

PENGARUH PROKRASTINASI DAN REGULASI DIRI TERHADAP INDEKS PRESTASI KUMULATIF MAHASISWA PENDIDIKAN MATEMATIKA STKIP PGRI PACITAN

Kurniyawati¹, Dwi Cahyani Nur Apriyani², Mulyadi³

¹²³Pendidikan Matematika, STKIP PGRI Pacitan

Email: kurniakunia022@gmail.com¹, yaa_latiif09@gmail.com², mulyadi@stkippacitan.ac.id³

Abstrak: Indeks Prestasi Kumulatif merupakan hasil yang diperoleh mahasiswa setelah mengikuti rangkaian kegiatan perkuliahan selama satu semester. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh prokrastinasi dan regulasi diri terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa. Desain penelitian yang digunakan adalah *ex post facto* dengan pendekatan kuantitatif. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa Pendidikan Matematika STKIP PGRI Pacitan sejumlah 93 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dan diperoleh 49 sampel. Pengumpulan data menggunakan metode dokumentasi dan angket, sedangkan teknik analisis data menggunakan Analisis Regresi Linier berganda. Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan prokrastinasi dan regulasi diri terhadap Indeks Prestasi Kumulatif.

Kata Kunci: Prokrastinasi, Regulasi Diri, Indeks Prestasi Kumulatif

Abstract: *Cumulative grade point is the result of lectures for a semester. This study aims to the effect of Procrastination and Self-Regulation on Cumulative Grade point Students. This research is an ex-post facto research using a quantitative approach. The study population was Mathematics Education STKIP PGRI Pacitan students, totaling 93. By using the Purposive sampling technique, the sampling got 49 samples. The data collection method was obtained by documentation and questionnaire, while the data analysis technique used multiple regression analysis. The results of the research data analysis concluded that there is an effect of Procrastination and Self-Regulation on Cumulative Grade point Students.*

Keywords: *Procrastination, Self-Regulation, Cumulative Grade Point*

PENDAHULUAN

Pendidikan pada perguruan tinggi tentunya berbeda dengan pendidikan pada tingkat dasar dan menengah. Seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa. Tentunya terdapat perbedaan-perbedaan yang harus dapat disesuaikan oleh diri mahasiswa. Menurut Aruan (2020:84) seorang mahasiswa dituntut untuk memiliki kualitas tertentu, salah satunya adalah dituntut untuk memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang bagus atau sesuai dengan standar.

Indeks Prestasi Kumulatif merupakan nilai akhir yang diperoleh mahasiswa setelah pelaksanaan perkuliahan selama satu semester. Nilai ini dihasilkan dari perhitungan nilai-nilai yang telah diperoleh selama kegiatan perkuliahan. Kegiatan perkuliahan meliputi kehadiran, keaktifan, nilai tugas, nilai Ulangan Tengah Semester, dan nilai Ulangan Akhir Semester. Mahasiswa diharapkan dapat mengikuti seluruh kegiatan perkuliahan untuk mencapai nilai yang diinginkan.

Mahasiswa hendaknya mampu membagi waktu dengan baik agar dapat melaksanakan seluruh kegiatan perkuliahan. Mengingat tidak hanya kegiatan akademik saja yang diikuti oleh mahasiswa, namun juga kegiatan non akademik. Selain itu, sebagai seorang mahasiswa pasti memiliki banyak tuntutan yang harus dipenuhi di luar kegiatan perkuliahan. Seperti yang disampaikan (Udil, 2022:76) mahasiswa dituntut untuk mampu mengembangkan potensi dirinya secara mandiri, aktif, dan partisipatif. Namun tidak menutup kemungkinan mahasiswa akan menemui adanya hambatan dalam mencapai target perkuliahan.

Hambatan yang dialami oleh mahasiswa tidak selalu datang dari luar, namun bisa datang dari diri mahasiswa sendiri. Beberapa mahasiswa gagal mengatur waktu dengan baik, sehingga beberapa tagihan perkuliahan gagal dicapai. Seseorang dikatakan dapat membagi waktu dengan bijaksana, ketika dapat membagi aktivitas-aktivitasnya dalam waktu dan proporsi yang tepat sesuai dengan prioritas dan kepentingannya (Saraswati, 2017:211). Kegagalan mahasiswa dalam mengatur waktu dapat memicu penundaan pengerjaan tugas atau prokrastinasi. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai mengerjakan suatu pekerjaan atau kegagalan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya (Lestari dan Yudhanegara, 2015:97). Penundaan tentunya akan berdampak pada pencapaian target penyelesaian tugas bagi mahasiswa. Dalam psikolog kecenderungan menunda-nunda tugas akademik ini disebut prokrastinasi akademik (Saman, 2017:57).

