

Analisis Faktor Penentu Prokrastinasi pada Masa Pandemi di MAN 1 Magelang

Ade Ayu Mutiara Pawestri^{1*}
^{1,2} Universitas Muhammadiyah Magelang

ABSTRACT

Procrastination is intentional procrastination and preferring to do other activities rather than completing tasks. The formulation in this study is what are the determining factors in student academic procrastination at MAN 1 Magelang. The purpose of this research is to analyze and explore the determinants of procrastination at MAN 1 Magelang. This study uses a qualitative research method with a case study approach. The subjects of this study included 8 students. The results of this study are that there are internal and external factors in procrastination. Internal factors, namely: (1) Motivation, (2) Self Control, (3) Self Regulation, (4) Self Efficacy, (5) Emotion Regulation, (6) Intelligence, (7) Self Awareness, (8) Physical. While external factors, namely: (1) Task Character, (2) Environment, (3) Social Support and (4) Internet Addiction.

Keywords: *Alphabetic, Article Template, Journal, Manuscript, Maximum of Five*

ABSTRAK

Prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja dan lebih memilih melakukan aktivitas lainnya daripada menyelesaikan tugas. Rumusan dalam penelitian ini yaitu apa saja faktor penentu dalam prokrastinasi akademik siswa di MAN 1 Magelang. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis dan mengeksplorasi faktor-faktor penentu prokrastinasi di MAN 1 Magelang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ini meliputi 8 siswa. Hasil penelitian ini adalah terdapat faktor internal dan eksternal dalam prokrastinasi. Faktor internal, yaitu: (1) Motivasi, (2) Kontrol Diri, (3) Regulasi Diri, (4) Self Efficacy, (5) Regulasi Emosi, (6) Intelegensi, (7) Self Awareness, (8) Fisik. Sedangkan faktor eksternal, yaitu: (1) Karakter Tugas, (2) Lingkungan, (3) Dukungan Sosial dan (4) Kecanduan Internet.

Katakunci: *Defining factor; Procrastination; Academic; and Students*

Received:
01.01.2020

Revised:
12.01.2020

Accepted:
01.01.2021

Available online:
01.01.2021

Suggested citation: Pawestri, Ade Ayu Mutiara (2023). Analisis Faktor Penentu Prokrastinasi pada Masa Pandemi di MAN 1 Magelang. *Journal of Psychosociopreneur*, 2 (2), 45-51. DOI:[Open Access](#)
| URL:<http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jpsh>

¹ Corresponding Author: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Magelang, Jl. Tidar No.21, Magersari, Kec. Magelang Sel., Kota Magelang, Jawa Tengah 59214

PENDAHULUAN

Kondisi pandemi berdampak adanya perubahan salah satunya pada bidang pendidikan. Permasalahan dalam dunia pendidikan yaitu mengenai proses pembelajaran yang belum sama baik dari kualitas serta pencapaian pembelajaran yang diinginkan, kegiatan pembelajaran mengalami perubahan dan harus cepat beradaptasi, pelaksanaan pendidikan harus bergantung pada internet, guru mengalami kesulitan dalam mengajar dimana setiap guru harus menyesuaikan dengan penguasaan teknologi terbaru, terkendala biaya internet, siswa tidak memiliki smartphone dan meningkatnya perilaku menunda-nunda tugas. Hal ini didukung oleh penelitian lain yaitu terdapat 87,5% siswa yang mengalami prokrastinasi dimasa pandemi.

Dari hasil preliminary research hanya terdapat 10% siswa yang mengikuti pembelajaran online, dimana hanya 10% siswa yang mengsubmit tugas yang ada di google classroom. Prokrastinasi sendiri mempunyai banyak faktor-faktor yang membuat siswa siswi melakukan prokrastinasi. Dari hasil preliminary research yang di dapatkan dari mini survei pada siswa siswi MAN 1 Magelang, terdapat 30 siswa yang mengisi survei pertama yang disebarakan melalui grup whatsapp dan melalui japri whatsapp. Dari 30 siswa siswi yang merasa bahwa sering melakukan perilaku menunda-nunda tugas. Sedangkan pada survei kedua terdapat 74 siswa siswi yang sudah mengisi google form yang telah disebarakan. Dari 74 siswa siswi yang mengisi memberikan alasan mereka melakukan perilaku prokrastinasi akademik dimasa pandemi diantaranya yaitu, merasa malas 48%, mempunyai kegiatan lain 4%, kurang memahami materi 22%, tugas banyak 19%, terkendala kuota 12%, tugas susah 11%, kurang motivasi 5%, sinyal yang kurang baik 4% dan lupa adanya tugas 4%. Dari beberapa alasan diatas dapat disimpulkan bahwa alasan terbanyak yang menjadi faktor siswa siswi melakukan prokrastinasi adalah malas, adanya kegiatan lain, dan kurang memahami materi. Dari hasil wawancara terhadap 8 siswa mereka menyatakan bahwa mereka sering menunda-nunda tugas dikarenakan kurang memahami materi, kelelahan, kurang percaya diri terhadap kemampuannya terhadap beberapa tugas, dan mood yang kurang baik yang membuat sering menunda-nunda tugas.

