi diri dan perilaku prokrastinasi pada anggota KSR PMI Unit UNP.
- b. Bagi mahasiswa, terutama yang aktif dalam kegiatan organisasi diharapkan mendapatkan informasi mengenai regulasi diri dan prokrastinasi akademik sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengatur regulasi diri dan menghindari perilaku prokrastinasi.
- c. Bagi Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang, dapat dijadikan masukan dalam menyusun program layanan yang akan diberikan kepada mahasiswa.