

Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi

Humaira Uswatun Hasanah Ichsan¹, M. Ahkam Alwi^{2*}

^{1 2} *Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar. Indonesia*

**E-mail: m.ahkam.a@unm.ac.id*

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-regulated learning and academic procrastination in active student organizations. This research uses quantitative methods. Respondents in this study were 210 active student organizations. The self-regulated learning measuring instrument is used based on the Zimmerman aspect developed by Lembut (2016) and academic procrastination based on the Ferarri aspect developed by Yeli (2021). The results of hypothesis testing in this study using Spearman Rho with a significant value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), and the correlation coefficient = $-0,441$. These results indicate that there is a significant negative relationship between self-regulated learning and academic procrastination in students who are active in organizations. This research is expected to provide information for students so they can better optimize self-regulated learning to minimize academic procrastination.

Keyword: *Academic Procrastination, Active Student Organizations, Self-Regulated Learning.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Responden dalam penelitian ini sebanyak 210 mahasiswa aktif berorganisasi. Alat ukur self-regulated learning digunakan berdasarkan aspek Zimmerman yang dikembangkan oleh Lembut (2016) dan prokrastinasi akademik berdasarkan aspek Ferarri yang dikembangkan oleh Yeli (2021). Hasil penelitian pada uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji spearman rho dengan nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), dan nilai koefisien korelasi sebesar $= -0,441$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa agar dapat mengoptimalkan self-regulated learning lebih baik sehingga dapat meminimalisir prokrastinasi akademik.

Kata kunci: *Mahasiswa Aktif Berorganisasi, Prokrastinasi Akademik, Self-Regulated Learning.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek berarti untuk manusia karena dapat menghasilkan manusia yang bermutu dalam kehidupan masyarakat. Pada proses pembelajaran, mahasiswa pasti mengalami tuntutan yang terdapat dalam kehidupan akademik. Sebagian mahasiswa memandang kehidupan akademik merupakan suatu yang berarti serta mengasyikkan sehingga kehidupan akademik dijalani dengan motivasi yang besar. Sebaliknya, sebagian mahasiswa menyangka dunia akademik sebagai sesuatu yang tidak mengasyikkan, membosankan, serta jadi kegiatan yang menyiksa dirinya (Asri, 2018).

Dinamika dalam kehidupan akademik tidak selalu berjalan sesuai harapan, banyak hal atau masalah yang akan dihadapi sebagai mahasiswa. Trifiriani dan Agung (2018) mengemukakan bahwa masalah yang dihadapi mahasiswa tidak hanya terkait dengan permasalahan individu dengan orang lain tetapi juga masalah yang ada dalam dirinya sendiri. Mahasiswa akan dihadapkan pada tugas akademik yang harus diselesaikan, tetapi kadang muncul rasa untuk menunda mengerjakannya, perilaku ini disebut dengan prokrastinasi (Saman, 2017). Biordy (Ahmaini, 2010) mengemukakan bahwa keterlibatan dalam kegiatan organisasi merupakan salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik. Mahasiswa aktif organisasi mengalami kendala dalam mengatur waktu antara kuliah dengan organisasi.

Kosasih (2017) mengemukakan bahwa organisasi merupakan wadah dari sekelompok orang yang bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama. Aktivitas dalam berorganisasi memerlukan manajemen waktu yang baik karena sebagian besar mahasiswa memiliki kesulitan dalam membagi waktu antara tugas kuliah dengan organisasi (Haryanti & Santoso, 2020). Hal ini dapat membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Haryanti dan Santoso (2020) diketahui bahwa sebanyak 74% mahasiswa yang aktif organisasi berada dalam kategori sedang untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebanyak 13,4% mahasiswa berada pada kategori tinggi untuk melakukan prokrastinasi akademik. Selanjutnya sebanyak 12,6% mahasiswa pada kategori rendah yang melakukan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian Ahmaini (2010) yang dilakukan di Universitas Sumatera Utara diperoleh bahwa mahasiswa aktif PEMA (Pemerintahan Mahasiswa) memiliki prokrastinasi lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak aktif organisasi. Alaihami, Arneliwati, dan Misrawati (2014) menemukan bahwa kegiatan organisasi menyebabkan mahasiswa menunda pengerjaan tugas akademik dan lebih mengutamakan organisasi.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa aktif organisasi