Berdasarkan hasil observasi, fenomena prokrastinasi dapat ditemukan pada mahasiswa program studi Pendidikan Matematika STKIP PGRI Pacitan. Beberapa mahasiswa menyatakan bahwa masih sering menunda mengerjakan tugas dan memilih mengerjakan tugas ketika sudah mendekati *deadline*. Penundaan ini mengakibatkan mahasiswa seringkali mengalami keterlambatan dalam pengumpulan tugas. Beberapa mahasiswa juga mengaku pernah tidak mengumpulkan tugas dengan alasan tidak memahami materi dan waktu yang diberikan terlalu singkat.

Prokrastinasi akademik tidak hanya terkait dengan penundaan dan kegagalan manajemen waktu, tetapi juga melibatkan aspek psikologis lain yang beragam dan kompleks (Udil, 2022:78). Mahasiswa melakukan prokrastinasi dengan berbagai alasan seperti munculnya rasa malas, tugas dianggap sulit, atau memilih pekerjaan lain. Beberapa mahasiswa juga beralasan aktif mengikuti organisasi serta karena tuntutan

pekerjaan. Satu alasan positif mahasiswa yaitu menunda dengan tujuan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

Kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing mahasiswa tentunya berbeda-beda. Perbedaan menyangkut kapasitas intelektual, keterampilan, motivasi, persepsi, sikap, kemampuan, minat, latar kehidupan keluarga, dan lain-lain (Aruan, 2020:84). Hal ini akan berpengaruh pada pengaturan diri masing-masing mahasiswa sebagai upaya untuk mencapai hasil prestasi yang diharapkan. Oleh karena itu, diperlukan regulasi diri pada mahasiswa dalam melaksanakan seluruh proses perkuliahan.

Menurut Woolfolk, regulasi diri menjadi salah satu faktor internal yang berpengaruh pada prestasi seseorang (Husna, dkk., 2014:51). Park dan Sperling mengatakan bahwa regulasi diri menunjuk pada pola pikir, perilaku dan perasaan yang mengarah pada pencapaian tujuan yang dimiliki oleh setiap individu (Nisva dan Okfrima, 2019:156). Apabila tujuan tersebut adalah hasil belajar, maka regulasi diri yang dimaksud adalah regulasi diri dalam belajar. Menurut Lestari dan Yudhanegara (2015:94) *self-regulated learning* merupakan kemampuan memonitor, meregulasi, mengontrol aspek kognisi, motivasi, dan perilaku diri sendiri dalam belajar.

Berdasarkan hasil observasi, mahasiswa Pendidikan Matematika STKIP PGRI Pacitan memiliki kemampuan regulasi diri yang berbeda-beda. Beberapa mahasiswa menyatakan sering mengalami kegagalan membagi waktu dan mengontrol diri dengan baik. Ada juga mahasiswa yang mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan akibat tidak bisa mengatur diri karena banyaknya kegiatan di luar perkuliahan yang diikuti. Kegiatan tersebut antara lain kegiatan Unit Kreativitas Mahasiswa (UKM), Himpunan Mahasiswa Prodi (HMP), kegiatan bimbingan belajar/les, bekerja, dan kegiatan di luar kampus lainnya. Namun beberapa mahasiswa juga memiliki kemampuan regulasi diri yang cukup baik, dimana mahasiswa mampu memonitor dan mengontrol dirinya untuk mencapai tujuan perkuliahan yang diinginkan.

Rachmah (2015:62) menyatakan bahwa regulasi diri dalam belajar yang baik akan membantu seseorang dalam memenuhi berbagai tuntutan yang dihadapinya. Begitu juga dengan mahasiswa, regulasi diri yang baik sangatlah dibutuhkan. Regulasi diri merupakan salah satu faktor yang kuat untuk memprediksi perilaku akademik mahasiswa (Febritama dan Sanjaya, 2018:97). Oleh karena itu, regulasi diri menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap prestasi mahasiswa.

