

Hubungan *Academic Delay of Gratification* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi

Sitaninggar Anindya¹, Rahayu Hardianti Utami²

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

E-mail: asitaninggar@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berfungsi untuk melihat hubungan *Academic Delay of Gratification* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang skripsi. Penelitian ini menggunakan skala *Thesis-Writing Procrastination Scale* (TW-PS) dan skala *academic delay of gratification* yang dikembangkan oleh Bembenutty (1998). Sampel pada penelitian ini berjumlah 251 mahasiswa dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji korelasi *Rank Spearman* dengan bantuan IBM SPSS Statistic 25 for window. Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai *Coefficient Corelation* sebesar -0,448 yang artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara hubungan *Academic Delay of Gratification* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang skripsi. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang skripsi meningkat maka akan terjadi penurunan *Academic Delay of Gratification*, begitu pula sebaliknya dibuktikan dengan H_a diterima dan H_0 ditolak.

Kata kunci: *Academic Delay of Gratification*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

ABSTRACT

This study serves to see the relationship of *Academic Delay of Gratification* with *Academic Procrastination* in students who are writing a thesis. This study uses the *Thesis-Writing Procrastination Scale* (TW-PS) and the *academic delay of gratification* scale developed by Bembenutty (1998). The sample in this study amounted to 251 students using *purposive sampling* technique. The data analysis used in this study was the *Spearman Rank* correlation test with the help of IBM SPSS Statistic 25 for window. The results of this study show a *Corelation Coefficient* value of -0.448, which means that there is a significant negative relationship between the relationship between *Academic Delay of Gratification* and *Academic Procrastination* in students who are doing their thesis. This shows that the *academic procrastination* of students who are doing their thesis increases, there will be a decrease in *Academic Delay of Gratification*, and vice versa, as evidenced by H_a being accepted and H_0 being rejected.

Kata kunci: *Academic Delay of Gratification*, *Academic Procrastination*, Students

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar di jenjang lembaga perguruan tinggi, dimana tugas mereka yang paling utama yaitu dituntut untuk memiliki kemandirian dan tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas akademik yang telah ditetapkan. Tugas akademik mahasiswa diantaranya adalah menulis skripsi. Mahasiswa yang akan melakukan penyusunan skripsi pada umumnya diberi waktu selama enam bulan atau satu semester untuk dapat menyelesaikan tugas akhir. Namun lebih banyak mahasiswa yang menyelesaikan skripsi selama 7-12 bulan bahkan lebih (Adelina, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Negeri Padang mengenai mahasiswa yang lebih dari 2 semester mengerjakan skripsi didapatkan bahwa mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni berjumlah 374 mahasiswa, Fakultas Ilmu Sosial sebanyak 410, Fakultas Teknik sebanyak 324, Fakultas Ilmu Keolahragaan sebanyak 195, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam sebanyak 439, Fakultas Ilmu Pendidikan sebanyak 273, Fakultas Ekonomi dan Bisnis sebanyak 265, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan sebanyak 261, dan Fakultas Psikologi dan Kesehatan sebanyak 103 mahasiswa. Serta untuk rata-rata kelulusan mahasiswa Universitas Negeri Padang lebih dari studi ideal 4 tahun yaitu selama 5,5 tahun (Biro Akademik dan Kemahasiswaan, 2024).

Fenomena ini dapat disebabkan oleh sejumlah faktor, seperti kesulitan dalam manajemen waktu, ketakutan akan kesalahan dalam proses penulisan, dan kebingungan mengenai langkah-langkah yang seharusnya diambil. Mahasiswa juga mengungkapkan bahwa mereka terdistraksi oleh berbagai hal, baik dari dalam diri maupun luar diri. Hal tersebut yang menyebabkan mahasiswa menunda pengerjaan skripsi mereka, sehingga tidak dapat menyelesaikan pendidikan S1 tepat waktu dan memperoleh gelar sarjana. Penundaan dalam mengerjakan tugas atau skripsi inilah yang disebut dengan istilah prokrastinasi akademik (Soegiyanto et al., 2019).

