

Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa

Wahid Nur Shodiq¹, Umbu Tagela², Yustinus Windrawanto³

Universitas Kristen Satya Wacana^{1, 2, 3}

e-mail: 132016010@student.uksw.edu¹, umbu.leba@uksw.edu², yustinus.windrawanto@uksw.edu³

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 24 Februari 2023

Revisi: 14 September 2023

Disetujui: 17 November 2023

Dipublikasikan:

Keyword

Self Efficacy

Prokrastinasi Akademik

Abstract

This study aims to determine the significance of the relationship between Self-Efficacy and Academic Procrastination in Class XII Students of SMK Nusa Persada, Semarang Regency. This type of research is a correlational study that aims to determine whether there is a relationship or not there is a relationship between two or more variables. The population in this study was 41 students of Class XII at Nusa Persada Vocational School, Semarang Regency. The sampling technique in this study is total sampling. Data of this research were analyzed by using Kendall's Tau-b correlation analysis. based on the results of data analysis, the correlation coefficient value was -0.463 with a significance value of 0.001. These results indicate that there is a negative and significant relationship between self-efficacy and academic procrastination in class XII students at Nusa Persada Vocational School, Semarang Regency.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Proses perkembangan belajar siswa di sekolah sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah baik akan berbanding lurus dengan hasil belajar yang baik pula. Namun dalam proses belajar, tidak sedikit siswa yang mengalami masalah-masalah akademik yang ditemui seperti pengaturan waktu belajar, metode belajar, masalah menyelesaikan tugas-tugas sekolahnya dan sebagainya. Jika siswa mengalami kesulitan untuk menyelesaikan tugas seperti sering mengalami keterlambatan, mengerjakan tugas tidak sesuai atau gagal menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, maka siswa tersebut melakukan prokrastinasi (Ghufron & Risnawati, 2014).

Ghufron & Risnawati (2014) juga mengemukakan definisi prokrastinasi sebagai suatu kecenderungan dalam menunda-nunda penyelesaian suatu tugas ataupun pekerjaan. Menurut Setiyawan & Ismara (2014) prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa dikarenakan siswa suka menunda-nunda mengerjakan tugas sampai batas waktu pengumpulan (*deadline*), suka tidak menepati janji untuk segera mengumpulkan tugas dengan memberi alasan kekurangan waktu dalam mengerjakan sehingga pada akhirnya meminta tambahan waktu dan lebih memilih kegiatan yang menyenangkan seperti menonton televisi, jalan-jalan dan lain sebagainya.

Anggraeni (2014) mengungkapkan peristiwa penundaan atau prokrastinasi pada pelajar, seperti peristiwa prokrastinasi di negara luar adalah satu dari beberapa permasalahan yang dialami masyarakat secara meluas atau pada lingkungan kecil yaitu pelajar. Ferrari dkk. (Saraswati, 2017) menyatakan bahwa salah satu permasalahan dalam cakupan akademik yang dialami oleh pelajar adalah prokrastinasi dengan besaran persentase 25 % sampai dengan 75%. Berbeda dengan apa yang dinyatakan Solomon dan Rothblum (Saraswati, 2017) dimana pelajar mengalami prokrastinasi pada bidang akademik dengan kisaran 46%.

Adapun faktor yang dapat melandasi besarnya suatu prokrastinasi akademik, senada dengan pendapat Fauziah (2015) adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut misalnya kondisi fisik siswa dan kondisi psikis siswa. Sedangkan faktor eksternalnya adalah karena

lingkungan di sekitar siswa yang mendukung terjadinya prokrastinasi akademik. Terjadi atau tidaknya prokrastinasi pada siswa dapat dilihat melalui aspek seperti *perceived time*, *intention-action*, *emotional distress* dan *perceived ability* (Ferrari dkk. dalam Hutajulu, 2017).

Upaya untuk menghadapi prokrastinasi akademik memerlukan keyakinan dari siswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi masalah serta melakukan suatu tindakan yang diperlukan untuk penyelesaian tugas demi mendapatkan hasil yang diharapkan. Keyakinan seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dapat disebut dengan efikasi diri (*self-efficacy*). Menurut Ghufron & Risnawita (2014) efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Sejalan dengan pendapat Wulansari & Umbu (2022) yang menyatakan bahwa dengan adanya keyakinan atau kepercayaan diri, seseorang dapat menyadari dan mengaplikasikan kemampuan diri dengan baik sehingga dapat mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

Menurut Steel (Nurjan, 2020) efikasi diri mempunyai peran yang penting dalam munculnya prokrastinasi. Keinginan untuk melakukan suatu hal akan menjadi tinggi pula apabila harapan dari keberhasilan tersebut juga tinggi, dari hal tersebut maka tingkat dari prokrastinasi dapat ditekan. Sebaliknya apabila individu memiliki efikasi diri yang rendah maka individu tersebut akan cenderung melakukan penundaan secara akademik atau melakukan prokrastinasi akademik.

