

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Prokrastinasi Akademik**

##### **2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik**

Istilah prokrastinasi berasal dari dua kata dalam bahasa latin yaitu *pro* yang berarti bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti keputusan hari esok, ini berarti prokrastinasi adalah menunda sampai hari berikutnya (Ferrari, 2015). prokrastinasi adalah suatu mekanisme untuk mengatasi kecemasan yang berhubungan dengan bagaimana cara memulai atau menyelesaikan pekerjaan dan dalam hal membuat keputusan. (Ghufron & Risnawita 2012, : 150).

Prokrastinasi juga didefinisikan sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh mahasiswa. mahasiswa pelaku prokrastinasi tidak mungkin untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi, akan tetapi mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya, sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu (Ferrari, 2015).

Prokrastinasi sebagai kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas, yang hal itu sebenarnya tidak perlu dilakukan seseorang karena adanya ketakutan untuk gagal, serta adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar, bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu *trait* prokrastinasi (Basri, 2017: 56).

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Berdasarkan pendapat yang diungkapkan oleh beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan pada tugas akademik yang dilakukan oleh mahasiswa secara sadar dengan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan dan tidak

penting, tidak bertujuan, dan tidak memperhatikan waktu sehingga menimbulkan akibat negatif atau kerugian pada mahasiswa (Nafeesa, 2018 ).

### 2.1.2 Aspek–aspek Prokrastinasi

Mengidentifikasi aspek-aspek prokrastinasi akademik, diantaranya. Ferrari, J.R.(2015 : 93) :

1. Gagal menepati deadline (*Perceived time*)

Kecenderungan individu untuk menunda-nunda ditandai dengan ketidak mampuan memenuhi waktu yang diberikan. Ini karena seseorang tidak memikirkan masa depan, tetapi berfokus pada masa kini. Individu tahu bahwa tugas itu harus segera diselesaikan, tetapi dia menunda tugas itu. Hal ini mempengaruhi kegagalan untuk melakukan tugas manajemen waktu.

2. Kesenjangan antara rencana dan kinerja (*Intention action*)

Kesulitan individu dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu. Dalam hal ini, ketika seseorang berencana untuk memulai mengerjakan tugas tertentu, tetapi ketika saatnya tiba, dia tidak segera bekerja sesuai dengan rencana. Hal ini akan mengakibatkan keterlambatan dalam tugas yang diberikan.

3. Rasa tertekan saat menunda tugas (*Emotional distes*)

Perasaan tidak nyaman atau cemas ketika individu melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini karena individu percaya bahwa ada waktu yang lama sebelum akhir waktu, yang menyebabkan ketidaknyamanan karena tidak menyelesaikan tugas.

4. Persepsi terhadap kemampuan (*Perceved ability*)

Keraguan dalam diri seseorang yang menyebabkan keterlambatan. Ketakutan dan kegagalan dapat menyebabkan seseorang merasa bersalah karena gagal menyelesaikan suatu tugas. Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan dapat disimpulkan aspek prokrastinasi akademik meliputi. Gagal menepati *deadline*, kesenjangan antara rencana dan kinerja, rasa tertekan saat menunda tugas dan persepsi terhadap kemampuan. Untuk selanjutnya dijadikan indikator alat ukur

prokrastinasi akademik dalam penelitian, dengan pertimbangan aspek tersebut sudah cukup mewakili dalam mengungkap sejauh mana fenomena prokrastinasi yang ada pada subjek penelitian.

### 2.1.3 Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik dapat dikategorikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dengan ciri-ciri berupa (Ghufron & Risnawita 2012, : 158).

1. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokratinato menunda waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang- kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.

2. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang procrastinator direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

3. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan

Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan.

#### 2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi

Terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi, yaitu. (Ghufron & Risnawita 2012, : 163) :

1. Faktor internal, adalah faktor yang timbul dari dalam diri individu yang mempengaruhi pembentukan prokrastinasi. Faktor internal yang bersifat fisik dan psikis menjadi lemah dan bersifat individual.

- a. Kondisi Fisik Individu

Faktor internal seseorang yang mempengaruhi penundaan akademik adalah kondisi fisik dan kondisi kesehatan seperti kelelahan. Seseorang yang mengalami kelelahan lebih cenderung menunda.