di Universitas Negeri Makassar, Universitas Hasanuddin, Universitas Bosowa, Universitas Muslim Indonesia, Politeknik Negeri Ujung Pandang sebanyak 50 responden telah mengisi kuesioner yang disebar. Diperoleh hasil sebanyak 21 responden (42%) mengalami prokrastinasi pada kategori rendah, sebanyak 29 responden (58%) mengalami prokrastinasi pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil survei yang dijabarkan tersebut perilaku prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa berada pada tingkat tinggi.

Hasil wawancara yang dilakukan pada 5 responden mahasiswa aktif organisasi di Universitas Negeri Makassar, Universitas Hasanuddin, dan Universitas Muslim Indonesia diperoleh bahwa mahasiswa aktif organisasi mengalami kecenderungan untuk mengulur waktu dalam memulai maupun menyelesaikan tugas, karena lebih mendahulukan kegiatan organisasi seperti rapat, kepanitiaan acara. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan waktu yang dibutuhkan individu pada umumnya dalam mengerjakan tugas.

Mahasiswa menghabiskan waktu untuk mempersiapkan diri dan materi tanpa mempertimbangkan batasan waktu yang mengakibatkan terburu-buru maupun tidak berhasil menyelesaikan tugas dan hasilnya kurang memadai. Kemudian mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang di tetapkan diawal, tidak mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah di tentukan sebelumnya sehingga menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas. Mahasiswa lebih memilih menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain, karena melihat *deadline* yang masih panjang.

Asri dan Dewi (2014) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik memberikan banyak dampak negatif. Pertama yaitu terkait dengan aspek afeksi seperti cemas, mengalami ketidakpuasan, perasaan tertekan, menurunnya motivasi, stress. Kedua aspek yang terkait dengan akademik yaitu beban tugas yang semakin menumpuk, prestasi belajar rendah, dan kemungkinan untuk pemutusan hubungan studi.

Nuramaliana dan Harsanti (2019) mengemukakan prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda yang berkaitan dengan unsur-unsur akademik. Umari, Rusandi, dan Yakub (2020) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda atau menghindar dalam melakukan pengerjaan tugas akademik dengan cara menunda waktu pengerjaan sehingga mengakibatkan perasaan tidak nyaman. McCloskey dan Scielzo (2015) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan mahasiswa untuk menunda kegiatan yang berkaitan dengan akademik.

Studi yang dilakukan peneliti diperoleh beragam hal yang menjadi pendorong responden melakukan prokrastinasi akademik. Melakukan kegiatan lain seperti rapat organisasi dan diskusi sebanyak 11 responden, menunda mengerjakan tugas karena tugas yang diberikan sulit sebanyak 8 responden, malas untuk mengerjakan tugas sebanyak 7 responden, kesulitan dalam mencari referensi sebanyak 6 responden, kurangnya motivasi sebanyak 7 responden, waktu *deadline* yang masih panjang sebanyak 5 responden, mengalami kelelahan sebanyak 2 responden, bosan dan jenuh sebanyak 2 responden dan bermain *handphone* sebanyak 2 responden.

Steel (2007) mengemukakan bahwa prokrastinasi bisa terjadi karena dipengaruhi oleh kegagalan dalam pengaturan diri, rendahnya control diri, *self-efficacy*, dan keyakinan irasional (takut akan gagal dan perfeksionis). Bunyamin (2021) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi prokrastinasi adalah regulasi diri. Noviyanti, Yusmansyah, dan Utaminingsih (2019) mengemukakan bahwa ketika individu memiliki *self-regulated learning* yang baik, maka individu dapat mengatur kegiatan belajar dan menyelesaikan tugas akademiknya dengan baik.