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan baik pada tugas, belajar, dan kegiatan akademik yang digantikan dengan kegiatan lain di luar akademik, serta penundaan yang dilakukan secara berulang-ulang (Kurniawan, D. E. 2017). Penundaan ini sering kali dialami oleh mahasiswa akhir yang sedang skripsi. Adapun hasil penelitian Saman (2017) menunjukkan adanya 60% mahasiswa mengalami prokrastinasi, hingga cenderung dianggap hal yang sudah biasa. Hal ini sejalan dengan penelitian Adelina (2018) berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa faktor penyebab lamanya mahasiswa menyelesaikan skripsi yaitu faktor pribadi, faktor lingkungan kampus, faktor keluarga, faktor interaksi teman sebaya dan faktor perhatian. Faktor yang menyebabkan lamanya menyelesaikan skripsi adalah faktor internal dan faktor eksternal (Adelina, 2018).

Konsep yang relevan dalam konteks ini adalah *academic delay of gratification* (ADOG). ADOG merujuk pada kemampuan seseorang untuk menunda kepuasan atau *reward* dalam rangka mencapai tujuan akademik jangka panjang. Seseorang yang memiliki tingkat ADOG yang rendah dapat menunda kepuasan meraih prestasi akademik yang lebih besar di masa depan. Di sisi lain, penundaan ini berdampak pada banyaknya waktu yang terbung sia-sia yang seharusnya dapat digunakan oleh mahasiswa untuk menyelesaikan perkuliahannya dengan tepat waktu (Nuzulia, 2024).

Academic delay of gratification adalah kemampuan seseorang untuk menunda kepuasan jangka pendek demi mencapai tujuan jangka panjang yang lebih besar, seperti menyelesaikan skripsi dengan baik. Dalam penyusunan skripsi, kemampuan untuk menunda kepuasan sangat penting, jika mahasiswa tidak memiliki kemampuan untuk menunda kepuasan segera, mahasiswa cenderung menunda-nunda pekerjaan, yang pada akhirnya dapat menghambat penyelesaian skripsi.

Mahasiswa yang kurang mampu menunda kepuasan dalam konteks akademik cenderung lebih rentan terhadap perilaku prokrastinasi. Hal ini karena mereka cenderung memprioritaskan kepuasan segera, seperti bersantai atau menghibur diri, daripada menyelesaikan tugas-tugas akademik yang membutuhkan usaha dan kesabaran. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan riset mengenai “Hubungan *Academic delay of gratification* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Skripsi”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling pada penelitian ini. Purposive sampling merupakan teknik penarikan sampel yang dilakukan dengan cara memilih subjek berdasarkan kriteria spesifik yang ditetapkan oleh peneliti (Priadana & Sunarsi, 2021). Kriteria subjek yang ditetapkan oleh peneliti yaitu mahasiswa yang lebih dari 2 semester mengerjakan skripsi, tidak pernah mengambil cuti kuliah, dan tidak bekerja. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu *Academic Delay Of Gratification* (variabel bebas) dan Prokrastinasi Akademik (variabel terikat). Pengukuran prokrastinasi akademik memakai skala *Thesis-Writing Procrastination Scale* (TW-PS) oleh Rahman, D. H. (2019). Adapun *blueprint* skala burnout berjumlah 14 aitem favorable salah satu aitemnya berbunyi “Saya menunda-nunda untuk mencari referensi/bahan pustaka terkait penulisan skripsi”. Pengukuran *academic delay of gratification* menggunakan skala yang dikembangkan oleh Bembenutty (1998). Skala tersebut baru tersedia dalam Bahasa Inggris, sehingga adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dilakukan oleh peneliti terhadap skala tersebut. Skala ini memiliki 10 aitem favorable satu aitemnya berbunyi “A. Saya lebih memilih pergi berkumpul (*hangout*) bersama teman-teman saya, dibandingkan menghabiskan waktu untuk belajar atau B. Saya menunda berkumpul (*hangout*) bersama teman-teman saya dan fokus belajar”.

