



## Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa

**Fitri Ramdani<sup>1</sup>, Asniar Khumas<sup>2</sup>, Nurfitriany Fakhri<sup>3\*</sup>, Sahril Buchori<sup>4</sup>**

Universitas Negeri Makassar

Email: nurfitriany.fakhri@unm.ac.id

**Abstract.** This study aims to determine the relationship between self-control and academic procrastination in completing thesis in IAIN Bone students. This research uses quantitative methods. The subjects in this study were taken using the Accidental Sampling technique, namely 209 active students at IAIN Bone who had taken more than eight semesters and were currently programming a thesis. The results of hypothesis testing in this study used Spearman's rho. The results show a correlation coefficient of  $r = -0.757$  with a significant value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) meaning that there is a negative relationship between self-control and academic procrastination in completing theses for IAIN Bone students. The value of the correlation coefficient shows a negative value, which means that self-control with academic procrastination is negatively correlated and is in a very strong category. This research contributes to the thinking and development of behavioral science treasures, especially in the fields of social psychology and educational psychology.

**Keywords:** Self Control, College Student, Academic Procrastination

### PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan salah satu jenjang pendidikan di Indonesia dimana mahasiswa diwajibkan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang menjadi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana (S1) dan disusun berdasarkan hasil penelitian ataupun kajian kepustakaan (Majid, 2017). Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dituntut dapat menggunakan waktu dengan efektif namun masih banyak dijumpai ketidaksiapan dalam menjalankan tuntutan tersebut. Salah satunya adalah mengulur waktu dan melakukan penundaan terhadap tugas dan kewajiban dalam menyelesaikan skripsi sebagai mahasiswa tingkat akhir. Hal tersebut menunjukkan perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu atau dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya di bidang akademik.

Menurut Solomon dan Rothblum (1984), prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam menyelesaikan tugas dengan tuntas, sehingga tidak diselesaikan tepat waktu. Pendapat tersebut diperkuat oleh Steel (2007) yang mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan tugas dan kewajiban dengan sengaja meskipun individu mengetahui bahwa hal tersebut akan berdampak buruk. Menurut Ghufron dan Risnawati (2017), prokrastinasi akademik dianggap sebagai perilaku menunda, tanpa memikirkan tujuan dan alasan melakukan prokrastinasi. Amiruddin, Alwi dan Fakhri (2022) dalam penelitiannya menemukan bahwa, mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi akademik, akan cenderung melakukan kecurangan akademik.

Beberapa penelitian menunjukkan hasil kongkrit terkait prokrastinasi akademik diantaranya hasil penelitian oleh Majid (2017) bahwa masih banyak mahasiswa yang belum lulus dan masih menunda dalam menyelesaikan skripsi. Sejalan dengan data yang ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa di IAIN Bone menunda penyelesaian skripsi sehingga tidak mencapai jangka waktu ideal kelulusan mahasiswa. Selain itu, peneliti juga melakukan pengambilan data awal melalui survei secara daring yang melibatkan 30 mahasiswa. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar menunjukkan perilaku prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. Selanjutnya, peneliti melakukan eksplorasi data yang mendalam dengan melakukan wawancara dengan tujuan mengetahui penyebab prokrastinasi. Dari hasil wawancara tersebut, diperoleh beragam alasan yakni karena masih adanya waktu yang cukup untuk menyelesaikan skripsi di kemudian hari, kesulitan dalam menemukan referensi, dan menjalani kesibukan atau kegiatan di luar kampus.

Berdasar dari hasil survei dan wawancara, mahasiswa tidak akan menunda-nunda tugas akhirnya jika ada kontrol diri, karena kontrol diri dapat meredam hal tersebut. Menurut Wolters (2003), kontrol diri merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik. Menurut Ghufron dan Risnawati (2017), kontrol diri merupakan kemampuan dalam mengatur perilaku yang dapat membawa perilaku individu ke arah yang positif. Menurut Burger (1989), kontrol diri diartikan sebagai kemampuan dalam mengarahkan perilaku sehingga individu mampu mengatasi peristiwa yang terjadi sesuai dengan kemampuannya. Sejalan dengan pendapat Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) bahwa kontrol diri merupakan kemampuan dalam mengarahkan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu.

Menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2017), terdapat tiga aspek dari kontrol diri, yakni (i) kontrol perilaku (*Behavioral Kontrol*) atau respon yang secara langsung dapat mengubah peristiwa yang tidak menyenangkan, (ii) Kontrol Kognitif (*Cognitive Kontrol*) merupakan kemampuan dalam mengelola informasi dengan melakukan interpretasi, penilaian atau penggabungan suatu peristiwa dalam kerangka kognitif yang bertujuan untuk mengurangi suatu tekanan, dan (iii) mengontrol Keputusan

(*Decisional Kontrol*) merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam menentukan suatu tindakan yang diyakininya.

Jika dikaitkan dengan prokrastinasi akademik, kontrol diri yang tinggi ditunjukkan dengan mahasiswa tidak melakukan penundaan dalam menyelesaikan skripsi dan ini menyatakan bahwa prokrastinasi akademiknya rendah, dengan kata lain mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Sebaliknya kontrol diri yang rendah ditunjukkan dengan mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan skripsi dan hal tersebut menyatakan bahwa prokrastinasi akademiknya tinggi, dengan kata lain mahasiswa tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Berdasarkan landasan teori di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa.

## **METODE PENELITIAN**

Variabel dalam penelitian terdiri dari Kontrol Diri (variabel bebas) dan prokrastinasi akademik (variabel terikat). Secara operasional, kontrol diri diukur dengan menggunakan Skala kontrol diri yang dibuat peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Averill (Ghufron & Risnawati, 2017). Sedangkan prokrastinasi akademik mahasiswa diukur dengan menggunakan skala Prokrastinasi Akademik dengan melakukan modifikasi skala yang dibuat oleh Kusuma (2010) berdasarkan aspek-aspek Ferrari dkk (Kusuma, 2010).

Adapun Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di kabupaten Bone yang telah menempuh minimal delapan semester dan sedang memprogram skripsi. Sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yakni sebanyak 209 mahasiswa aktif IAIN Bone yang diambil menggunakan teknik *Accidental Sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel secara kebetulan, artinya siapa pun mahasiswa yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan dapat digunakan sebagai sampel serta sesuai dengan kriteria penelitian (Sugiyono, 2018).

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala *Likert*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala kontrol diri dan skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari dua jenis aitem yaitu aitem *favorable* (pernyataan yang mendukung) dan *unfavorable* (pernyataan yang tidak mendukung) dengan menggunakan pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala Kontrol diri, dibuat sebanyak 30 aitem yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan oleh Averill (Ghufron & Risnawati, 2017). Sedangkan untuk penyusunan skala Prokrastinasi Akademik, dibuat sebanyak 25 aitem yang dimodifikasi dari skala Kusuma (2010) berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Ferrari dkk (Kusuma, 2010)

Instrumen-instrumen yang digunakan tersebut melalui proses validasi yakni memperhatikan validitas isi yang divalidasi oleh *professional judgment* yang pada

akhirnya disimpulkan bahwa sebanyak 26 aitem skala kontrol diri dinyatakan valid dan sebanyak 25 aitem skala prokrastinasi akademik dinyatakan valid berdasarkan rumus *aiken's v*. Selain itu, dilakukan uji coba terhadap 130 mahasiswa aktif di Kota Makassar untuk melihat daya diskriminasi aitem kedua skala. Pada skala Kontrol diri, hasilnya menunjukkan bahwa dari 26 aitem terdapat satu aitem yang gugur yakni Aitem 15 dengan nilai koefisien  $-0,047$ . Setelah Aitem digugurkan, skor koefisien total terendah adalah Aitem 10 dengan nilai  $0,320$ , sedangkan skor koefisien total tertinggi yaitu Aitem 25 dengan nilai  $0,778$ . Adapun daya diskriminasi skala Prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa dari 25 aitem terdapat tiga aitem yang gugur yakni Aitem 5 dengan nilai koefisien  $0,232$ , Aitem 8 dengan nilai koefisien  $0,258$ , dan Aitem 23 dengan nilai koefisien  $0,258$  sehingga tersisa 22 aitem. Adapun skor koefisien total terendah setelah aitem digugurkan adalah Aitem 10 dan Aitem 20 dengan nilai  $0,478$  sedangkan skor koefisien total tertinggi yaitu Aitem 22 dengan nilai  $0,722$ .

