



Perilaku Prokratinasi Akademik Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Tanjungpura Pontianak 2022/2023

Siti Sarah¹, Sri Buwono², Venny Karolina³, Yusawinur Barella⁴, Hadi Wiyono⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Tanjungpura, Pontianak, Indonesia

Abstract

Received: 17 Oktober 2024
Revised: 31 Oktober 2024
Accepted: 18 November 2024

This study analyzes the causes of academic procrastination behavior in students of the social science education study program at Tanjungpura University pontianak in 2022/2023. The reason for this research is because the level of academic procrastination of students of the social science education study program at Tanjungpura University is high, the purpose of this study is to find out: the causes of students doing academic procrastination, the types of tasks that make academic procrastination, the losses obtained by students and the efforts made by students. The data collection technique is interview. The informants in this study were 5 people. Data were analyzed using thematic analysis. Suhadianto & Pratitis (2020) was used as a guide to categorize the interview results with the theme of academic procrastination. The results showed that the cause of students doing academic procrastination is that they consider the time for submitting assignments is still long. The results of this study are in accordance with the task collection data on the google classroom of the lecturer concerned that students are often late in submitting assignments that have been given.

Keywords: *Academic Procrastination, IPS Learning*

(*) Corresponding Author: sarah22072019@gmail.com

How to Cite: Sarah, S., Buwono, S., Karolina, V., Barella, Y., & Wiyono, H. (2024). Perilaku Prokratinasi Akademik Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Tanjungpura Pontianak 2022/2023. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14580055>.

PENDAHULUAN

Secara bahasa, istilah dari prokrastinasi berasal dari bahasa latin *Pro* dan *Crastinus*. Nuryadi & Ginting (2017) mengartikan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda dalam menyelesaikan suatu pekerjaan yang dilakukan secara berulang dengan didasari perasaan tidak suka terhadap pekerjaan itu sendiri sehingga memilih untuk melakukan aktivitas yang dirasa lebih menyenangkan. Definisi tersebut memiliki makna yang sama dengan yang ditemukan oleh Kohar (2017) bahwa prokrastinasi adalah sebuah kebiasaan seseorang dalam menunda-nunda tugas atau pekerjaan dan berujung tidak diselesaikan.

Muyana (2018) mengatakan prokrastinasi adalah suatu tindakan yang memperlambat dalam mengatasi tugas-tugas akademik, sedangkan Jannah & Muis (2014) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik merupakan lamanya proses tanggap terhadap tugas yang telah diberikan baik dalam mengerjakan tugas sampai mengumpulkan tugas dan lebih memilih melakukan aktivitas lain dibandingkan memikirkan tugas yang seharusnya dikerjakan.

Perilaku menunda tugas dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademik karena bisa menurunkan kualitas diri dan kualitas hasil pengerjaan tugas serta dapat menambah tingkat stres yang dapat memberi