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan penggunaan kuesioner atau angket secara online guna meraih data dengan skala likert untuk menjawab pernyataan yang tersedia. Pada skala

Prokrastinasi Akademik terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu tidak pernah, jarang, sering, dan selalu. Alternatif jawaban akan diberi bobot, 1,2,3,4. Pada skala *Academic Delay Of Gratification* terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu pasti memilih A, mungkin memilih A, mungkin memilih B, dan pasti memilih B. Alternatif jawaban akan diberi bobot 1,2,3,4. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah Uji korelasi *Rank Spearman*. Analisis dalam penelitian ini dibantu dengan program analisis statistik yaitu *IBM SPSS Statistic 25 for window*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 251 mahasiswa Universitas Negeri Padang. Berdasarkan deskripsi subjek dilihat dari tahun masuk 2020 127 partisipan (50,6%), tahun masuk 2019 75 partisipan (29,9%), dan tahun masuk 2018 49 partisipan (19,5%). Jika dilihat berdasarkan fakultas, menunjukkan total subjek berjumlah 251 mahasiswa, dengan jumlah subjek yang terbanyak di FIP dengan jumlah 45 orang (17,9%). Kemudian jumlah subjek yang sedikit di FIK dengan jumlah 13 orang (5,2%).

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas subjek pada variabel *Academic Delay Of Gratification* cenderung sangat rendah dengan jumlah 112 subjek (44,6%). Sedangkan pada variabel Prokrastinasi Akademik mayoritas subjek cenderung sangat tinggi dengan jumlah 132 subjek (52,6%).

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas ADOG dan Prokrastinasi Akademik

Test	statistic	Asymp. Sig
Kolmogorov-Smirnov	0,125	0,000

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai 0,000 tersebut lebih kecil dari 0,05 yang dapat disimpulkan bahwa penelitian berdistribusi tidak normal.

Tabel 2. Hasil Uji Linear ADOG dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	Sum of Square	Mean Squared	F	Sig.
Prokrastinasi*ADOG	11192.208	11192.208	52.608	0,000

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa nilai sig. linearity adalah 0,000 kecil dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara ADOG dan Prokrastinasi Akademik.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Rank Spearman ADOG dan Prokrastinasi Akademik

Coefficient Correlation	Sig. (2-tailed)
-0,448	0.000

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa nilai koefisien correlation sebesar -0,448 dan tingkat signifikansi 0,000. nilai signifikansi (0,000) berada di bawah 0,05, maka terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Koefisien correlation sebesar -0,448 menunjukkan korelasi yang negatif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *academic delay of gratification* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *academic delay of gratification* dengan prokrastinasi akademik. Korelasi negatif ini berarti bahwa prokrastinasi akademik yang sangat tinggi dikaitkan dengan *academic delay of gratification* yang rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa (H_a) diterima, sedangkan (H_0) ditolak.

Prokrastinasi akademik merupakan suatu permasalahan yang banyak terjadi dalam dunia pendidikan di sepanjang waktu dan belum dapat diselesaikan secara tuntas. Mahasiswa masih sering menunda mengerjakan skripsi sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Hal ini dikarenakan banyak mahasiswa cenderung mengalami prokrastinasi akademik, hal ini sejalan dengan pendapat Rahardjo et al., (2013) menyatakan bahwa mahasiswa memiliki banyak tugas dan aktivitas perkuliahan yang harus dilakukan terkait dengan pencapaian kompetensi akademik yang diperlukan oleh mereka. Tugas-tugas perkuliahan tersebut memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda dan dapat membuat mahasiswa menjadi malas-malasan dan menunda menyelesaikan tugas. Hal ini sejalan dengan pendapat Slamet (2003) dimana pada umumnya, mahasiswa mengalami kesulitan dalam tulis

menulis, kemampuan akademik yang tidak memadai, adanya kurang ketertarikan mahasiswa pada penelitian, serta kegagalan mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur, dan bahan bacaan, serta kesulitan menemui dosen pembimbing.

Prokrastinasi akademik dapat berupa mengabaikan tugas yang diberikan dosen, meremehkan atau menganggap tugas tersebut terlalu mudah untuk dikerjakan, menggunakan waktu yang lama menjelajah internet yang tidak ada kaitan dengan tugas akademik/kuliah, mengganti aktivitas tugas utama dengan aktivitas/kegiatan lain yang sebenarnya kurang begitu penting, dan sebagainya (Wicaksono, 2017). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik merupakan salah satu aspek yang terdapat pada *academic delay of gratification*.