Peneliti juga menguji validitas konstruk untuk dua skala tersebut dengan metode *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Pada CFA aitem, untuk skala kontrol diri dengan jumlah 25 aitem ditemukan lima aitem yang tidak valid karena tidak memenuhi standar *loading factor*  $> 0,5$  yaitu Aitem 5 dengan nilai  $0,416$ , Aitem 10 dengan nilai  $0,241$ , Aitem 14 dengan nilai  $0,403$ , Aitem 23 dengan nilai  $0,337$ , dan Aitem 24 dengan nilai  $0,484$ . Sehingga tersisa sebanyak 20 aitem yang dianggap valid serta dapat digunakan sebagai uji hipotesis. Adapun Aitem dengan nilai terendah adalah Aitem 13 dengan nilai  $0,518$  dan nilai tertinggi adalah Aitem 3 dengan nilai  $0,829$ . Untuk Skala Prokrastinasi Akademik dengan jumlah aitem 22 ditemukan dua aitem yang tidak valid karena tidak memenuhi standar *loading factor*  $> 0,5$  yakni Aitem 10 dengan nilai  $0,333$  dan Aitem 20 dengan nilai  $0,363$ . Sehingga, tersisa sebanyak 20 aitem yang dianggap valid serta dapat digunakan sebagai uji hipotesis. Adapun Aitem dengan nilai terendah adalah Aitem 14 dengan nilai  $0,508$  dan nilai tertinggi adalah Aitem 22 dengan nilai  $0,856$ .

Untuk CFA Total aspek pada skala kontrol diri, hasil analisis menunjukkan nilai Chi-Square sebesar  $2,31$  sehingga dinyatakan valid karena nilai  $p > 0,09$ . Selain itu, berdasarkan hasil analisis CFA juga menunjukkan nilai CFI sebesar  $1,00$  dan dinyatakan valid karena nilai  $p > 0,90$ . Untuk nilai TLI sebesar  $1,00$  dan dinyatakan valid karena nilai  $p > 0,90$ . Sedangkan nilai RMSEA sebesar  $0,00$  dan dinyatakan valid karena nilai  $p < 0,08$ . Sedangkan pada skala prokrastinasi akademik, menunjukkan nilai Chi-square sebesar  $2,41$  sehingga dinyatakan valid karena nilai  $p > 0,09$ . Selain itu, berdasarkan hasil analisis CFA juga menunjukkan nilai CFI sebesar  $0,999$  dan dinyatakan valid karena nilai  $p > 0,90$ . Untuk nilai TLI sebesar  $0,999$  dan dinyatakan valid karena nilai  $p > 0,90$ . Sedangkan nilai RMSEA sebesar  $0,0397$  dan dinyatakan valid karena nilai  $p < 0,08$ .

Adapun reliabilitas dalam penelitian ini, dilihat berdasarkan *Cronbach's Alpha*. Untuk skala Kontrol Diri yang berjumlah 20 aitem diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,942 yang menandakan bahwa skala kontrol diri pada penelitian ini bersifat reliabel dan tergolong sangat tinggi. Untuk skala prokrastinasi akademik yang berjumlah 20 aitem diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,942 yang menandakan skala skala prokrastinasi akademik tersebut reliabel dan tergolong sangat tinggi.

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif dan inferensial. Untuk Uji hipotesis, digunakan Teknik korelasi *Spearman rho* (Sugiyono, 2018) dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif atau negatif dan apakah hubungannya signifikan atau tidak. Kekuatan hubungan dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi yang berada di antara -1 dan 1, sedangkan arah dinyatakan dalam bentuk positif (+) dan negatif (-). Azwar (2018) mengemukakan bahwa kriteria yang digunakan untuk menguji hipotesis atau menentukan signifikansi, yaitu :

Jika nilai signifikan  $p > 0,05$  maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima

Jika nilai signifikan  $p < 0,05$  maka  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Responden dalam penelitian ini sebanyak 130 mahasiswa aktif IAIN Bone dengan kriteria telah menempuh lebih dari delapan semester dan sedang memprogram skripsi. Adapun gambaran deskriptif responden penelitian berdasarkan data penelitian yang diperoleh, yakni sebagai berikut.

Tabel 1. Deskriptif Responden Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	138	66,029%
Perempuan	71	33,971%
<b>Total</b>	<b>209</b>	<b>100%</b>
<b>Fakultas</b>		
Syariah & Hukum Islam	59	28,230%
Ekonomi & Bisnis Islam	73	34,928%
Tarbiyah	37	17,703%
Ushuluddin & Dakwah	40	19,139%
<b>Total</b>	<b>209</b>	<b>100%</b>
<b>Angkatan</b>		
2015	61	29,187%
2016	65	31,100%

2017	83	39,713%
<b>Total</b>	<b>209</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diatas menunjukkan bahwa pada karakteristik jenis kelamin, subjek dalam penelitian ini mayoritas mahasiswa berjenis kelamin laki-laki yakni sebanyak 138 (66,029%). Berdasarkan fakultas, subjek dalam penelitian ini mayoritas mahasiswa dari fakultas Ekonomi & Bisnis Islam yakni sebanyak 73 (34,928%). Ditinjau berdasarkan angkatan, subjek dalam penelitian ini mayoritas mahasiswa angkatan 2017 yakni sebanyak 83 (39,713%).