dampak buruk dalam kehidupan mahasiswa. Burhan & Herman (2019) menerangkan bahwa dampak prokrastinasi akademik terhadap mahasiswa ada dua yaitu dampak positif dan dampak negatif. Adapun dampak positif dari prokrastinasi akademik adalah mereka lebih merasa bersemangat dan termotivasi bila mengerjakan pada waktu akhir pengumpulan tugas dikarenakan mahasiswa merasa tertantang saat mengerjakan tugas jika telah mendekati *deadline* pengumpulan tugas, sedangkan dampak negatifnya ialah tumbuhnya rasa penyesalan serta rasa bersalah yang ada pada diri akibat menunda dalam menyelesaikan tugas sehingga bisa mendapatkan sanksi dari dosen karena tidak memenuhi *deadline* yang telah ditentukan.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu terhadap perilaku mahasiswa Ilmu Pengetahuan Sosial universitas tanjungpura di prodi Ilmu Pengetahuan Sosial tahun ajaran 2022/2023, peneliti menemukan bahwa perilaku prokrastinasi akademik juga terjadi di kelompok mahasiswa tersebut. Hasil penelitian Putri (2022) menunjukkan bahwa dari 102 mahasiswa Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Untan tahun ajaran 2021/2022 terdapat 65 mahasiswa (64,21%) yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, keterlambatan dalam penyelesaian tugas sebanyak 58 mahasiswa (58,13%), ketidaksesuaian waktu dan rencana pengerjaan tugas dengan kenyataan sebanyak 72 mahasiswa (71,50%) dan melakukan kegiatan yang lebih disenangi sebanyak 61 mahasiswa (60,63%). Dari hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa sebanyak 102 mahasiswa Ilmu Pengetahuan Sosial yang menjadi responden dengan rentang angkatan 2019 – 2021 terdapat 5,9% (n=5) mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi sangat tinggi.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa prodi pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Tanjungpura Pontianak masih banyak yang melakukan prokrastinasi akademik. Namun, hasil penelitian tersebut tidak mengeksplor mengapa mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik oleh karena itu peneliti akan melanjutkan penelitian sebelumnya untuk mengetahui lebih mendalam perilaku prokrastinasi akademik di prodi pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial tahun ajaran 2022/2023.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Sidiq & Choiri (2019) berpendapat penelitian kualitatif merupakan sebuah strategi memecahkan masalah fokus pada pencarian makna, definisi, gagasan, karakteristik, simbol maupun suatu fenomena yang bersifat alami dan mengutamakan kualitas serta disajikan secara naratif. Pendekatan ini bertujuan untuk menafsirkan apa yang telah dirasakan oleh narasumber peneliti. Penelitian kualitatif ini terfokus pada fenomena yang dialami secara nyata oleh narasumber dalam melakukan prokrastinasi akademik. Peneliti mengeksplorasi uraian dan kata-kata yang diutarakan oleh narasumber yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Metode yang digunakan untuk mendapatkan data bersumber dari interview dan observasi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Sidiq & Choiri (2019) berpendapat penelitian kualitatif merupakan sebuah strategi memecahkan masalah fokus pada pencarian makna, definisi, gagasan, karakteristik, simbol maupun suatu fenomena yang bersifat alami dan mengutamakan kualitas serta disajikan secara naratif. Pendekatan ini bertujuan untuk menafsirkan apa yang telah dirasakan oleh

narasumber peneliti. Penelitian kualitatif ini terfokus pada fenomena yang dialami secara nyata oleh narasumber dalam melakukan prokrastinasi akademik. Peneliti mengeksplorasi uraian dan kata-kata yang diutarakan oleh narasumber yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.

Pada penelitian ini peran peneliti ialah sebagai instrumen utamanya. Penelitian ini dilakukan di program studi pendidikan ilmu pengetahuan sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura yang terletak di Jl. Prof. Dr. H. Hadari Nawawi Pontianak.

Dalam penelitian ini merupakan hasil dari wawancara dan dokumentasi yang dilakukan peneliti sebanyak 5 kali terjun kelapangan pada tanggal 5 Juni, 13 Juli, dan 20 Juli 2023. Adapun yang menjadi informan dalam penelitian ini berjumlah 6 orang, yaitu 1 dosen prodi pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan 5 mahasiswa Ilmu Pengetahuan Sosial yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Wawancara dilakukan secara tatap muka di lingkungan Universitas Tanjungpura Pontianak dengan durasi waktu 11 sampai 30 menit per informan.

Data informan dalam wawancara ini menggunakan *confidentiality* (kerahasiaan) yang dapat menjaga kerahasiaan data pribadi pada setiap informan. Teknik pengumpulan data dalam peneliti ini yaitu pedoman wawancara dan dokumentasi, teknik analisis data yaitu dengan melakukan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan, serta melakukan pengujian keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Apa Yang Menyebabkan Mahasiswa Melakukan Prokrastinasi Akademik