Kedua variabel tersebut secara tidak langsung berpengaruh terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa, sehingga membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada prokrastinasi dan regulasi diri pada mahasiswa Pendidikan Matematika STKIP PGRI Pacitan. Karena berdasarkan hasil observasi, fenomena prokrastinasi dan regulasi diri dapat ditemukan pada mahasiswa tersebut. Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui ada atau tidaknya pengaruh kedua variabel terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *ex post facto*. Penelitian dilaksanakan di STKIP PGRI Pacitan pada Program Studi Pendidikan Matematika tahun akademik 2022/2023. Populasi penelitian ini terdiri dari 93 mahasiswa, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dan diperoleh 49 mahasiswa sebagai sampel. Teknik pengambilan data dilakukan dengan metode dokumentasi untuk memperoleh data Indeks Prestasi Kumulatif serta metode angket untuk memperoleh data Prokrastinasi dan Regulasi Diri. Analisis data yang digunakan yaitu Analisis Regresi Linier Berganda dengan uji prasyarat antara lain uji linieritas, uji signifikansi, uji multikolinieritas, dan uji heteroskedastisitas. Analisis data dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Linieritas

Tabel 1: Uji Linieritas Prokrastinasi dengan IPK

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
IPK *	Between	(Combined)	.824	16	.051	.896	.579
Prokrastinasi	Groups	Linearity	.018	1	.018	.313	.580
		Deviation from Linearity	.806	15	.054	.935	.538
	Within Groups		1.838	32	.057		
	Total		2.662	48			

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar $0,538 > 0,05$ artinya antara variabel Prokrastinasi dengan Indeks Prestasi Kumulatif memiliki hubungan yang linear.

Tabel 2: Uji Linieritas Regulasi Diri dengan IPK

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
IPK *	Between Groups	(Combined)	1.998	23	.087	3.270	.002
RegulasiDiri	Linearity		1.141	1	1.141	42.960	.000
	Deviation from Linearity		.857	22	.039	1.466	.177
	Within Groups		.664	25	.027		
	Total		2.662	48			

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar $0,177 > 0,05$ artinya antara variabel Regulasi Diri dengan Indeks Prestasi Kumulatif memiliki hubungan yang linear

Uji signifikansi

Tabel 3: Uji Signifikansi Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap IPK

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1.278	2	.639	8.504	.001 ^a
	Residual	3.456	46	.075		
	Total	4.734	48			

a. Predictors: (Constant), Regulasi Diri, Prokrastinasi

b. Dependent Variable: IPK

Berdasarkan nilai signifikansi yaitu sebesar $0,001 < 0,05$, artinya variabel Prokrastinasi dan Regulasi Diri berpengaruh terhadap variabel Indeks Prestasi Kumulatif

Uji Normalitas Residual

Tabel 4: Uji Normalitas Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap IPK

		Unstandardized Residual
N		49
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.26832607
Most Extreme Differences	Absolute	.159
	Positive	.120
	Negative	-.159
Kolmogorov-Smirnov Z		1.112
Asymp. Sig. (2-tailed)		.169

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui nilai signifikansi sebesar $0,169 > 0,05$ yang berarti data berdistribusi normal.

Uji Multikolinieritas

Tabel 5: Hasil Uji Multikolinieritas Prokrastinasi dan Regulasi Diri

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	3.895	.358		10.870	.000		
Prokrasinasi	-.029	.010	-.368	-2.919	.005	1.000	1.000
Regulasi Diri	.017	.006	.363	2.881	.006	1.000	1.000

a. Dependent Variable: IPK

Hasil perhitungan menunjukkan *VIF* sebesar $1,000 < 10$ dan nilai *Tolerance* yaitu sebesar 1,000, artinya tidak terdapat gejala multikolinieritas pada model regresi.