Self-efficacy adalah suatu keyakinan yang timbul dari diri seseorang berkaitan dengan kemampuan yang ada pada dirinya dalam hal melakukan pekerjaannya ataupun juga tugasnya. Baron dan Byrne (Ghufron & Risnawita, 2014) mengartikan self-efficacy sebagai evaluasi yang dilakukan oleh seseorang berkaitan dengan kemampuan ataupun juga kompetensi yang dimilikinya untuk dapat melakukan tugas, pencapaian tujuan serta mereduksi hambatan. Menurut Brown (Widiyanto, 2006) bentuk-bentuk dari self-efficacy diantaranya mampu menyelesaikan tugas, memiliki keyakinan untuk memberikan motivasi kepada dirinya dalam melakukan suatu tindakan dimana hal tersebut diperlukan untuk menyelesaikan tugas, memiliki keyakinan bahwa dirinya sendiri memiliki kemampuan untuk berusaha secara keras, gigih dan tekun, serta mampu meyakinkan dirinya untuk dapat bertahan untuk menghadapi permasalahan serta hambatan dalam berbagai kondisi

Berdasarkan wawancara yang penulis lakukan pada hari Senin, 1 Februari 2021 dengan narasumber guru BK di SMK Nusa Persada Kabupaten Semarang yaitu Prisca Candra Dewi, M.Pd dapat diketahui bahwa siswa di sekolah ini mempunyai prokrastinasi yang tinggi, yang ditandai dengan 50% siswa kelas XII yang mengumpulkan tugas terlambat terlebih saat ini pembelajaran jarak jauh. Menurut informasi dari Guru BK, melalui wawancara guru BK dengan siswa, hal tersebut disebabkan siswa banyak bermain HP. Tingginya prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh efikasi yang rendah. Pernyataan tersebut sesuai dengan pernyataan Duval & Silvia (2002) bahwa keyakinan merupakan faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Kepercayaan diri sangat penting bagi orang-orang saat ini. Mampu menghargai orang lain dalam memahami emosi yang dirasakan individu, memiliki pola pikir kritis dan menyadari perilaku dan perilakunya. Kesadaran diri merupakan salah satu upaya siswa untuk menghargai orang-orang di sekitarnya. Jika siswa menyelesaikan tugas pada awalnya, itu karena mereka memiliki harga diri yang baik. Siswa yang menyerahkan tugas lebih awal atau lebih awal akan menguntungkan diri mereka sendiri. Jika tugas selesai sebelum tenggat waktu dan masih ada waktu tersisa, mereka dapat menggunakan waktu yang tersisa untuk hal lain. Siswa juga menyadari bahwa penundaan itu berbahaya bagi mereka dan pekerjaan yang dilakukan akan dilakukan dengan tergesa-gesa.

Melengkapi paparan di atas, penelitian terdahulu pernah dilakukan oleh Iskandar & Pambudhi (2020) yang berjudul Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Tongauna dan penelitian lain dilakukan oleh Erdianto & Dewi (2020) dengan mengangkat topik Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada

Siswa Kelas XI Di SMA X, serta penelitian Zusya & Akmal (2016) dengan judul Hubungan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik. Dari hasil beberapa penelitian tersebut, terdapat penelitian yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik dan ada penelitian yang menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik. Hal tersebut membuktikan adanya kesenjangan antara hasil penelitian mana yang paling tepat. Sehingga untuk itu, peneliti tertarik untuk melakukan kajian ulang mengenai topik yang sama.

Peneliti melakukan penelitian di SMK Nusa Persada Kabupaten Semarang, alasan penulis mengambil siswa SMK menjadi subyek dalam penelitian adalah penulis tertarik untuk melakukan penelitian berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah dkk. (2022) menyatakan bahwa Siswa SMK diharapkan dapat menuntaskan tugas secara tepat waktu. Lebih lanjut Ardiansyah dkk dalam penelitiannya mengenai prokrastinasi siswa SMK, dimana dari hasil observasi menyatakan bahwa ditemui banyak siswa yang terbiasa menunda pengumpulan tugas ataupun project, tidak mempersiapkan materi saat mendapatkan jadwal untuk presentasi tugas, mengulur waktu pengumpulan tugas.