Berdasarkan hasil penelitian (Rusmaini & Rahayu, 2020) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor penentu prokrastinasi yaitu yang pertama adalah kondisi psikologis yang terdiri dari faktor stress, lupa, memiliki kecemasan, malas, rasa takut gagal, kemampuan intelegensi, moody, mudah menyerah, memandang tugas ada sesuatu yang berat, perfeksionis, tidak percaya pada kemampuan sendiri, tidak ada keinginan untuk berprestasi, dan motivasi belajar rendah. Kedua adalah kondisi fisik yang terdiri dari faktor kondisi badan tidak fit, lelah pulang sekolah. Ketiga adalah kondisi lingkungan yang terdiri dari faktor pergaulan teman sebaya, membantu orang tua, terpengaruh lingkungan, tidak ada hukuman (Punishment), bisa mencontek disekolah, pernah mendapatkan reinforcement, kurangnya pengawasan dari pihak sekolah. Keempat adalah karakteristik tugas yang terdiri dari faktor tidak mengerti, tidak tahu harus mengerjakan tugas darimana, pernah trauma dengan tugas tertentu. Kelima adalah management waktu yang terdiri dari faktor pengelolaan waktu yang kurang baik, suka bermain gadget, suka menonton, dan management waktu yang kurang baik. Keenam adalah fasilitas belajar yang terdiri dari faktor kurang referensi dari tugas yang diberikan dan kurang tersediannya sarana prasarana.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Nafeesa, 2018) menyatakan bahwa faktor prokrastinasi siswa yaitu mengenai time disorganization, keadaan fisik, kondisi psikologis, anxiety, dukungan sosial, gaya pengasuhan orang tua, hostility with other dan kondisi lingkungan. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Ferlia (2019) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu kondisi fisik dan kondisi psikis. Sedangkan Faktor Eksternal yaitu gaya pengasuhan orang tua dan lingkungan.

Berdasarkan pemaparan di atas bahwa siswa siswi memiliki alasan yang berbeda-beda dalam melakukan prokrastinasi. Dari hasil wawancara terhadap beberapa siswa terdapat beberapa faktor prokrastinasi. Mengingat pentingnya mengetahui faktor prokrastinasi, maka penulis ingin mengetahui mengenai faktor-faktor penentu prokrastinasi di era pandemi di MAN 1 Magelang. Karena perbedaan tersebut maka peneliti berminat untuk melakukan penelitian dengan judul "Analisis Faktor Penentu Prokrastinasi Akademik Siswa Siswi MAN 1 Magelang".

METODE

Pada penelitian ini menggunakan 8 responden yang dilakukan dengan cluster sampling dengan karakteristik: (a) Siswa siswi MAN 1 Magelang, meliputi siswa siswi yang minimal berumur 16-17 tahun, (b) Mememponyai permasalahan mengenai prokrastinasi pada era pandemi, (c) Siswa Siswi kelas XI MAN 1 Magelang. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara dan penyebaran angket. Instrumen wawancara disusun berdasarkan aspek dan indikator prokrastinasi. Penyusunan *guide interview* telah direview oleh ahli. Metode analisis data menggunakan acuan Creswell serta teknik kebasahan data menggunakan uji validitas (trianggulasi dan referensi) dan uji reliabilitas melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka terdapat hasil penelitian yang terdiri dari 8 faktor internal dan 4 faktor eksternal. Faktor internal yaitu: motivasi belajar, kontrol diri, regulasi diri, *self efficacy*, fisik, regulasi emosi, intelegensi dan *self awareness*. Faktor eksternal yaitu: karakteristik tugas, lingkungan, dukungan sosial, dan kecanduan internet.

