

Prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas: Bagaimana peran dukungan sosial dan efikasi diri?

Theresia Verlania Tena Meo¹, Andik Matulesy², Suhadianto^{3*}

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

*E-mail: suhadianto@untag-sby.ac.id

Published:
1 Mei 2024

Abstract

Procrastination has become a problem for students in the world. Its prevalence is very high and has a serious impact on various aspects of life. This research aims to determine the relationship between social support and self-efficacy and academic procrastination in students. The participants in this research were 186 high school students who were selected using quota sampling techniques. The instruments in this study used the academic procrastination scale (CR=0.91), the social support scale ($\alpha=0.871$), and the self-efficacy scale ($\alpha=0.833$). Through test results, all instruments have good item discrimination and reliability indices. The data analysis technique used is multiple regression analysis. The results of simultaneous hypothesis testing show that there is a significant relationship between social support and self-efficacy and academic procrastination in students. Further explanations will be discussed.

Keywords: Academic Procrastination; Social Support; Self-Efficacy

Abstrak

Prokrastinasi telah menjadi permasalahan pada siswa di Dunia, Prevalensinya sangat tinggi dan memiliki dampak yang serius pada berbagai aspek kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Partisipan penelitian ini berjumlah 186 siswa Sekolah Menengah Atas yang dipilih menggunakan teknik quota sampling. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala Prokrastinasi akademik (CR=0,91), skala dukungan sosial ($\alpha=0,871$), dan skala efikasi diri ($\alpha=0,833$). Melalui hasil uji, semua instrumen sudah memiliki indeks diskriminasi item dan reliabilitas yang baik. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda. Hasil pengujian hipotesis secara simultan menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Penjelasan selanjutnya akan dibahas.

Kata kunci: Prokrastinasi Akademik; Dukungan Sosial; Efikasi Diri

Copyright © 2024. Theresia Verlania Tena Meo, Andik Matulesy, Suhadianto

Pendahuluan

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda dalam memulai atau dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dilakukan secara sengaja oleh pelaku, meskipun pelaku sudah mengetahui dampak yang akan ditimbulkan (Suhadianto & Pratitis, 2019; Suhadianto & Ananta, 2022). Prokrastinasi akademik telah menjadi permasalahan pada sekolah-sekolah yang ada di Indonesia. Penelitian Ramadhani, dkk. (2023) misalnya melaporkan bahwa siswa di Indonesia memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi. Penelitian lainnya melaporkan sekitar 25% hingga 75% siswa di Indonesia memiliki masalah prokrastinasi akademik (Ghufron, 2010).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada beberapa guru di SMK X pada tanggal 15 Oktober 2023, diperoleh informasi tidak sedikit siswa yang mengumpulkan tugas melewati batas waktu yang ditentukan oleh guru. Hasil survey yang dilakukan oleh peneliti kepada 37 siswa melalui *google form* yang disebarakan melalui *Whatsapp* pada tanggal 11-12 Desember diperoleh informasi bahwa sebanyak 81,1% partisipan mengaku pernah menunda menyelesaikan tugas, sebanyak 67,6% partisipan mengaku sering menunda penyelesaian tugas. Alasan partisipan melakukan penundaan bervariasi, 45,9% menjawab alasan melakukan menunda menyelesaikan tugas adalah karena batas pengumpulan yang masih lama, 13% responden kurang memahami tugas yang diberikan, 10,8% mengalami kesulitan saat menyelesaikan tugas, 13,5% mengerjakan tugas ketika hati senang, 5,4% selalu menunggu pekerjaan teman selesai agar dapat dilihat sebagai bahan contoh.

Prokrastinasi akademik mempunyai banyak dampak negatif, akibat dari penundaan banyak waktu yang terbuang, tugas terbengkalai, bahkan ketika diselesaikan hasilnya kurang maksimal (Ghufron, 2003). Siswa yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung menghabiskan waktu untuk melakukan persiapan secara berlebihan, sehingga dapat menyebabkan siswa kehilangan peluang. Selain itu, prokrastinasi akademik dapat berdampak pada meningkatnya ketidakhadiran di kelas, terbengkalainya tugas yang harus diselesaikan, bahkan menurunnya prestasi akademik (Rahmanisa, dkk., 2023). Dampak negatif lainnya dapat berupa merasa bersalah, menyesal, dan cemas ketika mendapat teguran dari gurunya karena tidak menyelesaikan tugas secara maksimal dan terlambat untuk mengumpulkannya (Burka & Yuen, 2008; Ramdhani, dkk., 2020).