Rahmanillah dan Qomariyah (2018) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* merupakan upaya individu untuk belajar dalam mengendalikan diri, pikiran, perasaan dan tindakan untuk mencapai tujuan akademik secara mandiri dan termotivasi. Noviyanti, dkk (2019) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* merupakan proses individu dalam menampilkan serangkaian tindakan yang di dalamnya memiliki unsur kognisi, perilaku, dan afeksi oleh individu dalam mencapai tujuan pembelajaran. Darmawan (2017) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* proses belajar individu yang dilakukan secara mandiri dan dirancang untuk menghasilkan berbagai kegiatan belajar sejalan dengan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan Fardani (2018) diketahui bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti lembaga kemahasiswaan di Universitas Kristen Satya Wacana. Hasil penelitian Rohmaniyah (2018) ditemukan bahwa terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada anggota BEM Universitas X dengan koefisien korelasi bertanda negatif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* , maka prokrastinasi akademik seorang mahasiswa semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian San, Roslan, dan Sabouripour (2016) ditemukan bahwa komponen dalam *self-regulated learning* memiliki hubungan yang kuat dengan prokrastinasi akademik. Hasil

penelitian Santika dan Sawitri (2016) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* memberikan kontribusi sebanyak 67% pada prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik sebanyak 67% dipengaruhi oleh *self-regulated learning*. Sejalan dengan penelitian Lubis (2018) *self-regulated learning* mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 23%. Hasil penelitian Rizkyani, Feronika, dan Saridewi (2020) diketahui bahwa *self-regulated learning* berkontribusi dalam mengurangi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Kimia. Berdasarkan fenomena yang ditemukan, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif berorganisasi di Kota Makassar. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *accidental sampling*. Responden yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 210 responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa aktif berorganisasi melalui *google form*. Penelitian ini menggunakan skala prokrastinasi akademik berdasarkan aspek Ferrari, Johnson & McCown (1995) yang telah dikembangkan oleh Yeli (2021). Skala *self-regulated learning* yang digunakan berdasarkan aspek Zimmerman (1989) yang dikembangkan oleh Lembut (2016).

Skala prokrastinasi akademik yang digunakan berdasarkan aspek Ferrari, Johnson & McCown (1995) yang terdiri atas empat aspek yaitu, penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Uji validitas menggunakan validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi yaitu *Aiken's V* dengan skor berkisar 0,4 hingga 1 sedangkan validitas konstruk menggunakan teknik analisis *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan jumlah 20 aitem menunjukkan angka diatas 0,40 sehingga tidak ada aitem yang dinyatakan gugur. Uji daya diskriminan aitem yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat 3 aitem yang gugur. Aitem yang diterima sebanyak 20 aitem dengan nilai koefisien korelasi antara 0,315-0,747. Koefisien reliabilitas skala prokrastinasi akademik diperoleh nilai sebesar 0,899. Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel dan termasuk kategori bagus.

Skala *self-regulated learning* yang digunakan berdasarkan aspek Zimmerman (1989) yang terdiri atas tiga aspek yaitu, metakognitif, motivasi, dan perilaku. Uji validitas menggunakan

validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi yaitu *Aiken's V* dengan skor berkisar 0,4 hingga 1 sedangkan validitas konstruk menggunakan teknik analisis *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan jumlah 18 aitem menunjukkan angka diatas 0,40 sehingga tidak ada aitem yang dinyatakan gugur. Uji daya diskriminan aitem yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat 3 aitem yang gugur. Aitem yang diterima sebanyak 21 aitem dengan nilai koefisien korelasi antara 0,305-0,621. Koefisien reliabilitas skala *self-regulated learning* diperoleh nilai sebesar 0,891. Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel dan termasuk kategori bagus. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deksriptif dan uji hipotesis (*Spearman Rho*).