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi memiliki faktor internal dan eksternal. Prokrastinasi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya dalam faktor internal meliputi motivasi belajar, kontrol diri, regulasi diri, *self efficacy*, regulasi emosi, intelegensi, fisik dan *self awareness*. Sedangkan dalam faktor eksternal meliputi karakter tugas, lingkungan (meliputi lingkungan sekolah dan lingkungan rumah), dukungan sosial, dan kecanduan internet.

Hasil penelitian ini menunjukkan motivasi belajar yang berpengaruh pada prokrastinasi yaitu dipengaruhi oleh beberapa hal yakni kurang minatnya siswa terhadap tugas atau mata pelajaran yang membuat siswa lebih suka melakukan prokrastinasi dan kurangnya motivasi yang ada di dalam diri siswa. Hasil temuan (Sundaroh et al., 2020) menyatakan semakin tinggi motivasi belajar siswa maka perilaku prokrastinasi akademik siswa akan cenderung rendah. Hasil temuan lain menurut (Nitami, Daharnis, & Yusri, 2015) menyatakan terdapat hubungan signifikan dan negatif antara motivasi belajar dengan prokrastinasi. Artinya semakin tinggi motivasi belajar semakin rendah tingkat prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi ditentukan oleh motivasi belajar.

Hasil temuan lain dalam penelitian ini adalah kontrol diri yang menentukan prokrastinasi hasil penelitian menunjukkan bahwa kurang bisa mengontrol saat bermain *gadget* yang dimana terkadang siswa bermain *gadget* secara terus menerus hingga lupa waktu dan siswa tidak bisa mengontrolnya. Hal ini kontrol diri dapat mempengaruhi prokrastinasi. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya (Chisan & Jannah, 2021) bahwa semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka perilaku prokrastinasi semakin rendah begitu pula sebaliknya. Siswa dengan kontrol diri yang tinggi akan dapat mengelola dan mengendalikan dirinya dari godaan dan perilaku yang dapat mengalihkan perhatiannya dari kegiatan yang tidak sesuai dengan tujuannya. Adapun penelitian sebelumnya (Sarasti, 2015) menyatakan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi, dimana semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin rendah prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi ditentukan oleh kontrol diri.

Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa regulasi diri berpengaruh pada prokrastinasi yaitu ada beberapa hal seperti tidak bisa membagi waktu antara tugas, organisasi, dan bermain. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya (Diana Imawati, Meyritha Trifana Sari, 2021) menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif antara regulasi diri terhadap prokrastinasi, yang artinya semakin baik regulasi siswa maka semakin rendah prokrastinasi begitu pun sebaliknya. Menurut (Triovano & Khoirunnisa, 2021) menyatakan bahwa ada hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi. Artinya semakin tinggi regulasi pada siswa semakin rendah perilaku prokrastinasi, sebaliknya semakin rendah tingkat regulasi maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh regulasi diri.

Hasil temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *self Efficacy* berpengaruh pada prokrastinasi, terdapat beberapa hal yakni dipengaruhi oleh kurang tanggung jawab terhadap

tugas yang suah diberikan oleh guru dan kurangnya kesadaran untuk mengerjakan tugas. Pada penelitian sebelumnya (Erdianto & Dewi, 2021) menyatakan bahwa adanya hubungan signifikan dan memiliki arah negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi. Selain itu penelitian (Octaviani & Qodariah, 2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh self efficacy.

Hasil temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahawa regulasi emosi berpengaruh pada prokrastinasi, salah satunya sebagai berikut mood yang kurang baik dapat mengganggu belajarnya siswa. Tekadang mood yang baik atau buruk mempengaruhi semangat untuk belajar. Hal ini didukung oleh penelitian (Wibowo, 2016) menyatakan ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan prokrastinasi. Artinya semakin tinggi regulasi emosi semakin rendah tingkat prokrastinasi. Sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi prokrastinasi. Selain itu didukung penelitian (Irawan & Widyastuti, 2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan prokrastinasi. Adapun sumbangan efektif variable regulasi emosi terhadap variable prokrastinasi yaitu sebesar 15,2%. Artinya semakin tinggi regulasi emosi semakin rendah tingkat prokrastinasi. Sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi prokrastinasi Hal ini berarti bahwa regulasi emosi dapat berpengaruh terhadap prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh regulasi emosi.