Prokrastinasi dipengaruhi oleh beberapa faktor mulai dari faktor-faktor internal dan eksternal (Utaminingsih & Setyabudi, 2012). Faktor internal meliputi keadaan fisik, keadaan psikologis, efikasi diri, pengendalian diri, kepercayaan diri, motivasi intrinsik, kepribadian impulsif (Angraini, dkk., 2023), perhatian dan kekhawatiran perfeksionis (Smith, dkk., 2017). Faktor eksternal meliputi pola asuh orang tua, lingkungan sekolah, metode pengajaran guru, dan lingkungan tempat tinggal (Khumaerah, dkk., 2022). Selain itu faktor eksternal lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah dukungan sosial. (Utaminingsih & Setyabudi, 2012).

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini termasuk penelitian survey karena penulis tidak memberikan intervensi dalam penelitian ini tetapi penulis hanya ingin menguji apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Pada penelitian ini

ada tiga variabel yang diteliti yaitu Dukungan sosial (X1), Efikasi diri (X2), dan Prokrastinasi Akademik (Y).

Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas X dan kelas XII di SMK X yang berjumlah 349 orang. Partisipan penelitian adalah 186 siswa yang direkrut menggunakan teknik quota sampling. Penentuan jumlah partisipan dilakukan menggunakan rumus Slovin, supaya diperoleh jumlah partisipan yang representatif. Teknik quota sampling dipilih supaya peneliti bisa mendapatkan jumlah partisipan yang setara pada setiap level kelas.

Instrumen

Skala prokrastinasi akademik dalam penelitian ini diukur menggunakan *Tuckman Procrastination Scale* (TPS) yang diadaptasi dari Tuckman (1991) oleh Suhadianto (2023). TPS secara konstruk memiliki tiga indikator yaitu: 1) Kecenderungan Membuang waktu; 2) kecenderungan untuk menghindari tugas yang tidak menyenangkan; 3) kecenderungan menyalahkan orang lain. Contoh pernyataan dalam skala ini “Saya sengaja menunda menyelesaikan tugas meskipun itu penting”. Validitas konstruk TPS dibuktikan melalui uji Confirmatory Factor Analysis (CFA) dan Pengujian Average Variance Extracted (AVE). 11 item TPS versi Indonesia telah memiliki skor loading Factor terendah sebesar $\lambda = 0,539$ dan tertinggi sebesar $\lambda = 0,896$. Adapun skor AVE 11 item TPS sebesar $= 0,501$. Reliabilitas TPS diukur melalui Construct Reliability (CR). Hasil penghitungan CR pada TPS diperoleh skor CR = 0,915, artinya TPS sebagai suatu instrumen pengukuran telah memiliki konsistensi internal di atas standar yang dipersyaratkan (Suhadianto, 2023).

Skala dukungan sosial disusun sendiri oleh peneliti berdasar pada aspek-aspek menurut Sarafino dan Smith (2011) yang terdiri dari: 1) Dukungan emosional (Emotional); 2) Dukungan Nyata (Instrumental); 3) Dukungan Informasi (Information); 4) Dukungan Persahabatan (Compaionship). Contoh pernyataan dalam skala ini “Teman-teman saya mau mendengarkan saya”. Skala dukungan sosial memiliki indeks diskriminasi item dari 0,349 – 0,499 dan memiliki reliabilitas Cronbach’s Alpha sebesar 0,871.

Skala efikasi diri disusun sendiri oleh peneliti menggunakan teori Bandura (1977) yang membagi efikasi diri ke dalam tiga aspek yaitu: 1) level; 2) strength; 3) generality. Contoh pernyataan dalam skala ini “Saya yakin bahwa saya mampu menyelesaikan soal ujian yang sulit”. Skala Efikasi Diri memiliki indeks diskriminasi item dari 0,323 – 0,593 dan memiliki reliabilitas Cronbach’s Alpha sebesar 0,833.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Analisis Regresi Ganda. Teknik ini dipilih setelah dilakukan pengujian asumsi klasik seperti uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinieritas, dan uji heteroskedastisitas. Semua hasil uji asumsi telah terpenuhi sehingga peneliti bisa menggunakan statistik parametrik, yaitu analisis regresi ganda.

Hasil

Uji Normalitas

Tabel 1 menunjukkan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov test* di dapat nilai signifikansi sebesar 0,789 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan data berdistribusi normal.

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorof-Smirnov	
	Sig	Keterangan
Dukungan Sosial Efikasi Diri Prokrastinasi Akademik	0,789	Normal

Sumber: *Output SPSS versi 16.0***Uji Linieritas**

Tabel 2 menunjukkan hasil uji linieritas antara variabel dukungan sosial dengan variabel Prokrastinasi Akademik diperoleh hasil nilai signifikan sebesar 0,498 ($p > 0,05$) maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel Dukungan sosial (X1) dengan variabel Prokrastinasi Akademik (Y).