Berdasarkan fenomena, hasil penelitian, dan hasil wawancara yang penulis lakukan maka penulis tertarik untuk membuktikannya dengan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Self Efficacy dan kesadaran diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK Nusa Persada Kabupaten Semarang”.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pengolahan dan analisis korelasional. Arikunto (2014) menyebutkan bahwa penelitian korelasional merupakan penelitian untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan suatu variabel dengan variabel lainnya. Variabel yang akan diteliti yakni self efficacy (X) dan prokrastinasi akademik (Y). Populasi penelitian sendiri adalah siswa kelas XII sebanyak 41 orang siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling* atau pengambilan sampel keseluruhan sesuai dengan jumlah populasi yakni 41 orang siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala. Skala dalam penelitian ini terdiri dari 4 alternatif jawaban (SS, S, KS, TS) yang digambarkan dalam item pernyataan sebanyak 30 soal untuk instrumen variabel Self Efficacy dan 35 soal untuk instrumen variabel Prokrastinasi Akademik. Skala self efficacy disusun berdasarkan teori dari Bandura dan instrumennya diadaptasi dari Liyana (2013). Sedangkan skala prokrastinasi akademik dikembangkan berdasarkan Ferrari dkk. (Hutajulu, 2017). Adapun data penelitian akan dianalisis menggunakan teknik *Kendalls Tau b* dengan bantuan program *IBM SPSS Statistics 26*.

Hasil Penelitian

Analisis deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk mencari distribusi frekuensi atau persebaran data variabel yang diteliti. Adapun, pernyataan dalam skala self efficacy penelitian ini adalah 30 item, dengan skor tertinggi yang diperoleh yakni 118 dan skor terendahnya 89. Sedangkan pada skala prokrastinasi akademik sejumlah 35 item dengan skor tertinggi yang diperoleh yakni 139 dan skor terendahnya 106. Di bawah ini adalah hasil analisis deskriptif yang diperoleh dari kedua variabel:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Penyesuaian Sosial dan Konformitas

Kategori	Self Efficacy		Prokrastinasi Akademik	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	15	36%	11	27%
Tinggi	10	24%	15	37%
Sedang	8	20%	10	24%

Wahid Nur Shodiq, dkk (Hubungan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik)

Rendah 8 20% 5 12%

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat disimpulkan bahwa mayoritas distribusi frekuensi self efficacy siswa Kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 37% atau sejumlah 15 orang siswa. Selanjutnya, pada variabel prokrastinasi akademik siswa Kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang berada pada kategori tinggi dengan hasil persentase sebesar 37% dengan jumlah 15 orang siswa.

Selanjutnya, analisis yang dilakukan adalah analisis korelasi guna mengetahui apakah hipotesis diterima atau tidak. Teknik korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik korelasi *Kendall's tau-b* dengan bantuan program IBM Statistics SPSS 26. Berikut adalah hasil analisisnya:

Tabel 2. Hasil Analisis Korelasi *Kendall's tau-b*
Correlations

		self_efficacy	Prokrastinasi
Kendall's tau_b	self_efficacy	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	-,463**
		N	,000
Prokrastinasi	Prokrastinasi	Correlation Coefficient	-,463**
		Sig. (2-tailed)	,000
		N	,000

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 2, diperoleh nilai hasil koefisien korelasi sebesar -0,463 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001. Nilai signifikansi yaitu 0,000 dimana dari tabel tersebut nilai signifikansi berada dibawah 0,00 ($p < 0,01$). Koefisien korelasi adalah 0,463 dengan tanda negatif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan self efficacy dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang.

Selanjutnya, mengacu pada tabel klasifikasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2018), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dengan kriteria sedang dan signifikan antara variabel Self Efficacy dengan prokrastinasi akademik (-0,463**) pada siswa kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil yaitu koefisien korelas (r_{xy}) sebesar -0,463** dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($0,00 < 0,01$), sehingga kemudian dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara Self Efficacy dengan Prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang. Dari hasil tersebut kemudian dapat dinyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Berdasarkan hasil analisis deskriptif dijelaskan bahwa mayoritas distribusi frekuensi self efficacy siswa Kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 37% dan pada mayoritas distribusi frekuensi prokrastinasi akademik siswa Kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang berada pada kategori tinggi dengan hasil persentase sebesar 37%.