Hasil temuan dalam penelitian ini adalah intelegensi berpengaruh pada prokrastinasi. Prokrastinasi di pengaruhi oleh kurang memahaminya materi yang telah diberikan oleh guru. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya menurut (Rusmaini, Gunartin, Surasni, & Lubis, 2021) menyatakan bahwa faktor prokrastinasi adalah kemampuan intelegensi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh intelegensi. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat tiga dari kedelapan subjek yang menyatakan bahwa intelegensi menentukan prokrastinasi.

Hasil temuan dalam penelitian ini yakni self awareness dipengaruhi oleh kurang bertanggung jawabnya terhadap tugas yang telah diberikan oleh guru dan kurangnya kesadaran untuk mengerjakan tugas. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya (Aisyah nurcitta, 2022) semakin tinggi self awareness maka akan semakin rendah prokrastinasi. Sebaliknya semakin rendah self awareness maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh self awareness.

Hasil temuan dalam penelitian ini menunjukan bahwa fisik dipengaruhi oleh dua hal yakni badan kurang fit dan kelelahan dengan aktivitas diluar . Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya (Fauziah, 2016) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu salah satunya fisik. Selanjutnya penelitian (Herdini, 2019) menyatakan bahwa faktor menunda yaitu kondisi fisik individu. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh fisik.

Selanjutnya hasil temuan dalam penelitian ini menunjukan bahwa karakteristik tugas dipengaruhi oleh banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, waktu pengumpulan yang terlalu singkat dan sulit mudahnya tugas yang diberikan. Menurut (Nafeesa, 2018) menyatakan bahwa tugas yang cenderung ditunda adalah tugas yang banyak dan membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakannya. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh karakteristik tugas.

Hasil temuan dalam penelitian menunjukan lingkungan dipengaruhi oleh adanya kegiatan lain seperti pengaruh teman, kinerja guru mata pelajaran dan mudahnya menyontek.. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya (Fauziah, 2016) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu salah satunya lingkungan. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh lingkungan.

Hasil temuan dalam penelitian ini menunjukan dukungan sosial dipengaruhi oleh kurangnya dorongan dari orang tuas. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya menurut (I & Hadiwinarto, 2020) menyatakan bahwa adanya hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan prokrastinasi. Semakin tinggi dukungan sosial siswa, semakin rendah pula prokrastinasi. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi prokrastinasi. Selain itu adapun penelitian lain menurut (Sophia, 2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi, bahwa dukungan sosial

nyatanya dapat memberikan efek positif maupun negatif tergantung bagaimana cara seseorang mempersepsikan dukungan sosial tersebut. Menurut (Laily & Candra, 2022) menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari dukungan sosial terhadap prokrastinasi. Artinya siswa yang memiliki dukungan sosial tinggi maka akan memiliki prokrastinasi rendah, dan begitu sebaliknya. Dalam penelitian ini pun menemukan bahwa terdapat satu dari lima guru yang menyatakan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh dukungan sosial.

Temuan lain dalam penelitian ini adalah kecanduan internet dipengaruhi oleh kurang memahami materi dan harus mencari referensi di website. Pengaruh kemudahan internet adalah kemudahan yang diberikan internet yang dimana setiap ada tugas yang kurang dipahami langsung mencari diinternet, sebelumnya tidak mencoba mencari tau melalui buku, bertanya kepada guru maupun teman. Dengan kemudahan ini maka membuat siswa kecanduan untuk menggunakan internet. Dengan kemudahan internet ini membuat seseorang lebih sering menunda karena dianggap jawaban dari tugas yang diberikan guru dengan mudah didapatkan dan terkadang ketika tidak mendapatkan jawabannya akan menunda tugas. Apabila tidak mendapatkan jawabannya maka terkadang seseorang lebih memilih untuk menundanya. Menurut (Syaputra, 2021) menyatakan bahwa terdapat pengaruh kecanduan internet dengan prokrastinasi. Dalam penelitian ini pun menemukan satu dari delapan siswa menyatakan bahwa kecanduan internet menentukan prokrastinasi.