Academic delay of gratification ini merujuk pada kemampuan seseorang untuk menunda kepuasan atau hadiah segera demi mencapai tujuan jangka panjang, seperti menyelesaikan tugas akademik atau skripsi dengan baik (Dundar, 2018). Hal ini sejalan dengan pendapat Muntazhim (2022) dimana dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik, individu yang memiliki tingkat *academic delay of gratification* yang rendah cenderung sulit untuk menahan diri dari godaan untuk menunda pekerjaan akademik. *Academic delay of gratification* memiliki potensi untuk mengurangi tingkat prokrastinasi pada mahasiswa skripsi dengan memberikan mahasiswa kemampuan untuk menunda kepuasan segera demi mencapai tujuan akademik jangka panjang. Oleh karena itu, mahasiswa lebih mengatasi godaan untuk menunda-nunda pekerjaan dan fokus pada pencapaian tujuan akademik secara efektif (Bembenutty, 2022).

Hasil dalam penelitian ini terdapat 44,6% mahasiswa yang memiliki tingkat *academic delay of gratification* yang sangat rendah, hal ini berarti masih terdapat mahasiswa yang belum bisa menunda kepuasannya dan lebih memilih pergi berkumpul (*hangout*) bersama teman-teman, dibandingkan menghabiskan waktu untuk belajar, melewatkan beberapa pertemuan untuk menemui dosen pembimbing, malas untuk mengerjakan revisi, dan lain lain. Perilaku ini disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu regulasi diri, hal ini sejalan dengan pendapat Afriansyah (2019) regulasi diri adalah proses aktif dimana mahasiswa mampu mengatur, memantau, dan mengontrol diri secara kognitif, motivasi, dan perilaku untuk mencapai tujuan penyelesaian skripsi. Regulasi diri adalah kemampuan manusia sebagai pribadi yang dapat mengatur diri sendiri, mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya (Bandura, 1986). Menurut Santrock (2005) mahasiswa yang memiliki kemampuan regulasi diri menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu, meningkatkan motivasi, dan dapat mengendalikan emosi sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu kemampuan regulasi diri sangat penting dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengambil skripsi, agar memiliki tanggung jawab yang besar terhadap diri dan perilaku demi tercapainya tujuan yang telah ditargetkan.

Prokrastinasi akademik pada hasil diperoleh 52,6% mahasiswa memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang sangat tinggi, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa lebih memilih untuk menunda mengerjakan skripsi. Dimana hal ini dibuktikan dari hasil pengambilan data menggunakan *gform*, peneliti memberikan pertanyaan apa alasan terlambat mengerjakan skripsi dan rata-rata hasil jawaban yang didapatkan yaitu “mereka malas mengerjakan skripsi, mereka malas mengerjakan revisi, dosen pembimbing yang sulit ditemui dan ada juga yang lebih memilih berkumpul dengan teman dari pada mengerjakan skripsi”. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wicaksana (2014) yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir program studi Bimbingan dan Konseling (BK) Universitas Negeri Yogyakarta memiliki tingkat prokrastinasi tugas akhir skripsi dalam kategori tinggi sebanyak 67,5% sehingga kebanyakan mahasiswa memiliki masa studi lebih dari lima tahun.

Knaus, (2016), berpendapat bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai trait prokrastinasi. Artinya prokrastinasi lebih dari sekedar kecenderungan melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang tidak diselesaikan dengan sukses. Dengan kata lain penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi sebagai trait prokrastinasi. Ferrari, (1995) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh keyakinan yang tidak rasional dan perfeksionisme. Burka & Yuen, (2000) menyebutkan keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan yang

mempersepsikan tugas sekolah, seseorang menunda tugas sebagai suatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task dan fear of failure*), oleh karena itu seseorang merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga seseorang menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut.

