

Peran Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Selama Pandemi COVID-19

Almira Salsabila Wicahyanto¹, Ammik Kisriyani²

^{1,2}Fakultas Psikologi UGM

e-mail: ¹almirasalsabila@mail.ugm.ac.id

Abstract. COVID-19 pandemic has caused changes in education from traditional classrooms method to online distance learning. However, online learning raises new problem, such as academic procrastination. Self-regulated learning (SRL) has been a crucial factor in reducing academic procrastination. This study was conducted to determine the role of SRL on academic procrastination in high school students during the COVID-19 pandemic using quantitative methods. Data was collected using Belajar Berdasar Regulasi Diri (BBDB) scale which based on Asla (2005). Meanwhile, academic procrastination, was measured using the Academic Procrastination scale based on Steel's (2010) theory. The method used in this study is a regression analysis technique on 204 high school students. The results of linear regression analysis show that SRL significantly plays a role in reducing academic procrastination in high school students during online learning during the COVID-19 pandemic.

Keywords: *self-regulated learning (SRL), academic procrastination, COVID-19, online learning*

Abstrak. Pandemi COVID-19 menyebabkan perubahan metode pendidikan dari kelas tradisional menjadi pembelajaran jarak jauh (PJJ) melalui daring. Namun, PJJ melalui daring nyatanya menimbulkan beberapa masalah baru, seperti prokrastinasi akademik. Salah satu faktor yang memiliki peran krusial dalam mengurangi prokrastinasi akademik adalah regulasi diri. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA selama pandemi COVID-19 menggunakan metode kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Regulasi Diri dalam Belajar yang didasarkan pada teori Asla (2005). Sementara variabel dependen, yaitu prokrastinasi akademik, diukur menggunakan skala Prokrastinasi Akademik berdasarkan teori Steel (2010). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi pada 204 siswa SMA. Hasil analisis regresi linear menunjukkan bahwa regulasi diri secara signifikan berperan dalam menurunkan prokrastinasi akademik pada siswa SMA selama pembelajaran daring pandemi COVID-19.

Kata kunci: *regulasi diri akademik, prokrastinasi akademik, COVID-19, pembelajaran daring*