Hasil analisis deskriptif data penelitian juga disajikan dengan melakukan kategorisasi variabel penelitian yang mengacu pada nilai rerata variabel yang diuji dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis ditemukan bahwa skala kontrol diri yang terdiri dari 20 aitem dengan rentang skor 1 sampai 5, diperoleh skor terendah sebesar 31 dan untuk skor tertinggi yakni sebesar 100 ( $M = 76,440$ ;  $SD = 15,273$ ). Adapun skor kategorisasi variabel kontrol diri dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Kontrol Diri

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
X < 61	Rendah	100	47,847%
61 – 91	Sedang	87	41,627%
X > 91	Tinggi	22	10,526%
<b>Total</b>		<b>209</b>	<b>100%</b>

Secara spesifik, diperoleh sebanyak 100 (47,847%) subjek yang menunjukkan kontrol diri dengan kategori rendah, sebanyak 87 (41,627%) subjek yang menunjukkan kontrol diri dengan kategori sedang, dan sebanyak 22 (10,526%) subjek yang menunjukkan kontrol diri dengan kategori tinggi. Berdasarkan hasil pengolahan data, dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian memiliki kontrol diri yang rendah.

Pada skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari 20 Aitem dengan rentang skor 1 sampai 5, diperoleh skor terendah sebesar 24 dan untuk skor tertinggi yakni sebesar 95 ( $M = 50,426$ ;  $SD = 16,730$ ). Adapun skor kategorisasi variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
X < 33	Rendah	13	6,220%
33 – 67	Sedang	68	32,536%
X > 67	Tinggi	128	61,244%
<b>Total</b>		<b>209</b>	<b>100%</b>

Secara spesifik, diperoleh sebanyak 13 (6,220%) subjek yang menunjukkan prokrastinasi akademik dengan kategori rendah, sebanyak 68 (32,536%) subjek yang menunjukkan prokrastinasi akademik dengan kategori sedang, dan sebanyak 128 (61,244%) subjek yang menunjukkan prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi. Berdasarkan hasil pengolahan data, dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	p-value	Keterangan
Kontrol Diri Prokrastinasi Akademik	-0.757	0,000	Signifikan

Untuk statistika inferensial, hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi antara variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik sebesar  $r = -0,757$  dengan nilai signifikan  $p = 0,000$ . Asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah apabila nilai signifikansi yang diperoleh di bawah 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka hipotesis diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa IAIN Bone.

### Pembahasan

Pada skala kontrol diri, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa IAIN Bone yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki kontrol diri pada kategori rendah dilihat berdasarkan hasil skor subjek yang diperoleh yakni sebanyak 100 mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase 47,847% sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki kontrol diri yang rendah dalam menyelesaikan skripsi. Menurut Astuti (2019), mahasiswa dengan kontrol diri yang rendah masih kesulitan dalam mengendalikan situasi dan belum mampu mengontrol perilakunya menuju konsekuensi positif. Menurut Fasilita (Nurhayati, 2014), kontrol diri yang rendah akan mengarahkan individu pada konsekuensi negatif baik bagi dirinya maupun orang lain, kurangnya proses pengolahan diri dalam diri individu membuat susah untuk mengontrol dirinya maka akan kalah dengan stimulus yang negatif sehingga melakukan perilaku negatif. Sejalan dengan pendapat Aini dan Mahardayani (2011) bahwa mahasiswa dengan kontrol diri rendah akan melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsi dan tidak segera menyelesaikannya. Selain itu, mahasiswa akan lebih memilih aktivitas-aktivitas lain yang jauh lebih menyenangkan dan tidak bermanfaat daripada mengerjakan skripsi yang bersifat wajib. Kontrol diri diartikan bagaimana individu tersebut mampu mengendalikan diri, emosi, dan perilaku dari dalam maupun dari luar dirinya (Harahap, 2017). Dikatakan kontrol diri yang baik jika

individu mampu menjauhkan diri dari perilaku yang mendesak dan memuaskan keinginan adaptif. Mahasiswa dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu mengontrol perilakunya dalam mengerjakan skripsi. Selain itu, mahasiswa juga mampu menghindari peristiwa atau kejadian yang menjadi penghalang dalam menyelesaikan skripsi serta mampu mengambil keputusan yang tepat dalam setiap masalah yang berhubungan dengan penyelesaian skripsi (Aini & Mahardayani, 2011).