Pada saat dilakukan wawancara pada tanggal 8 juni 2023, peneliti mendapati penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Terdapat 2 tema yang sering muncul dalam penyebab prokrastinasi akademik dari faktor internal yaitu: (1) deadline pengumpulan masih lama, (2) tidak senang dengan tugas yang diberikan. Adapun kutipan dari informan yang terkait dengan tema diatas adalah sebagai berikut:

Mahasiswa menganggap *deadline* pengumpulan masih lama, beberapa informan mengatakan:

“Karena saya merasa waktu yang diberikan masih lama sehingga saya melalaikan atau menunda-nunda tugas tersebut.” (wawancara dengan informan b)

“Saya sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas bahkan h jam saya baru mengerjakan, walaupun saya mengerjakan tetapi tidak sampai selesai, misalnya saya kerjakan cicil 70% terlebih dahulu dan 30% nya saya kerjakan belakangan dekat waktu pengumpulan.” (wawancara dengan informan a)

Dari kedua informan mengatakan hal yang sama bahwa *deadline* pengumpulan masih lama menjadi salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik

2. Jenis Tugas Apakah Yang Membuat Mahasiswa Melakukan Prokrastinasi Akademik

Pada saat dilakukan wawancara pada tanggal 8 juni 2023, peneliti mendapati jenis tugas yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Terdapat 1 tema yang sering muncul pada jenis tugas yang membuat

mahasiswa melakukan penundaan, yaitu tugas yang berkaitan dengan penulisan, terutama penulisan makalah maupun artikel dimana mahasiswa kesulitan dan merasa ribet dengan tugas tersebut. Berikut adalah kutipan salah satu informan:

“biasanya saya lebih sering menunda tugas seperti penulisan makalah karena makalah itu menurut saya ribet.”(wawancara dengan informan d)

“Tugas yang rumit seperti, makalah dan tugas-tugas menulis lainnya.”(wawancara dengan informan b)

“Biasanya tugas yang saya tunda berupa tugas yang sulit seperti, tugas membuat/menulis artikel dimana membuat artikel ini benar-benar mikir keras.” (wawancara dengan informan c)

“Menurut saya tugas yang bisa menyebabkan saya menunda yaitu tugas menulis, terutama menulis proposal.” (wawancara dengan informan e)

Hasil dari wawancara kelima informan, empat diantaranya mengatakan bahwa tugas menulis merupakan tugas yang sulit dikerjakan hingga menyebabkan penundaan.

3. Apa Saja Kerugian Yang Didapatkan Mahasiswa Setelah Melakukan Prokrastinasi Akademik

Pada saat dilakukan wawancara pada tanggal 8 juni 2023, peneliti mendapati kerugian yang dirasakan oleh mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Terdapat 2 tema yang sering muncul yaitu: (1) cemas dan khawatir akan tugas yang belum terselesaikan, (2) hasil tugas kurang maksimal. Adapun kutipan dari informan yang terkait dengan tema diatas adalah sebagai berikut:

1. Cemas dan khawatir akan tugas belum selesai

“Hal yang saya rasakan yang pertama khawatir karena saat saya mengumpulkan tugas waktu sudah habis, karena saya mengerjakan H-jam, takut tugas tidak diterima oleh dosen dan takut nilai rendah.” (wawancara dengan informan c)

“Yang saya rasakan pastinya kekhawatiran dan tidak tenang tetapi tetap saya lakukan (menunda-nunda tugas).” (wawancara dengan informan a)

“Yang saya rasakan pada tugas yang telah mendekati deadline atau waktu pengumpulan, saya merasa panik dan saya merasa takut.” (wawancara dengan informan b)

“Khawatir tidak mendapatkan nilai seperti yang diinginkan, cemas karena baru mengerjakan h-jam pada hari pengumpulan. Cemas dan takut menjadi satu sehingga membuat saya stress kepikiran.” (wawancara dengan informan d)

“Awalnya yang saya rasakan biasa saja tetapi seiring berjalannya waktu saya menjadi khawatir karena sudah dekat waktu pengumpulan atau deadline dan saya takut tidak bisa menyelesaikannya.” (wawancara dengan informan e)