Hasil penelitian yang telah dilakukan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Iskandar dkk (2020), Erdianto & Dewi (2020), Nuruddin (2014), Wati (2020), Zusya (2016), Bavaria (2018) dan Larasati & Sugiasih (2021) dimana penelitian mereka menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini juga mendukung teori yang dinyatakan oleh Steel (Nurjan, 2020) dimana efikasi diri

Wahid Nur Shodiq, dkk (Hubungan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik)

memiliki peranan cukup penting dalam dinamika kemunculan prokrastinasi. Keinginan melakukan sesuatu hal akan menjadi tinggi ketika harapan keberhasilan juga tinggi, sehingga tingkat prokrastinasi bisa ditekan menjadi rendah. Hal sebaliknya terjadi pada individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi.

Self Efficacy (efikasi diri) dipahami sebagai kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya. Individu dengan efikasi diri yang baik maka akan memahami kemampuannya dan tidak akan melakukan prokrastinasi. Keyakinan akan kemampuan dan adanya harapan akan keberhasilan membuat individu berupaya untuk sampai pada tujuannya sehingga menghindari prokrastinasi. Menurut Janssen dan Carton (Ursia dkk., 2013) tingginya kecenderungan individu melakukan prokrastinasi dikarenakan rendahnya kontrol diri, kesadaran diri, harga diri, efikasi diri, serta adanya kecemasan sosial. Dalam dunia pendidikan, prokrastinasi menjadi perhatian tersendiri bagi seorang guru kepada siswa. Prokrastinasi merupakan perilaku menunda suatu tugas dengan melakukan berbagai aktivitas yang kurang penting dan dapat menimbulkan efek yang negatif bagi pelaku prokrastinasi. Penundaan suatu tugas dapat menghambat proses akademik yang juga berpengaruh pada masa depannya. Prokrastinasi merupakan perilaku yang sulit dikontrol dalam menyelesaikan pekerjaan maupun tugas-tugas yang menyebabkan tertundanya suatu pekerjaan untuk selesai. Prokrastinasi menjadi permasalahan

Setiyawan & Ismara (2014) menyatakan bahwa Prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa karena siswa suka menunda-nunda mengerjakan tugas sampai batas waktu pengumpulan (*deadline*), suka tidak menepati janji untuk segera mengumpulkan tugas dengan memberi alasan kekurangan waktu dalam mengerjakan sehingga pada akhirnya meminta tambahan waktu dan lebih memilih kegiatan yang menyenangkan seperti menonton televisi, jalan-jalan dan lain sebagainya.

Banyak orang yang sering ragu saat mendapatkan pekerjaan atau tugas. Apakah karena terasa terlalu berat atau terlalu sulit. Hal ini yang kemudian disebut penundaan atau prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan menunda pekerjaan yang harus dilakukan atau diselesaikan pada waktu tertentu. Penundaan biasanya mencerminkan perjuangan individu dengan pengendalian diri. Individu yang mempraktekkan penundaan memang menyadari tindakan dan konsekuensi yang dihasilkan, namun mengubah kebiasaan tersebut sebenarnya lebih sulit daripada menyelesaikan tugas yang diberikan. Hal-hal yang memengaruhi penundaan berkisar dari harga diri yang rendah hingga kecemasan dan ketidakmampuan memotivasi diri sendiri untuk melakukan tugas. Orang yang suka menunda-nunda cenderung "mengelabui" diri mereka sendiri untuk percaya bahwa mereka dapat melakukan pekerjaan yang lebih baik di bawah tekanan yang lebih sedikit. Dalam studi tersebut, orang yang suka menunda-nunda menghargai kesenangan pribadi lebih dari yang lain dan etos kerja lebih sedikit, dan mereka lebih mungkin menyelesaikan tugas yang mereka anggap penting secara pribadi daripada tugas yang diberikan kepada mereka.

Prokrastinator memikirkan beberapa hal sebelum melakukan prokrastinasi akademik, yaitu Merasa bahwa nantinya masih banyak waktu; Menunggu suasana hati yang baik untuk menyelesaikan tugas; Sepertinya hanya butuh sedikit waktu untuk menyelesaikan tugas, jadi ketika tenggat waktu semakin dekat, selesai; Merasa bahwa hasil akhirnya lebih baik ketika mereka ingin melakukan pekerjaan tersebut. Selain itu efek prokrastinasi adalah kecemasan akibat kesibukan pekerjaan. Karena individu tersebut bekerja dengan jadwal yang tetap, mereka cenderung cemas, takut tugas atau pekerjaan mereka tidak akan selesai dengan baik, kualitas mereka akan menurun, stres dan kurang fokus akan membahayakan hubungan pribadi dan profesional mereka. Karena orang tersebut sering terlambat bekerja, hal ini juga memengaruhi hubungan profesionalnya. Orang tersebut ditanyai tentang pengurangan beban kerja.