Pada skala prokrastinasi akademik, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa IAIN Bone yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki prokrastinasi akademik pada kategori tinggi dilihat berdasarkan hasil skor subjek yakni sebanyak 128 mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 61,244%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa IAIN Bone yang menjadi subjek dalam penelitian ini mengarah pada perilaku prokrastinasi yang salah satu alasannya yakni masih banyak waktu untuk bisa menyelesaikan skripsi. Hal tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ilyas dan Suryadi (Gracelyta & Harlina, 2021), bahwa bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik individu ditunjukkan dengan adanya keyakinan bisa mengerjakan nanti karena masih banyak waktu untuk mengerjakannya. Hasil penelitian oleh Linra, Lukman dan Fakhri (2016) menemukan bahwa area tugas yang paling tinggi tingkat aversive dan penundaannya adalah area tugas menulis dan membaca. Skripsi merupakan tugas yang didominasi oleh area tugas menulis dan membaca. Menurut Solomon dan Rothblum (Purnama, 2014), perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa akan meningkat seiring dengan lama studinya. Jika mahasiswa sering melakukan perilaku prokrastinasi akademik, maka akan menjadi masalah tersendiri bagi mahasiswa sehingga dapat dikatakan bahwa tingkat kedisiplinan mereka rendah. Selain itu, perilaku prokrastinasi akademik sangat membutuhkan perhatian khusus karena sebagaimana harapan dari sebuah institut pendidikan yang diharapkan melahirkan sumber daya manusia yang berkualitas dan mampu bersaing dalam era sekarang ini (Purnama, 2014).

## **KESIMPULAN**

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,757$  dengan nilai signifikansi  $0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa IAIN Bone dengan tingkat korelasi yang kuat. Peneliti memberikan saran berdasarkan hasil penelitian ini, yakni sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa diharapkan untuk lebih meningkatkan kemampuan dalam mengontrol perilaku khususnya dalam dunia pendidikan juga mampu dalam mengontrol stimulus dari luar, serta dalam hal mengambil keputusan yang berkaitan dengan penyelesaian skripsi maupun hal-hal yang lain. Dalam hal

tersebut, maka mahasiswa dapat meningkatkan kontrol diri yang tinggi sehingga berdampak positif kepada akademik mahasiswa.

2. Peneliti Selanjutnya diharapkan untuk melakukan analisis tambahan misalnya usia yang mampu mempengaruhi kontrol diri sehingga berdampak pada prokrastinasi akademik.

## REFERENSI

- Aini, A. N. & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2). 65-71.
- Amiruddin, I. A., Alwi, M. A., & Fakhri, N. (2022). Prokrastinasi dan Kecurangan Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(4).
- Astuti, M. P. (2019). Tingkat Kontrol Diri Remaja terhadap Perilaku Agresif (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas VIII SMP Santo Aloysius Turi Tahun Ajaran 2018/2019). *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Burger, J. M. (1989). Negative Reactions to Increases in Perceived Personal Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2). 246-256.
- Ghufron, M. N. & Risnawati, R. S. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gracelyta, T. & Harlina. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 8(1). 46-54.
- Harahap, J. Y. (2017). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2). 131-145.
- Kusuma, L. W. A. (2010). Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Linra, M.L., Lukman & Fakhri, N. (2016). Hubungan Antara Task Aversiveness Dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling* 2 (2).
- Majid, A. N. (2017). Hubungan antara Kontrol Diri (*Self-Control*) dengan Prokrastinasi Akademik dalam menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa FTIK Jurusan PAI Angkatan 2012 IAIN Salatiga. *Skripsi*. Salatiga: Institut Agama Islam Negeri Salatiga.
- Nurhayati. (2014). Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi pada Pegawai PT PLN (Persero) Rayon Samarini. *Psikoborneo*, 2(4). 214-221.
- Purnama, S. (2014). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3). 682-692.



**SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN 2022**

*"Membangun Negeri dengan Inovasi tiada Henti Melalui Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat"*

LP2M-Universitas Negeri Makassar

- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31(4)*. 503-509. Doi: 10.1037/0022-0167.31.4.503.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: a Meta-Analytic and Theoretical review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin, 133(1)*. 65-94.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality, 72(2)*. 271-322.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding Procrastination From a Self Regulated Learning Perspective. *Journal of Education Psychology, 95(1)*. 179-187.