2. Hasil tugas kurang maksimal

“Dari beberapa pengalaman saya hal tersebut dapat menyebabkan kerugian, misalnya nilai saya tidak maksimal dan pekerjaan saya tidak maksimal dan saya menyadari itu.” (wawancara dengan informan b)

“Kerugian yang saya dapatkan adalah saya kurang maksimal dalam mengerjakan tugas dan menjadi tidak teliti mengerjakan tugas.” (wawancara dengan informan a)

“kerugian yang didapat tentunya dinilai, takut nilai jelek, rendah, dan takut menyebabkan mengulang mata kuliah.” (wawancara dengan informan c)

“Sering menunda tugas dapat menyebabkan kerugian, jika telat mengerjakan atau mengumpulkan tugas akan berpengaruh pada nilai.” (wawancara dengan informan e)

Dari kelima informan mengatakan hal yang sama bahwa kerugian yang mahasiswa dapatkan setelah melakukan prokrastinasi akademik adalah khawatir, cemas dan takut akan tugas yang belum terselesaikan dan telah mendekati waktu pengumpulan.

3. Apa Upaya Yang Dilakukan Mahasiswa Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik

Pada saat dilakukan wawancara pada tanggal 8 juni 2023, peneliti mendapati upaya yang dilakukan oleh mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Terdapat 1 tema yang sering muncul yaitu mahasiswa memotivasi diri untuk belajar supaya tidak malas dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas yang telah diberikan. Hal ini didukung dari hasil wawancara dengan informan dibawah ini:

“Yang saya lakukan meningkatkan/memotivasi diri untuk mengerjakan supaya tidak malas dan dari diri sendiri harus mengubah mindset menjadikan peringatan atau pemberitahuan untuk mengerjakan tugas.” (wawancara dengan informan e)

“Setelah beberapa kejadian yang saya alami, saya berusaha memotivasi diri sendiri supaya tidak terjadi lagi prokrastinasi akademik dan berusaha lebih dekat dengan teman yang rajin dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas.” (wawancara dengan informan c)

“Hal yang saya lakukan yaitu memunculkan motivasi diri sendiri dan saya lebih disiplin, mengerjakan tugas-tugas jauh dari deadline yang diberikan.” (wawancara dengan informan b)

Dari hasil wawancara di atas ketiga informan mengatakan hal yang sama bahwa upaya dalam mengatasi prokrastinasi akademik dengan cara memotivasi diri sendiri supaya tidak terjadi prokrastinasi akademik. Sedangkan kedua informan menyatakan hal yang berbeda yaitu upaya yang mahasiswa lakukan adalah (1) membuat jadwal tertulis (2) mengapresiasi diri. Hal ini didukung dari hasil wawancara dengan informan dibawah ini:

1. Membuat jadwal tertulis

“Upaya yang saya lakukan dengan membuat skala prioritas atau membuat jadwal tetapi hal itu (menunda-nunda) tetap terulang kembali.” (wawancara dengan informan a)

2. Mengapresiasi diri

“Merubah cara pandang atau mindset dan memberikan apresiasi pada diri sendiri setelah mengerjakan tugas dengan cara menonton film ataupun membeli makanan yang disukai.” (wawancara dengan informan d)

Berdasarkan hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa upaya yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi perilaku Prokrastinasi Akademik supaya tidak terjadi lagi dengan memotivasi diri sendiri untuk menambah semangat dalam mengerjakan tugas.