Uji Heteroskedastisitas

Tabel 6: Hasil Uji Heteroskedastisitas Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap IPK

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-.080	.281		-.284	.777
Prokrastinasi	.008	.008	.148	1.013	.316
Regulasi Diri	.000	.005	-.010	-.069	.946

a. Dependent Variable: ABS_RES

Diketahui nilai signifikansi *constant* sebesar $0,777 > 0,05$ artinya data tidak mengalami gejala heteroskedastisitas

Uji Hipotesis

Tabel 7: Hasil Uji Hipotesis Pengaruh Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap IPK

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	3.369	.469		7.192	.000
Prokrastinasi	-.016	.006	-.369	-2.739	.009
Regulasi Diri	.017	.006	.374	2.778	.008

a. Dependent Variable: IPK

Nilai *Constant* sebesar 3,369, artinya apabila tidak ada Prokrastinasi dan Regulasi Diri maka nilai konsisten Indeks Prestasi Kumulatif sebesar **3,369**. Kemudian nilai koefisien regresi pada *unstandardized Coefficiens* variabel Prokrastinasi sebesar **-0,016** dan variabel Regulasi Diri sebesar **0,017**. Sehingga diperoleh persamaan regresi yaitu $\hat{Y} = 3,369 - (0,016)X_1 + (0,017)X_2$

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1.937	2	.969	15.935	.000 ^a
	Residual	2.796	46	.061		
	Total	4.734	48			

a. Predictors: (Constant), REGULASI DIRI, PROKRASTINASI

b. Dependent Variable: IPK

Berdasarkan tabel *output* di atas diketahui nilai signifikansi sebesar **0,000 < 0,005**. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan variabel Prokrastinasi dan Regulasi Diri secara bersama-sama terhadap variabel Indeks Prestasi Kumulatif. Kemudian untuk mengetahui koefisien determinasi dapat dilihat dari tabel berikut.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					
					R Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	Durbin-Watson
1	.640 ^a	.409	.384	.24656	.409	15.935	2	46	.000	2.171

a. Predictors: (Constant), REGULASI DIRI, PROKRASTINASI

b. Dependent Variable: IPK

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai R sebesar **0,640**, hal ini menunjukkan bahwa pengaruh yang kuat antara Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap Indeks Prestasi Kumulatif. Nilai *Adjusted R Square* sebesar **0,384**, artinya pengaruh Prokrastinasi dan Regulasi Diri secara bersama-sama terhadap Indeks Prestasi Kumulatif sebesar 38,4%. Sedangkan sisanya, 62,6% dipengaruhi oleh variabel lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap Indeks Prestasi Kumulatif.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa Prokrastinasi berpengaruh negatif terhadap Indeks Prestasi Kumulatif serta Regulasi Diri berpengaruh positif

terhadap Indeks Prestasi Kumulatif. Hal tersebut dapat menjadi dasar bahwa dalam upaya meningkatkan prestasi mahasiswa perlu adanya perbaikan terutama dari dalam diri mahasiswa

DAFTAR PUSTAKA

- Aruan, Juli. 2020. "Pengaruh Regulasi Diri dan Lingkungan Belajar Terhadap Prestasi Belajar". *Psikoborneo*. Vol.8 No. 1 tahun 2020. Samarinda: Universitas Mulawarman Samarinda.
- Febritama, Shierly & Sanjaya, Ersya Lanang. 2018. "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa". *Jurnal Ecopsy*. Vol. 5 No. 2 tahun 2018. Surabaya: Universitas Ciputra.
- Husna, Aftina Nurul (et al). 2014. "Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi". *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 13 No. 1 tahun 2014. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Lestari, Karunia Eka & Yudhanegara, Mokh. Ridwan. 2016. *Penelitian Pendidikan Matematika*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Nisva, Lidia & Okfrima, Ria. 2019. "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa KORPS Sukarelaw Palang Merah Indonesia (KSR PMI) di Universitas Negeri Padang". *Jurnal PSYCHE*. Vol. 12 No. 2 tahun 2019. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Rachmah, Dwi Nur. 2015. "Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak". *Jurnal Psikologi*. Vol. 42 No. 1 tahun 2015. Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat.
- Saman, Abdul. 2017. "Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan)". *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. Vol. 3 No. 2 tahun 2017. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Saraswati, Putri. (2017). "Strategi *Self Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Akademik". *INTUISI*. Vol. 9 No. 3 tahun 2017. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Udil, Patrisius Afrisno. (2022). "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Matematika FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang". *SOULMATH: Jurnal Ilmiah Edukasi Matematika*. Vol. 10 No.1 tahun 2022. Kupang: Universitas Nusa Cendana.