- b. Kondisi Psikologis Individu

Kepribadian individu yang dapat mempengaruhi timbulnya perilaku prokrastinasi, seperti keterampilan sosial yang terlibat dalam pengaturan diri dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. Semakin tinggi motivasi internal selama tugas, semakin rendah kecenderungan untuk menunda-nunda. Dalam hal ini yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik adalah rendahnya tingkat pengendalian diri individu.

2. Faktor eksternal, faktor yang berasal dari luar individu, misalnya banyaknya tugas yang diberikan dan menuntut penyelesaian dalam waktu yang bersamaan. faktor eksternal lainnya pola asuh orang tua dan lingkungan

- a. Gaya pengasuhan orang tua

Tingkat pola asuh ayah yang otoriter telah menyebabkan munculnya tren perilaku penundaan yang lama terutama pada wanita subjek penelitian .

- b. Kondisi lingkungan yang linient

Prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan dari pada lingkungan yang mendapatkan pengawasan penuh. , tingkat atau level sekolah

maupun apakah sekolah yang berada di desa maupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang .

Berdasarkan paparan faktor diatas antara internal kondisi fisik dan kondisi psikologis sangat dibutuhkan dalam diri individu begitu juga dengan faktor eksternal antara pengasuhan orang tua dan lingkungan.

## **2.2 *Self – Regulated Learning***

### **2.2.1 *Pengertian Self-Regulated Learning***

Beberapa tahun belakangan, sejumlah teori sudah dikemukakan untuk menjelaskan bagaimana seorang mahasiswa menjadi regulator dalam belajarnya sendiri . Salah satu teori sosial kognitif yang berusaha menjelaskan tentang *self-regulated learning* (SRL) dapat didefinisikan sebagai suatu proses di mana pelajar melakukan strategi dengan meregulasi kognisi, metakognisi, dan motivasi. Strategi kognisi meliputi usaha mengingat kembali dan melatih materi terus-menerus, elaborasi, dan strategi mengorganisir materi. Strategi metakognisi meliputi merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi. Strategi motivasional meliputi menilai belajar sebagai kebutuhan diri atau sisi intrinsik, melakukan penghargaan terhadap diri sendiri, dan tetap bertahan ketika menghadapi kesulitan (Titik Kristiyani, 2016: 12).

*Self-regulated learning* ini menyangkut pada penerapan dari model umum regulasi dan regulasi diri berkaitan persoalan pembelajaran, terutama pembelajaran akademik. Ada empat asumsi umum mengenai *self-regulated learning* yang pertama, asumsi aktif dan konstruktif. Mahasiswa sebagai partisipan yang aktif konstruktif dalam proses belajar, baik itu aktif mengkonstruksi pemahaman, tujuan, maupun strategi dari informasi yang tersedia di lingkungan dan pikirannya sendiri. Kedua, potensi untuk mengontrol (Zimmerman 2011,;11)

Mahasiswa sanggup memonitor, mengontrol, meregulasi aspek tertentu dari kognitif, motivasi dan perilaku sesuai karakteristik lingkungan jika memungkinkan. Ketiga, asumsi tujuan, kriteria, atau standar. Asumsi tersebut digunakan untuk menilai apakah proses harus dilanjutkan bila perlu ketika

beberapa kriteria atau standar berubah. Keempat, aktivitas regulasi diri merupakan penengah (*mediator*) antara personal dan karakteristik konteks dan prestasi atau performa yang sesungguhnya. *Self-regulation* pada kognitif, motivasi, dan perilaku yang dimiliki mahasiswa, merupakan perantara hubungan antara *person*, konteks dan bahkan prestasi (Zimmerman 2011,:11).

*Self-regulation* adalah proses dimana mahasiswa mengaktifkan dan mempertahankan kognisi, perilaku, dan perasaan yang mana secara sistematis diorientasikan pada pencapaian tujuan mereka. secara umum bahwa *self-regulated learning* pada mahasiswa digambarkan melalui tingkatan atau derajat yang meliputi keaktifan partisipasi baik secara metakognisi, motivasi, maupun perilaku mahasiswa didalam proses belajar. Mahasiswa dengan sendirinya memulai dan berusaha secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan, daripada bergantung pada guru, orang tua atau orang lain (Fontana, 2015).