Keterbatasan dalam penelitian ini dikarenakan metodologi penelitian kualitatif maka hasil dari penelitian ini hanya sampai mengeksplorasi dan menganalisis faktor penentu prokrastinasi. Oleh karena itu, perlu penelitian lanjutan untuk menguji hubungan atau pengaruh faktor-faktor tersebut. Diharapkan hasil penelitian selanjutnya dapat bermanfaat bagi MAN 1 Magelang untuk digunakan sebagai bahan evaluasi dan kebijakan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi. Selanjutnya, untuk para guru hasil penelitian ini digunakan untuk mengevaluasi dan untuk mengetahui faktor penentu prokrastinasi. Kemudian, untuk siswa dapat memberikan bahan pertimbangan untuk melakukan prokrastinasi dan dapat mengelola faktor internal maupun eksternal mengenai faktor yang menentukan prokrastinasi.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian yang telah peneliti paparkan pada bab sebelumnya, maka pada bab ini peneliti akan menarik kesimpulan bahwa faktor penentu prokrastinasi pada siswa siswi di MAN 1 Magelang, yaitu (1) Motivasi belajar, (2) Kontrol Diri, (3) Regulasi Diri, (4) Self Efficacy, (5) Regulasi Emosi, (6)Intelegensi, (7) Self Awareness, (8)Fisik, (9) Karakter Tugas, (10) Lingkungan, (11) Dukungan Sosial dan (12) Kecanduan Internet.

Adanya motivasi dan kontrol diri yang tinggi yang dimiliki siswa menjadikan siswa tidak melakukan prokrastinasi. Mempunyai regulasi diri dan emosi yang baik membuat siswa tidak menunda-nunda tugas. Tingginya Self efficacy dan self awareness membuat siswa tidak melakukan prokrastinasi. Intelegensi yang baik membuat siswa tidak melakukan prokrastinasi. Fisik, karakteristik tugas, dukungan sosial dan kecanduan internet juga mempengaruhi prokrastinasi.

REFERENSI

- Abas. (2021). Problematika Dunia Pendidikan pada Masa Pandemi Covid 19. Retrieved March 30, 2022, from <https://banten.kemendiknas.go.id/det-berita-problematika-dunia-pendidikan-pada-masa-pandemi-covid-19.html>
- Afniola, S., Ruslana, R., & Artika, W. (2020). Intelegensi Dan Bakat Pada Prestasi Siswa. *Al-Din: Jurnal Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.35673/ajdsk.v6i1.844>
- Afriansyah, M. F. (2016). Tingkat Kepuasan Member Fitness terhadap Pelayanan di Tempat Kebugaran Balai Kesehatan Olahraga dan Pisat Informasi Pencegahan Penyakit Metabolik (BKOR-PIPMM) Kabupaten Lumajang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 06(2), 1–8.
- Aisyah nurcitta. (2022). Hubungan Self-Awareness Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir.
- Ali, S., & Hasanah, E. (2021). Kepemimpinan Kepala Sekolah dalam Menjamin Mutu Pendidikan Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta. *Jurnal*