Pembahasan

Berdasarkan data yang telah peneliti dapatkan di lapangan dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data mulai dari wawancara dan

dokumentasi, dari hasil data tersebut disajikan dengan menggunakan tahapan tematik. Setelah itu, peneliti akan melakukan pembahasan mengenai penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik hingga upaya mahasiswa dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik yang ada pada diri mahasiswa itu sendiri:

1. Penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik

Penyebab mahasiswa prodi pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Tanjungpura Pontianak melakukan prokrastinasi akademik dari faktor internal adalah karena mahasiswa berpikir bahwa waktu pengumpulan tugas yang masih lama dan beranggapan bisa menyelesaikannya dengan cepat dan tepat waktu. Namun, pada akhirnya tidak sesuai ekspektasi mahasiswa sehingga tiba waktu pengumpulan, mahasiswa belum menyelesaikan tugas. Penyebab lainnya yaitu mahasiswa kurang senang dengan tugas yang diberikan. Hal ini terlihat dari hasil wawancara kelima informan terdapat 2 tema yang sering muncul yaitu mahasiswa menganggap deadline pengumpulan masih lama, mahasiswa tidak senang dengan tugas yang diberikan. Hal ini terjadi karena adanya sikap menyepelkan dalam diri individu dan menganggap masih banyak waktu, sehingga melakukan hal lain daripada mengerjakan tugas.

Selain waktu deadline yang masih jauh, tidak menyenangkan jenis tugas merupakan salah satu faktor internal mahasiswa IPS menunda tugas. Menurut Solomon & Rothblum (1984) sikap menganggap tugas suatu hal yang tidak menyenangkan merupakan hasil pemikiran negatif yang terjadi dari dalam diri individu sehingga menjadikan mahasiswa tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas, mereka cenderung menyepelkan tugas dan menunda-nunda untuk mengerjakannya.

Setelah membahas faktor internal prokrastinasi akademik, peneliti membahas faktor eksternal yang diuraikan sebagai berikut. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan pertemanan menjadi penyebab individu melakukan prokrastinasi akademik, yaitu jika mereka berada dalam lingkungan pertemanan yang selalu melakukan prokrastinasi akademik, maka individu juga mempunyai kebiasaan yang sama, yaitu menunda-nunda pekerjaan yang berkaitan dengan akademik. Menurut Sopha (2022) lingkungan teman sebaya dapat memberi pengaruh pada setiap jenis karakter mahasiswa. Lingkungan pertemanan yang tekun dan menyukai banyak hal akademik akan membentuk karakter yang rajin serta fokus untuk mencapai tujuan pendidikan, begitu juga sebaliknya pertemanan yang mementingkan hal diluar akademik akan membentuk karakter yang acuh terhadap permasalahan akademik dan mengesampingkan kepentingan pendidikan.

2. Jenis tugas yang menyebabkan prokrastinasi akademik

Terhadap 1 tema yang sering muncul pada jenis tugas yang menjadi penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, yaitu kelima informan mengatakan tugas yang berkaitan penulisan terutama penulisan makalah maupun artikel menyebabkan mereka melakukan penundaan. Hal ini sesuai dengan penelitian Wicaksono (2017) yang menyatakan bahwa prokrastinasi akademik yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa pada penelitiannya adalah pengerjaan tugas menulis, misalnya menulis makalah, menulis laporan, dan mengarang esai. Wicaksono (2017) menambahkan tugas menulis baik itu menulis makalah ataupun laporan lainnya merupakan tugas yang bersifat mandiri, sehingga mahasiswa

dituntut untuk menetapkan jadwal pribadi dan hal tersebut lebih menguras pikiran serta tenaga; hal ini yang menyebabkan mahasiswa menunda mengerjakan tugas yang berhubungan dengan tulisan. Oleh sebab itu mahasiswa menganggap tugas menulis lebih sulit untuk dikerjakan dan memilih menunda dalam menyelesaikannya.