Berdasarkan dari pendapat beberapa ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *self-regulated learning* adalah usaha aktif dan mandiri mahasiswa dengan memantau, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku, yang diorientasikan atau diarahkan pada tujuan belajar (Titik Kristiyani 2016,:16).

### 2.2.2 Aspek-aspek *Self-Regulated Learning*

*Self-regulated learning* terdiri dari 3 aspek umum dalam pembelajaran akademis (Zimmerman, 2010):

1. Kognisi dalam *self-regulated learning* adalah kemampuan mahasiswa merencanakan, menetapkan tujuan, mengatur, memonitor diri, dan mengevaluasi diri pada berbagai sisi selama proses penerimaan. Proses ini memungkinkan mereka untuk menjadi menyadari diri, banyak mengetahui dan menentukan pendekatan dalam belajar.
2. Motivasi dalam *self-regulated learning* yaitu dimana mahasiswa merasakan *self-efficacy* yang tinggi, atribusi diri dan berminat pada tugas intrinsik.

3. Perilaku dalam *Self Regulated Learning* ini merupakan upaya mahasiswa untuk memilih, menstruktur, dan menciptakan lingkungan yang mengoptimalkan belajar. Mereka mencari nasihat, informasi dan tempat di mana mereka yang paling memungkinkan untuk belajar.

### 2.2.3 Tipe-tipe *Self-Regulated Learning*

Strategi *selfregulated learning* berdasarkan aspek-aspek *self-regulated learning*, yaitu (Fontana, 2015) :

1. Strategi kognitif, yang terdiri dari 4 strategi antara lain:
  - a. *Rehearsal* termasuk berusaha untuk mengingat materi dengan caramengulang terus menerus atau jenis pengolahan yang lebih “dangkal”.
  - b. *Elaboration*, refleksi yang lebih mendalam pendekatan untuk belajar dengan berusaha untuk merangkum materi, menempatkan materi kedalam kata – kata kita sendiri, dan lain – lain.
  - c. *Organization* melibatkan beberapa proses yang lebih dalam melalui penggunaan berbagai taktik seperti membuat catatan, menggambar diagram, atau membuat peta konsep untuk mengorganisasikan materi pelajaran.
  - d. *Metacognitive self-regulation* meliputi berbagai perencanaan, monitoring, dan regulasi strate pembelajaran seperti menetapkan tujuan dari kegiatan membaca, memantau pemahaman sebagai salah satu bacaan, dan membuat perubahan atau penyesuaian dalam belajar sebagai salah satu kemajuan melalui sebuah tugas.
2. Strategi motivasi, yang terdiri dari 7 strategi antara lain:
  - a. *Self-consequating* yaitu menentukan dan menyediakan konsekuensi ekstrinsik untuk keterlibatan mereka pada kegiatan belajar. Mahasiswa menggunakan *reward* dan *punishment* secara verbal sebagai wujud konsekuensi.
  - b. *Enviromental structuring dideskripsikan* upaya mahasiswa untuk memusatkan perhatian, untuk mengurangi gangguan pada lingkungan mereka atau lebih umum, untuk menata lingkungan mereka untuk

membuat penyelesaian tugas lebih mudah atau lebih mungkin terjadi tanpa gangguan.

- c. *Mastery Self-talk* adalah berpikir tentang penguasaan yang berorientasi pada tujuan seperti, pemuasan keingintahuan, menjadi lebih kompeten atau lebih mengetahui suatu topik, atau meningkatkan perasaan otonomi mereka.
  - d. *Performance or Extrinsic Self-talk* adalah ketika mahasiswa dihadapkan pada kondisi untuk menyudahi belajar, mahasiswa mungkin berpikir tentang mendapatkan prestasi yang lebih tinggi atau berusaha sebaik mungkin di kelas sebagai sebuah cara meyakinkan diri untuk terus belajar.
  - e. *Relative Ability Self-talk* dideskripsikan mahasiswa mungkin berpikir tentang penampilan yang lebih spesifik untuk mencapai tujuan seperti melakukan usaha lebih baik dari yang lain atau menunjukkan sebuah kemampuan bawaan dengan tujuan untuk tetap berusaha keras.
  - f. *Situational Interest Enhancement* dideskripsikan mahasiswa dapat bekerja untuk meningkatkan minat situasional atau kesenangan segera pengalaman mereka seraya menyelesaikan sebuah tugas.
  - g. *Relevance Enhancement* dideskripsikan upaya mahasiswa untuk meningkatkan relevansi atau kebermaknaan suatu tugas dengan menghubungkan pada kehidupan mereka sendiri atau minat pribadi mereka sendiri.
3. Strategi perilaku, yang terdiri dari 3 strategi antara lain:
- a. *Effort Regulation* dideskripsikan usaha mahasiswa untuk menyelesaikan tugas.
  - b. *Regulating time/ Study Environment* dideskripsikan mahasiswa mencoba mengatur waktu mereka dan konteks belajar dengan membuat jadwal belajar dan membuat rencana untuk kapan harus belajar.

