Prokrastinasi Akademik (teori dan riset perspektif pembelajaran berbasis proyek dan self-regulated learning)

Selasa, 30 Oktober 2018, 11:28 WIB, Oleh: Dahlia Novarianing Asri

Penerbit : UNIPMA Press
ISBN : 978-602-0725-01-7
Jumlah Halaman : x + 183
Bahasa : Indonesia

Yang dimaksud dengan prokrastinasi akademik adalah perilaku yang menunjukkan adanya kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, menghindari tugas dan lingkungan yang tidak menyenangkan karena mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas yang tidak menyenangkan, dan kecenderungan untuk menyalahkan orang lain sebagai sumber eksternal terhadap keadaan dirinya dalam menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang tidak sesuai antara rencana yang telah ditetapkan semula dengan waktu penyelesaian pengerjaan tugas-tugas akademik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa para siswa di sekolah memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi. Artinya, siswa menunda-nunda mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas, tidak sesuai *deadline* yang telah ditentukan, dan mendahulukan aktivitas lain saat mengerjakan tugas. Tingginya prokrastinasi akademik akan berpengaruh terhadap pembentukan kedisiplinan siswa, menghambat prestasi belajar, dan pada akhirnya akan menurunkan kualitas pembelajaran di sekolah.

Terjadinya prokrastinasi menunjukkan adanya kegagalan dalam regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*). *Self-regulated learning* dibutuhkan siswa dalam proses belajar agar mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit. Siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar mampu menetapkan tujuan, merencanakan, dan menggunakan strategi belajar yang efektif. Sebaliknya, siswa yang regulasi dirinya rendah sering gagal dalam menerapkan strategi belajar yang efektif. Dalam penelitian juga dibuktikan bahwa terjadinya prokrastinasi juga disebabkan oleh pemilihan strategi pembelajaran oleh guru, yang sebagian besar masih menggunakan strategi pembelajaran konvensional. Strategi pembelajaran konvensional cenderung menimbulkan rasa bosan, malas, dan cepat lelah pada diri siswa. Oleh karena itu, guru harus meninjau kembali gaya mengajar yang masih konvensional yang seringkali tidak sesuai dengan gaya belajar dan ketrampilan yang dibutuhkan masyarakat. Dalam proses pembelajaran diperlukan suatu cara yang dapat mendorong siswa memahami masalah, melibatkan diri secara aktif untuk menemukan sendiri penyelesaian masalah, dan mendorong pembelajaran yang berpusat pada siswa, dan guru hanya sebagai fasilitator. Salah satu strategi pembelajaran yang dapat diharapkan untuk menurunkan prokrastinasi adalah strategi pembelajaran berbasis proyek.

Buku ini dimaksudkan sebagai acuan bagi para dosen, guru, dan mahasiswa dalam memahami tentang pengaruh strategi pembelajaran berbasis proyek dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. Semoga buku ini bermanfaat dan memperkaya khazanah pengetahuan pembaca, khususnya tentang prokrastinasi akademik yang belum banyak dikenal oleh masyarakat.

Madiun, September 2018

Penulis,

(kww_pe)

Berita UNIPMA

1. [UNIVERSITAS PGRI MADIUN BERSIAP MENJADI TUAN RUMAH PORSENASMA V PT PGRI 2025](#)
2. [UNIPMA BEKALI 569 MAHASISWA DAN 78 DOSEN UNTUK MAGANG SEMESTER GASAL 2025/2026](#)
3. [SEMINAR KID PGSD UNIPMA ANGKAT TOPIK PENGUATAN KAMPUS BERDAMPAK: SINERGI AKADEMIK DAN SOSIAL DALAM PENDIDIKAN DASAR](#)
4. [UNIPMA PERLUAS JARINGAN GLOBAL LEWAT KOLABORASI DENGAN NEW ERA UNIVERSITY FILIPINA](#)