HASIL

Hasil analisis deskriptif data penelitian disajikan dengan melakukan kategorisasi variabel penelitian dengan mengacu pada nilai rata-rata variabel yang diuji dalam penelitian ini. Nilai rata-rata variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Rata-Rata Variabel Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Prokrastinasi Akademik	20	80	50	10	20	78	45	12,7
<i>Self-regulated learning</i>	18	72	45	9	27	69	52	9,4

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada setiap variabel penelitian yang diperoleh, maka penelitian akan melakukan pengkategorisasian data yang terdiri dari tinggi, sedang, dan rendah untuk setiap variabel.

Prokrastinasi akademik

Skala prokrastinasi akademik berjumlah 20 aitem dengan rentang skor 1 hingga 4. Skor terendah sebesar 20 dan skor tertinggi sebesar 80 ($M = 50$; $SD = 10$). Berikut kategorisasi prokrastinasi akademik:

Tabel 2. Persentase Skor Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Interval	Kategori	<i>f</i>	%
$61 \geq X$	Tinggi	32	15%
$40 \leq X < 60$	Sedang	100	48%
$X \leq 39$	Rendah	78	37%
Total		210	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 32 responden yang mengalami prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi (15%), sebanyak 100 responden mengalami

prokrastinasi akademik dengan kategori sedang (48%), dan sebanyak 78 responden mengalami prokrastinasi akademik dengan kategori rendah (37%). Hasil pengolahan data pada skala prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa mahasiswa aktif berorganisasi cenderung mengalami prokrastinasi akademik pada kategori sedang.

Self regulated learning

Skala *self-regulated learning* berjumlah 18 aitem dengan rentang skor 1 hingga 4. Skor terendah sebesar 18 dan skor tertinggi sebesar 72 ($M = 45$; $SD = 9$). Berikut kategorisasi *self-regulated learning* :

Tabel 3. Persentase Skor Kategorisasi Self-regulated learning

Interval	Kategori	f	%
$55 \geq X$	Tinggi	89	42%
$36 \leq X < 54$	Sedang	108	52%
$X \leq 35$	Rendah	13	6%
Total		210	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 89 responden yang memiliki *self-regulated learning* dengan kategori tinggi (42%), sebanyak 108 responden memiliki *self-regulated learning* dengan kategori sedang (52%), dan sebanyak 13 responden memiliki *self-regulated learning* dengan kategori rendah (6%). Hasil pengolahan data pada skala *self-regulated learning* menunjukkan bahwa mahasiswa aktif berorganisasi cenderung memiliki *self-regulated learning* pada kategori sedang.

Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan analisis *Spearman rho* dengan bantuan *software SPSS* versi 26. Analisis *spearman rho* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kedua variabel. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	P-value	Keterangan
Prokrastinasi Akademik <i>Self-regulated learning</i>	-0,441**	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji *Spearman Rho* $p = 0,000$ ($p < 0,005$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar -0,441, nilai tersebut menunjukkan hubungan antara kedua variabel diketahui berada pada kategori sedang. Hasil data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif

berorganisasi. Artinya, semakin tinggi *self-regulated learning*, maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

DISKUSI

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi. Hal ini dapat dilihat melalui hasil analisis data yang menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,441, nilai tersebut berada pada kategori sedang dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Nilai tersebut menunjukkan hubungan yang sedang antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Hasil data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif berorganisasi. Artinya, semakin tinggi *self-regulated learning*, maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Rizkyani, Feronika dan Saridewi (2020) mengemukakan bahwa walaupun mahasiswa memiliki *self-regulated learning* dalam kategori tinggi, namun mahasiswa juga masih melakukan perilaku prokrastinasi dalam kegiatan akademiknya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maijoita (2020) menemukan bahwa *self-regulated learning* berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Avati dan Aisyah (2019) dengan jumlah responden sebanyak 273 Mahasiswa menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Syafiqa (2021) dengan jumlah responden 238 yang berstatus sebagai mahasiswa menemukan bahwa terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning*, maka prokrastinasi akademik seorang mahasiswa semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