- c. *Help Seeking* dideskripsikan mahasiswa mencari bantuan dari teman sebaya, keluarga, teman satu kelas atau dosen.

#### 2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Self-Regulated

Ada tiga faktor, yaitu (Titik Kristiyani 2016: 46):

##### 1. Individu

Faktor individu terbagi menjadi tiga antara lain:

- a. Pengetahuan individu yaitu semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki seseorang maka semakin membantu seseorang dalam melakukan regulasi diri.
- b. Kemampuan metakognisi yaitu semakin tinggi kemampuan metakognisi individu maka akan semakin membantu pelaksanaan regulasi diri pada individu.
- c. Tujuan yang ingin dicapai, yaitu semakin banyak dan kompleks tujuan yang diraih maka semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri.

##### 2. Perilaku

Perilaku yaitu bagaimana individu menggunakan kemampuan yang dimiliki dalam melaksanakan regulasi diri. Semakin besar upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasikan kegiatan maka secara tidak langsung akan meningkatkan regulasi diri pada individu.

##### 3. Lingkungan

Lingkungan berkaitan dengan bagaimana lingkungan dapat mendukung atau tidak mendukung individu dalam pelaksanaan regulasi diri individu tersebut.

#### 2.2.5 Karakteristik Mahasiswa yang *Self-Regulated Learning*

Pada hakikatnya, karakteristik *self-regulated learning* dapat diamati dari bentuk tindakan atau perbuatannya yang mengarah pada tercapainya tujuan belajar. karakteristik Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi, antara lain (Zimmerman.B.J, 2010) :

- 1. Terbiasa dan tahu bagaimana menggunakan strategi kognitif (pengulangan, elaborasi, dan organisasi) yang membantu mahasiswa untuk mengikuti,

mentrasformasi, mengorganisasi, mengelaborasi, dan memperoleh informasi.

2. Mengetahui bagaimana merencanakan, mengontrol, dan mengarahkan proses mental untuk mencapai tujuan personal (metakognisi).
3. Menunjukkan seperangkat keyakinan motivasional dan emosi yang adaptif, seperti tingginya keyakinan diri secara akademik, memiliki tujuan belajar, mengembangkan emosi positif terhadap tugas (senang, puas, dan antusias), memiliki kemampuan untuk mengontrol dan memodifikasinya, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas dan situasi belajar khusus.
4. Mampu merencanakan, mengontrol waktu, dan memiliki usaha terhadap penyelesaian tugas, tahu bagaimana menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, seperti mencari tempat belajar yang sesuai atau mencari bantuan dari dosen dan teman jika menemui kesulitan
5. Menunjukkan usaha yang besar untuk berpartisipasi dalam mengontrol dan mengatur tugas – tugas akademik, iklim dan struktur kelas.
6. Mampu melakukan strategi disiplin, yang bertujuan menghindari gangguan internal dan eksternal, menjaga konsentrasi, usaha, dan motivasi selama menyelesaikan tugas.

## 2.3 *Grit*

### 2.3.1 **Pengertian *Grit***

Istilah *Grit* didefinisikan sebagai “*trait-level perseverance and passion for long-term goals*”. *Grit* mampu memprediksi pencapaian dalam hal yang menantang melebihi dari bakat. Secara khusus *Grit* merupakan kapasitas untuk mempertahankan usaha dan minat terhadap suatu tujuan yang membutuhkan waktu berbulan-bulan atau bahkan lebih untuk dapat menyelesaikannya. *Grit* terkait tetapi berbeda dengan kebutuhan akan berprestasi. Individu yang memiliki *Grit* yang tinggi tidak mudah beralih dari tujuan mereka (Duckworth, 2016).