Salah satu keterbatasan dalam penelitian ini adalah data yang tidak berdistribusi normal sehingga penelitian ini menggunakan model statistik non-parametrik yang dapat mengakomodasi data tidak normal, terletak pada jumlah sampel dan sebaran skala tidak luas. Maka dari itu, peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih luas seperti seluruh Indonesia. Masih sedikitnya penelitian yang membahas mengenai *Academic Delay Of Gratification*, hal ini bisa dikaitkan dengan variabel psikologi lainnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *Academic Delay Of Gratification* dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa yang sedang skripsi di Universitas Negeri Padang. Mayoritas mahasiswa pada penelitian memiliki tingkat *Academic Delay Of Gratification* yang cenderung sangat rendah. Serta mayoritas mahasiswa pada penelitian yaitu memiliki tingkat Prokrastinasi Akademik yang cenderung sangat tinggi. Hal ini diartikan bahwa semakin tinggi Prokrastinasi Akademik yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang skripsi maka semakin rendah tingkat *Academic Delay Of Gratification*, begitupun sebaliknya.

Saran yang dapat peneliti berikan untuk penelitian selanjutnya yaitu sebaiknya penelitian dilakukan pada sampel yang lebih luas agar data yang didapatkan lebih akurat untuk menggambarkan tingkat *Academic Delay Of Gratification* dan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa secara lebih luas. Diharapkan mahasiswa bisa melakukan berbagai hal ataupun kegiatan yang dapat meningkatkan motivasi untuk mengerjakan misalnya membuat target, mengerjakan bersama teman, mengapresiasi diri dengan memberikan hadiah pada diri sendiri jika berhasil menyelesaikan skripsi dan wisuda, dan universitas dapat menerapkan sistem jadwal kepada dosen-dosen yang menjabat sebagai dosen pembimbing tersebut, dimana dosen diberikan waktu untuk membimbing semua anak bimbingannya selama satu hari full dan universitas juga bisa menerapkan sistem bimbingan bersama misalnya dosen mengumpulkan dan memberikan bimbingan skripsi pada semua anak bimbingannya dalam satu ruangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, S. (2018). Faktor Penyebab Lamanya Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi Di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ecogen*, 1(4), 184.
<https://doi.org/10.24036/jmpe.v1i1.4738>
- Alfina, I. (2014). Hubungan Self-Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 66–75.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i1.3575>
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: a Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall Inc.
- Bembenutty, H., & Karabenick, S. A. (1998). Academic delay of gratification. *Learning and individual differences*, 10(4), 329-346.
- Bembenutty, H. (2022). Sustaining motivation and academic delay of gratification: Analysis and applications. *Theory Into Practice*, 61(1), 75-88.
- Dundar, Ş. (2018). Exploring the relationship between constructivist learning environments, attitudes, academic delay of gratification, and teaching efficacy beliefs in a social studies teaching course. *Journal of international social studies*, 8(2), 3-28.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Springer Science & Business Media.

- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 3(1).
- Muntazhim, M. A. (2022). Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Acta Psychologia*, 4(1), 21-28.
- Nugrahaeni, S. D., & Purwanti, R. S. (2021). *Kognisi : Jurnal Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar Pengaruh Percaya Diri dan Kemampuan Interaksi Sosial Terhadap*. 1(1), 15–24.
- Peake, P. K., Mischel, W., & Hebl, M. (2002). Strategic attention deployment for delay of gratification in working and waiting situations. *Developmental Psychology*, 38(2), 313–326. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.2.313>
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Pascal Books.
- Rahardjo, W., Juneman, J., & Setiani, Y. (2013). Computer Anxiety, Academic Stress, and Academic Procrastination on College Students. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 7(3), 147–152. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v7i3.179>
- Rahman, D. H. (2019, December). The Development and Validation of the Thesis-Writing Procrastination Scale. In *International Conference on Education, Social Sciences and Humanities* (pp. 65-70). RedWhite Press.
- Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55-62.
- Santrock, J. W. (Ed). (2005). *Educational Psychology*. New York, Boston: McGraw-Hill.
- Slamet. (2003). *Banyak yang Melakukan Plagiat*. Jakarta: Suara Merdeka.
- Soegiyanto, Setiawan, I., Abdulaziz, M. F., Dharmawan, D. B., & Parista, S. V. (2019). Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Atlet. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 3(1), 106-116 Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, 31(4), 503.
- Wicaksana, B. (2014). Hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi tugas akhir skripsi pada mahasiswa Prodi BK UNY. *Jurnal Fakultas Ilmu Pendidikan Negeri Yogyakarta*.
- Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 69–73.
- Woolfolk, A. (2009). *Educational Psychology active learning edition* (Penerjemah: Helly Prajitno Soetjipto). Boston: Pearson Education, Inc.