Simpulan

Wahid Nur Shodiq, dkk (Hubungan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik)

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang. Hal tersebut dibuktikan dengan didapatkannya hasil dari analisis data yang telah dilakukan yaitu diperoleh nilai koefisien korelas (r_{xy}) sebesar $-0,463^{**}$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,000$ ($0,00 < 0,01$, sehingga kemudian dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara Self Efficacy dengan Prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMK Nusa Persada, Kabupaten Semarang

Saran yang penulis dapat berikan yang bagi pihak sekolah yakni sekolah sebagai penyelenggara pendidikan hendaknya dapat memberikan perhatian kepada dampak terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa dan hendaknya memperhatikan pentingnya pemahaman terhadap dampak prokrastinasi bagi peserta didik, dampak secara negatif dan dampak secara jangka panjangnya. Sekolah dapat melakukan kegiatan yang terencana, dengan memberikan kegiatan secara keseluruhan kepada seluruh siswa tentang dampak prokrastinasi. Selain itu, khususnya untuk Guru BK agar dapat mengembangkan kegiatan terkait dengan bimbingan belajar dan atau bimbingan pribadi, memberikan pembahasan mengenai apa yang akan terjadi apabila siswa melakukan prokrastinasi akademik, dampak sebagai siswa dan dampak bagi sekolah secara keseluruhan.

Daftar Pustaka

- Anggraeni, D.C. (2014). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. *Jurnal Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Ardiansyah, M. I., Nursalim, M., & Sartinah, E. P. (2022). Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMK. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 7(2).
- Arikunto, S. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi VI)*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bavaria, N.R. (2018). *Hubungan antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa*. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim). Diakses dari <http://repository.uin-suska.ac.id/13848/>
- Duval, T. S., & Silvia, P. (2002). Self-awareness, probability of improvement, and the self-serving bias. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (1).
- Erdianto, A.A, & Dewi, D.K. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas xi di sma x. *Penelitian Psikologi.*, Vol 8 (No. 8), 32 – 43
- Fauziah, H.H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.
- Ghufron, N.M. & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media
- Hutajulu, E. (2017). *Hubungan antara Konformitas Negatif Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Diponegoro Salatiga*. (Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana). Diakses dari <https://repository.uksw.edu/handle/123456789/14367>
- Iskandar, D.A, & Pambudhi, Y.A. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Tongauna. *Jurnal Sublimapsi. Vol. 1 (No 1)*
- Larasati, A. R., & Sugiasih, I. (2021). Hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2016 Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*.
- Liyana, N. (2013). *Hubungan antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Sumowono*. (Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana). Diakses dari <https://repository.uksw.edu/handle/123456789/7390>

- Nurjan, S. (2020). Analisis teoritik prokrastinasi akademik mahasiswa. *Muaddib: Studi Kependidikan dan Keislaman*, 1(1), 61-83.
- Nuruddin, I. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa MA Al-Hidayah Wajak Malang. *Jurnal Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang*, 1.
- Saraswati, P. (2017). Strategi Self Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Terhadap Prestasi Akademik. *INTUISI Jurnal Psikologi Ilmiah*, Vol 9 (3)
- Setiyawan, A., & Ismara, I. K. (2013). Hubungan Self Management dan Self Competence Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI Jurusan Teknik Instalasi Tenaga Listrik SMK Negeri 2 Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Academic procrastination and self-control in thesis writing students of faculty of psychology, Universitas Surabaya. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 17(1), 1-18.
- Wati, G. (2020). *Hubungan Kesadaran Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI DI SMA Negeri 02 Palembang*. (Skripsi, Universitas Sriwijaya). Diakses dari <https://repository.unsri.ac.id/30115/>
- Widyanto, E. (2006). *Hubungan antara Self-Efficacy dengan Efektivitas Komunikasi pada Receptionist Hotel*. (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang). Diakses dari <https://eprints.umm.ac.id/11200/>
- Wulansari, I. N., & Umbu, T. (2022). Hubungan kepercayaan diri dengan motivasi belajar siswa kelas X SMA kristen satya wacana salatiga. *Genta Mulia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 10(2).
- Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan self efficacy akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Psymphic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191-200.