*Grit* adalah sifat non kognitif positif berdasarkan semangat individu untuk tujuan jangka panjang, ditambah dengan motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan. *Grit* merupakan ketahanan dalam berusaha mengatasi

hambatan atau tantangan untuk mencapai hasil yang diinginkan dan berfungsi sebagai kekuatan pendorong dalam mencapai sesuatu ( Duckworth, 2016).

Mahasiswa dengan *Grit* yang tinggi memandang prestasi sebagai sebuah marathon dan keunggulannya sebagai stamina. Pada saat mahasiswa lain merasa kecewa dan bosan pada sesuatu sehingga merubah haluan dan mundur, mahasiswa dengan *Grit* yang tinggi akan tetap berusaha pada hal yang telah dipilih ( Rusdi rusli, 2020). *Grit* dalam penelitian ini adalah kegigihan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang yang terdiri dari dua dimensi, yaitu: *consistency of interest* dan *perseverance of effort* ( Rusdi rusli, 2020).

Berdasar paparan para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa *Grit* adalah persepsi waktu memainkan peran mendasar dalam pemilihan dan pengejaran tujuan. Ketika waktu dianggap luas dan optimis, fokus pada tujuan jangka panjang diprioritaskan, sebaliknya mencapai tujuan jangka pendek menjadi lebih penting (Hexiang,2019).

### 2.3.2 Dimensi *Grit*

Dua faktor yang menjadi dimensi dalam *Grit* yaitu *consistency of interest* dan *perseverance of effort*. Penjelasan masing-masing dimensi adalah sebagai berikut Duckworth (Rusdi rusli, 2020):

1. *Consistency of Interest*

Dimensi ini berkaitan dengan ketekunan yang selalu menimpa mahasiswa dimana pun berada karena penting memiliki ketekunan.

2. *Perseverance of Effort*

Dimensi ini berkaitan dengan sejauh mana orang akan berusaha keras dalam menghadapi tantangan. Ketahanan dalam berusaha yang tinggi menunjukkan adanya kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaan atau urusan yang sedang dikerjakan. Orang yang gigih dalam berusaha tidak takut menghadapi tantangan dan rintangan, rajin, pekerja keras, dan berusaha mencapai tujuan jangka panjang.

### 2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Grit*

Terdapat dua faktor yang dapat menumbuhkan *Grit* yakni faktor internal dan eksternal Duckworth ( Rusdi rusli, 2020). Berikut penjelasan masing- masing faktor:

1. Faktor Internal
  - a. *Passion*, yaitu melakukan dan mencintai apa yang dikerjakan untuk dapat menghadapi suatu permasalahan.
  - b. *Practice*, yaitu latihan yang dilakukan secara terus menerus tanpa mengenal lelah.
  - c. *Purpose*, yaitu memiliki target dan tujuan yang jelas.
  - d. *Hope*, adalah harapan terhadap keberhasilan melakukan sesuatu. Harapan akan membantu seseorang tidak menyerah pada keadaan.
2. Faktor Eksternal
  - a. *Parenting for Grit*, yaitu peran orang tua dalam membimbing anaknya dalam menumbuhkan *Grit* dalam dirinya.
  - b. *The playing fields*, yaitu tidak hanya mempelajari satu bidang saja tetapi harus memiliki kemampuan atau keahlian dalam bidang non akademik.
  - c. *A culture of Grit*, yaitu menciptakan kultur *Grit* dalam diri seseorang untuk memperoleh peluang kesuksesan yang diinginkan.