3. Kerugian yang didapatkan mahasiswa setelah melakukan prokrastinasi akademik

Terdapat 2 tema yang sering muncul mengenai kerugian yang dirasakan mahasiswa prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Tanjungpura Pontianak yaitu pada rasa cemas dan khawatir akan tugas yang belum terselesaikan dan kurang maksimal dalam mengerjakan tugas. Kelima informan mengatakan bahwa setelah melakukan prokrastinasi akademik, mereka merasa cemas dan khawatir terhadap tugas yang belum diselesaikan dan kurang maksimal dalam mengerjakan tugas, sehingga hal ini berdampak pada kualitas dan nilai yang didapatkan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Triyono & Khairi (2018) yang mengatakan bahwa prokrastinasi akademik memiliki dampak psikis bagi individu, yaitu berupa emosi yang buruk seperti cemas dan stress. Dampak negatif tersebut jika dibiarkan akan mengganggu serta dapat menghambat individu dalam mengerjakan tugas-tugas yang ada. Disamping itu, Widiseno, Purwanti & Wicaksono (2017) mengatakan prokrastinasi akademik berdampak pada waktu yang banyak terbuang percuma, tugas tidak terselesaikan dan jika diselesaikan akan mendapatkan hasil yang kurang maksimal.

4. Upaya yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi prokrastinasi akademik

Terdapat 1 tema yang sering muncul dari kelima informan mengenai upaya informan untuk mengatasi prokrastinasi akademik, yaitu mereka memotivasi diri untuk belajar supaya tidak malas dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas yang telah diberikan. Para peneliti terdahulu mendukung hasil penelitian ini bahwasanya strategi individu meliputi memberikan semangat diri atau memotivasi diri sendiri, membuat perencanaan atau rencana tertulis, melawan rasa malas, mengatur waktu, mengatur mood atau perasaan, membuat deadline dan fokus pada tujuan kuliah (Suhadianto & Pratitis, 2020). Dengan demikian, memotivasi diri sendiri dapat menjadi strategi utama dalam mengatasi prokrastinasi akademik untuk menumbuhkan motivasi dalam diri sehingga dapat menciptakan semangat yang tinggi dalam mengerjakan tuntutan akademik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku prokratinasi akademik pada mahasiswa prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Tanjungpura tahun akademik 2022/2023 terjadi karena adanya penyebab secara internal seperti; deadline pengumpulan tugas yang masih lama, tidak senang dengan tugas yang diberikan seperti tugas makalah maupun artikel yang dianggap ribet dan lingkungan yang tidak kondusif. Untuk kerugian dari perilaku prokrastinasi akademik ini menyebabkan rasa cemas dan khawatir dengan tugas yang belum selesai dan hasil tugas yang kurang maksimal karena dikerjakan dengan terburu-buru.

Adapun upaya atau strategi menanggulangi sikap prokrastinasi akademik adalah dengan cara memotivasi diri sendiri untuk belajar supaya tidak terjerat dengan sifat malas dan mampu mengerjakan tugas yang diberikan hingga selesai dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Burhan, M. N. I., & Herman. (2019). Perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa prodi pendidikan ilmu pengetahuan sosial fakultas ilmu sosial universitas negeri makassar). *Social Landscape Journal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1–10.
- Jannah, M., & Muis, T. (2014). Prokrastinasi akademik (perilaku penundaan akademik) mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 1–8
- Kohar, F. Y. (2017). *Hubungan rasa tanggung jawab dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi*. Universitas.2003, 1–64.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45.
- Nuryadi, A., & Ginting, A. A. (2017). Self control dan self efficacy mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga*, 3(2), 34.
- Putri, (2022). *Akademik pada mahasiswa program studi pendidikan ips di universitas tanjungpura pontianak pada tahun ajaran 2021 / 2022 pendidikan ips di universitas tanjungpura*.
- Sidiq, C. (2019). *Metode penelitian kualitatif di bidang pendidikan*. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Sopha, F. zahra asy. (1967). Peran teman sebaya dalam prokrastinasi akademik mahasiswa ppkn dan upaya lulus tepat waktu. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Issue Mi, pp. 5–24).
- Solomon, L., & Routhblum, E. (1984). *Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates*. *Journal Of Counseling Psychology*, Vol. 31, No, 4, 503-509
- Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2020). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204.
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Academic Procrastination of High School Students (Psychological Impacts and Solutions in the Perspective of Islamic Educational Psychology). *Al Qalam*, 19(2), 58–74.
- Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 67–73.
- Widisenso, F. P., & Wicaksono, L. (2017). Studi Deskriptif Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(8), 1–9.