- Ilmiah Mandala Education, 7(1), 264–272. <https://doi.org/10.36312/jime.v7i1.1735>
- Candra, U., Wibowo, M. E., & Setyowani, N. (2014). Faktor – Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 3(3), 66–72.
- Chisan, F. K., & Jannah, M. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1–10. Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id>
- Diana Imawati, Meyritha Trifana Sari, R. P. (2021). Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 11 Samarinda. *Ejurnal-Untang*, 9(1), 1–10.
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 8(8), 32–43. Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41668>
- Fauziah, H. H. (2016). Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi Diri (Pengaturan Diri) Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(1), 184. <https://doi.org/10.17509/jpm.v3i1.9454>
- Ghufron, M. N., & S, R. R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Herdini, F. (2019). Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Kelas X IPS SMA Negeri 10 Pekanbaru. Universitas Islam Riau Pekanbaru.
- I, K. A., & Hadiwinarto, H. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X Ips Di Sma Negeri 2 Mukomuko. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.33369/consilia.v3i1.8288>
- Ilyas, M., & Suryadi. (2017). Perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA Islam Terpadu. *Jurnal An- Nida'*, 41(1), 71–82.
- Irawan, A. N., & Widyastuti, W. (2021). The Relationship Between Emotion Regulation and Academic Procrastination in Students of Vocation High School. *Academia Open*, 6, 1–11. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2538>
- Laily, F., & Candra, N. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Siswa yang Bermukim di Pesantren Madrasah Pendahuluan, 6, 89–100.
- Mukhid, A. (2018). Self Efficacy (Perspektif Teori Kognitif Sosial dan Implikasinya terhadap Pendidikan). *Proceedings - 2018 IEEE 4th International Workshop on High-Performance Interconnection Networks in the Exascale and Big-Data Era, HiPINEB 2018*, 2018-Janua, 16–23. <https://doi.org/10.1109/HiPINEB.2018.00011>
- Mustakim. (2015). Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA 1 Medan. Universitas Medan Area.
- Mustika, M. (2019). Hubungan Self Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung.
- Nafeesa, N. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Nina Siti. (2002). Metode dan Teknik Wawancara. *Journal of Direktorat Pengembangan Kemahasiswaan*, 1–2.
- Nitami, M., Daharnis, D., & Yusri, Y. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Konselor*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.24036/02015416449-0-00>
- Octaviani, P. N., & Qodariah, S. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA IT X Bandung. *Prosiding Psikologi*, 4(1), 89–94.
- Paramita, A., & Kristiana, L. (2018). Panduan FGD, 16(2), 117–127.
- Rachman, N. S. (2022). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa pada Masa Pandemi di SMK Negeri Se-Kota Tarakan. Universitas Borneo Ternate.
- Rofiqah, T., & Marlinda, L. (2018). Penyebab Munculnya Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa (Behavior of Student Academic Procrastination). *Jurnal Kopasta*, 5(2), 65–71.
- Rosaliza, M. (2015). Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif.

- Jurnal Ilmu Budaya. <https://doi.org/10.31849/jib.v11i2.1099>
- Rusmaini, Gunartin, Surasni, & Lubis, M. (2021). Mengatasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik. *Pekodimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 30–39. Retrieved from <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Pekomas/article/view/9256>
- Rusmaini, R., & Rahayu, P. Y. (2020). Analisis Faktor-Faktor Penentu Prokrastinasi Akademik dan Pengaruhnya terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Prodi Pendidikan Ekonomi FKIP Univ. Pamulang). *Pekobis : Jurnal Pendidikan, Ekonomi, Dan Bisnis*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.32493/pekobis.v4i2.p1-8.3944>
- Safitri, R., Purnamasari, V., & Wakhyudin, H. (2020). Dampak Game Online PUBG Terhadap Perilaku Prokrastinasi Siswa. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v4i1.29079>
- 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.
- SARASTI, C. A. (2015). Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik siswa sman 1 pariangan. *Ekp*, 13(3), 1576–1580.
- Soegiyanto, Setiawan, I., Abdulazis, 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, 106–116.
- Sophia, N. U. R. S. (2022). Hubungan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada siswa sma negeri 1 kotabaru.
- Sudrajat, I. (2021). Studi Kasus Prokrastinasi Akademik dalam Pembelajaran Jarak Jauh di SMA Negeri 2 Tanggul Kabupaten Jember. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sundaroh, E., Sobari, T., & Irmayanti, R. (2020). Hubungan Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII Smpn 2 Kadungora Kabupaten Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(5), 171. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i5.5641>
- Syaputra, F. (2021). Pengaruh Kecanduan Internet terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPS pada Mata Pelajaran Ekonomi di MAdrasah Aliyah Negeri 1 Indrigriri Hilir, 6.
- Triovano, K. A., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI. *Penelitian Psikologi*, 8(1), 201–211.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 17(1), 1–18. <https://doi.org/10.7454/mssh.v17i1.1798>
- Wibowo, H. A. (2016). Hubungan antara regulasi emosi dengan prokrastinasi akademik pada siswa sma naskah publikasi.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Sosio - Humaniora*, 5(1), 1–25. Retrieved from <file:///C:/Users/anggirahmas/Downloads/136-379-1-PB.pdf>
- Wulandari, I., Fatimah, S., & Suherman, M. M. (2021). Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Kelas Xi Sman 1 Batujajar Dimasa Pandemi Covid-19. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(3), 200–212. Retrieved from <https://www.journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/7237>
- Zainuddin Atsani, L. G. M. (2020). Transformasi Media Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19. *Al-Hikmah: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 82–93. Retrieved from <http://ejournal.kopertais4.or.id/sasambo/index.php/alhikmah/article/view/3905>