## 2.4 Hubungan Antar Variabel

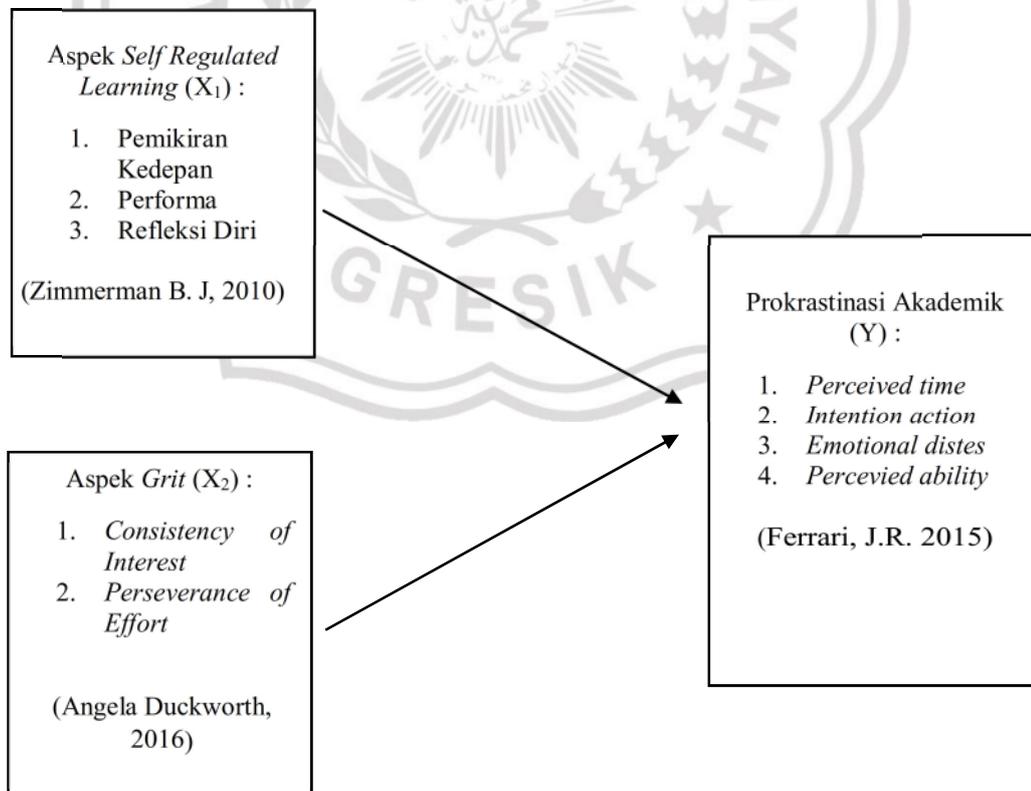
*Self regulated learning* merupakan faktor internal yang juga berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *Self Regulated Learning* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,652 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Semakin tinggi *Self Regulated Learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah prokrastinasi akademik maka tingkat prokrastinasi akademik juga akan rendah (Santika,& Sawitri ,2016) .

Diketahui bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena motivasi internal yang rendah, rasa malas yang besar, pola asuh orang tua yang permisif atau longgar, pengaruh dari teman sebaya (*peer*), lingkungan dan orang-orang terdekat

yang kurang mendukung, dan kurangnya pengaturan waktu antara tugas akademik yang harus dikerjakan dengan urusan yang lainnya (Santika,& Sawitri ,2016).

Faktor eksternal juga berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik yakni *Grit*. *Grit* merupakan kegigihan atau usaha mahasiswa untuk menyelesaikan tugas meskipun banyak tantangan yang dihadapi. beberapa hal yang mampu menjadi prediktor proses latihan yang lebih baik dan dilakukan dengan sengaja yang mampu berdampak pada prestasi, dan didalamnya termasuk *Grit*. Individu dengan *Grit* yang baik tidak hanya menyelesaikan pekerjaan saat ini saja tetapi berusaha mencapai tujuan lebih besar dalam jangka waktu yang lama, serta adanya kontrol diri dalam menjaga konsistensi tujuan dan minat. Sehingga, dapat ditarik kesimpulan bahwa *Self Regulated Learning* sangat berpengaruh terhadap motivasi mahasiswa serta *Grit* membuat mahasiswa gigih untuk berusaha melakukan manajemen waktu yang baik dan tidak lagi menunda tugas sekaligus target yang diharapkan, penundaan yang akan memunculkan fenomena prokrastinasi akademik (Arina & Mujahadah, 2014).

## 2.5 Kerangka Konseptual



**Gambar 2.** Kerangka Konseptual

## 2.6 Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan, dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan dengan teori yang relevan. Jadi hipotesis dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik ( Sugiyono, 2016: 64). Maka hipotesis pada penelitian ini adalah:

- H1 : Terdapat pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik.
- H2 : Terdapat pengaruh *Grit* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik.
- H3 : Terdapat pengaruh *Self Regulated Learning, Grit* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik.