Ditinjau dari gambaran deskriptif prokrastinasi akademik didapatkan bahwa Mahasiswa aktif berorganisasi cenderung mengalami prokrastinasi akademik pada kategori sedang. Azalia, dkk (2019) mengemukakan bahwa Mahasiswa yang mengalami prokrastinasi akademik dalam kategori sedang hingga tinggi menunjukkan kurangnya motivasi, bagi mahasiswa yang tinggal sendiri kurangnya pengawasan dari orang tua, menunda karena melihat teman yang juga tidak mengerjakan tugas, dosen yang menuntut untuk mengerjakan tugas dengan sempurna, tugas yang diberikan tidak sesuai dengan kemampuan sehingga menimbulkan kecemasan, ketakutan akan kegagalan, dan merasa tidak mampu.

Penelitian Khumaerah, Matulesy, dan Suhadianto (2022) menemukan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

didapatkan hasil sebanyak 37 responden berada pada kategori sedang. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik mengalami kesulitan mengerjakan tugas, kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas, hal ini yang membuat Mahasiswa memilih untuk menunda mengerjakan tugas. Damri dan Anwar (2017) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik dapat menimbulkan kerugian pada Mahasiswa seperti tugas tidak selesai, tugas tidak maksimal karena mengejar *deadline*, perasaan cemas, motivasi rendah, dan kepercayaan diri yang rendah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa aktif berorganisasi. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning*, maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *self-regulated learning* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Saran bagi mahasiswa aktif berorganisasi yang mengalami prokrastinasi diharapkan mampu untuk mengoptimalkan *self-regulated learning* sehingga dapat mengimbangi tugas kuliah dan organisasi agar dapat mengurangi prokrastinasi akademik. Mahasiswa aktif berorganisasi diharapkan dapat mempertimbangan dampak yang ditimbulkan sebelum melakukan prokrastinasi. Bagi pihak instansi diharapkan dapat mengupayakan program yang dapat meningkatkan *self-regulated learning* pada mahasiswa. Memberikan program bimbingan terhadap mahasiswa agar dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Bagi penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian serupa dengan mencari dan menambah faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik.

REFERENSI

- Ahmaini, D. (2010). *Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang aktif dengan yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan PEMA USU*. (Skripsi). Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Asri, D. (2018). *Prokrastinasi akademik: Teori dan riset dalam perspektif pembelajaran berbasis proyek dan self-regulated learning*. UNIPMA PRESS.
- Asri, D. &, & Dewi, N. . (2014). akademik mahasiswa program studi bimbingan dan konseling ikip PGRI Madiun ditinjau dari efikasi diri, fear of failure, gaya pengasuhan orang tua, dan iklim akademik. *Jurnal LPPM*, 2(2), 32–37.
- Avati, P. & A. R. . (2019). Hubungan antara self-regulated learning dan prokrastinasi akademik mahasiswa Insitute Ilmu Al-Quran (IIQ) Jakarta. *Jurnal Biopsikososial*, 3(2), 114–126. doi: 10.22441/biopsikososial.v3i2.9002
- Bunyamin. (2021). Hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa smpn 5 mutiara. *Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu*, 1(1), 100–107.
- Ahmaini, D. (2010). *Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang aktif dengan*

- yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan PEMA USU.(Skripsi). Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Alaihami, W.S., Arneliwati, & M. (2014). Perbandingan prokrastinasi akademik berdasarkan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jom Psik*, 1(2), 1–8.
- Asri, D. . (2018). *Prokrastinasi akademik: Teori dan riset dalam perspektif pembelajaran berbasis proyek dan self-regulated learning*. UNIPMA PRESS.
- Asri, D. &, & Dewi, N. . (2014). akademik mahasiswa program studi bimbingan dan konseling ikip PGRI Madiun ditinjau dari efikasi diri, fear of failure, gaya pengasuhan orang tua, dan iklim akademik. *Jurnal LPPM*, 2(2), 32–37.
- Avati, P. & A. R. . (2019). Hubungan antara self-regulated learning dan prokrastinasi akademik mahasiswa Insitute Ilmu Al-Quran (IIQ) Jakarta. *Jurnal Biopsikososial*, 3(2), 114–126. doi: 10.22441/biopsikososial.v3i2.9002
- Bunyamin. (2021). Hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa smpn 5 mutiara. *Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu*, 1(1), 100–107.
- Damri, E. &, & Anwar, F. (2017). Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74–95. doi: 10.22373/je.v3i1.1415
- Darmawan, G. P. N. (2017). Pengaruh self-regulated learning terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan pendidikan ekonomi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 10(2), 470–479.
- Fardani, K. (2018). *Hubungan self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang tergabung dalam lembaga kemahasiswaan universitas kristen satya wacana*. (Skripsi). Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Ferrari J. R. Johnson J. L. & Mc Cown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance Theory, Research and Treatment*. Plenum Press.
- Haryanti, A., & Santoso, R. (2020). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa organisasi. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 41–47. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/sukma/article/view/3592>
- Khumaerah, B., & Matulesy, A. & S. (2022). Prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi Covid-19: bagaimana peran efikasi diri ? *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 1–11. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Kosasih, K. (2017). Peranan organisasi kemahasiswaan dalam pengembangan civic skills mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 25(2), 188–198. doi: 10.17509/jpis.v25i2.6196
- Lembut, A. W. K. (2016). *Hubungan self-regulated learning dengan kenakalan remaja di SMP Kristen Harapan 1 Denpasar*. (Skripsi). Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90–98. doi: 10.31289/diversita.v4i2.1884
- Maijoita, R. R. (2020). *Hubungan self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau*. (Skripsi). Pekanbaru: Universitas Islam Riau.
- McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The development and validation of the academic procrastination scale. In *Manuscript submitted for publication* (Issue March). Manuscript submitted for publication. doi: 10.13140/RG.2.2.23164.64640
- Noviyanti, N., Yusmansyah, Y., & Utaminingsih, D. (2019). Hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 7(3), 1–16. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/19301>
- Rizkyani, A. M., Feronika, T., & Saridewi, N. (2020). Hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pendidikan kimia di masa pandemi Covid-19. *Edusains*, 12(2), 252–258.
- Rohmaniyah, A. (2018). Hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada anggota BEM Universitas X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2),

- 1–6.
- Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55–62. doi: 10.26858/jpkk.v0i0.3070
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-regulated learning dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*, 5(1), 44–49. doi: 10.14710/empati.2016.14946
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. doi: 10.1037/0033-2909.133.1.65
- Syafiq, N. (2021). *Hubungan self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam perkuliahan daring masa pandemi covid-19*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Trifiriani, M., & Agung, I. M. (2018). Academic hardiness dan prokrastinasi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 143–149. doi: 10.24014/jp.v13i2.3626
- Umari, T., Rusandi, M. A., & Yakub, E. (2020).). Prokrastinasi akademik mahasiswa fkip Universitas Riau. *Jurnal Pendidikan*, 11(1), 12–19. doi: 10.31258/jp.11.1.12-19
- Yeli, R. (2021). *Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Goyo Lues di Banda Aceh*. (Skripsi). Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Zimmerman, B. J. (1989). *A social cognitive view of self-regulated academic learning*. 81(3), 329–339. i, E. &, & Anwar, F. (2017). Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74–95. doi: 10.22373/je.v3i1.1415