

# HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PENCINTA ALAM UNIVERSITAS DIPONEGORO

## Abstrak

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan menunda yang dilakukan mahasiswa secara sengaja dan berulang dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana yang telah disusun dengan apa yang terjadi, serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pencinta alam Universitas Diponegoro. Populasi penelitian ini ialah mahasiswa yang tergabung dalam organisasi pencinta alam Universitas Diponegoro berjumlah 150 orang dengan sampel uji coba sejumlah 60 orang dan sampel penelitian sejumlah 90 orang menggunakan teknik simple random sampling. Data diperoleh menggunakan skala regulasi diri (33 aitem valid,  $\alpha = 0,924$ ) dan skala prokrastinasi akademik (29 aitem valid,  $\alpha = 0,936$ ). Analisis non parametrik *Spearman Rho* menunjukkan koefisien korelasi sebesar  $r_s = -0,598$  dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. Kesimpulannya tinggi rendahnya variabel regulasi diri memiliki hubungan dengan variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa pencinta alam Universitas Diponegoro. Regulasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 35,76% prokrastinasi akademik.

**Kata kunci:** Regulasi Diri, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa Pencinta Alam.

# THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND ACADEMIC PROCRASTINATION OF THE NATURE LOVERS STUDENT ASSOCIATION AT UNIVERSITAS DIPONEGORO

## Abstract

Academic procrastination is a deliberate tendency of students to postpone starting or completing academic assignments, lateness in completing tasks, a discrepancy between the arranged plan and what occurs, and engaging in more entertaining activities. This study aims to determine the relationship between self-regulation and academic procrastination among the Nature Lovers Student Association of Universitas Diponegoro. The population of this study consists of 150 students who are members of the Nature Lovers Student Association at Universitas Diponegoro. In this study, the sample of test results is 60 students, while the sample of the research is 90 students, who were chosen using simple random sampling. The data were collected using the self-regulation scale (33 valid items,  $\alpha = 0,924$ ) and the academic procrastination scale (29 valid items,  $\alpha = 0,936$ ). The non-parametric test of *Spearman Rho* reveals the correlation coefficient with the  $R_s$  value = -0,598 and the p-value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), indicating that the hypothesis, that there is a significant negative relationship between self-regulation and academic procrastination, is accepted. In conclusion, the self-regulation variable is related to the academic procrastination variable of the Nature Lovers Student Association at Universitas Diponegoro because the self-regulation gives an effective contribution of 35,76% to the academic procrastination.

**Keywords:** Self-regulation, Academic Procrastination, Nature Lovers Student Association