Tabel 2

Hasil uji Linieritas Dukungan sosial dengan Prokrastinasi Akademik

Variabel	F	Sig	Keterangan
Dukungan sosial Prokrastinasi Akademik	991	0,498	Linier

Sumber: *Output SPSS versi 16.0*

Tabel 3 menunjukkan hasil uji linieritas antara variabel Efikasi diri dengan variabel Prokrastinasi Akademik diperoleh hasil nilai signifikan sebesar 0,370 ($p > 0,05$) maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel Efikasi diri (X2) dengan variabel Prokrastinasi Akademik (Y).

Tabel 3

Hasil Uji Linieritas Efikasi diri dengan Prokrastinasi Akademik

Variabel	F	Sig	Keterangan
Efikasi Diri Prokrastinasi Akademik	1,078	0,370	Linier

Sumber: *Output SPSS versi 16.0***Uji Multikolinieritas**

Tabel 4 menunjukkan hasil uji diperoleh nilai tolerance sebesar 0,857 ($> 0,10$) yang menyatakan bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas pada variabel independen yaitu pada variabel dukungan sosial dan variabel efikasi diri. Selain itu diketahui bahwa nilai VIF sebesar 1,167 ($< 10,00$) yang artinya tidak terjadi gejala multikolinieritas pada variabel Dukungan sosial dan variabel efikasi diri.

Tabel 4

Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Dukungan Sosial	0,857	1,167	Tidak terjadi Multikolinieritas
Efikasi Diri	0,857	1,167	Tidak terjadi Multikolinieritas

Sumber: *Output SPSS versi 16.0*

Uji Heteroskedastisitas

Tabel 5 menunjukkan hasil uji menyatakan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik, tetapi terjadi gejala heteroskedastisitas antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 5

Hasil Uji Heterokedastisitas

Variabel	Sig	Keterangan	Kesimpulan
Dukungan Sosial	0,099	> 0,05	Tidak terjadi Heterokedastisitas
Efikasi Diri	0,000	<0,05	Terjadi Heterokedastisitas

Sumber: Output SPSS versi 16.0

Uji Hipotesis

Tabel 6 menunjukkan hasil pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi ganda diperoleh skor $F = 17,872$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$), dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial (X1) dan efikasi diri (X2) secara simultan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan Prokrastinasi Akademik (Y). Artinya hipotesis penelitian yang mengatakan ada hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dapat diterima. Skor R square dalam penelitian ini sebesar 0,163 artinya X1 dan X2 memiliki pengaruh secara simultan terhadap variabel Prokrastinasi Akademik (Y) sebesar 16,3%.

Tabel 6

Hasil perhitungan Uji Simultan (Uji F)

Variabel	F	Sig
Efikasi Diri-Dukungan Sosial-Prokrastinasi Akademik	17.872	0,00

Sumber: Output SPSS versi 16.0

Tabel 7 menunjukkan secara parsial dukungan sosial tidak dapat menjadi prediktor yang signifikan untuk prokrastinasi akademik ($t = -1,657$; $p = 0,099$). Artinya hipotesis yang mengatakan ada hubungan negatif antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik tidak dapat diterima. Adapun secara parsial efikasi diri dapat menjadi prediktor yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($t = -4,689$; $p < 0,05$). Artinya hipotesis yang mengatakan ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dapat diterima.

Tabel 7

Hasil perhitungan Uji Parsial (Uji t)

Variabel	T	P	Keterangan
Dukungan Sosial	-1,657	0,99	Tidak signifikan
Efikasi Diri	-4,689	0,00	Signifikan

Sumber: Output SPSS versi 16.0

Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial (X1) dan efikasi diri (X2) secara simultan dapat menjadi prediktor yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa. Artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan efikasi diri yang dimiliki oleh

siswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik. Demikian sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan efikasi diri yang dimiliki oleh siswa maka perilaku prokrastinasi akan cenderung tinggi atau meningkat. Sumbangan efektif dukungan sosial dan efikasi diri sebesar 16,3%. Artinya prokrastinasi akademik pada siswa hanya 16,3% dipengaruhi oleh dukungan sosial dan efikasi diri, selebihnya dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.

Temuan penelitian ini diperkuat oleh penelitian Rahmadina, Sulistiyana dan Muhammad Arsyad dengan judul penelitian Kontribusi Dukungan sosial dan efikasi diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas VII di SMP Negeri 27 Banjarmasin dengan hasil penelitian dukungan sosial dan efikasi diri memberikan kontribusi pada prokrastinasi akademik. Sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh (Hanifah & Muarif, 2023) juga mengungkapkan bahwa hasil temuan mereka menyatakan ada hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh teori (Ferrari, dkk., 2008) yang mendukung bahwa faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik berasal dari faktor eksternal yaitu dukungan sosial orang tua dan faktor internal yaitu efikasi diri. Burka & Yuen (2008) juga mendukung faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu keadaan emosional dan psikologis individu, keluarga, dukungan orang tua, status sosial dan dukungan keadaan lingkungan. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik di berbagai sekolah di Indonesia.

Berdasarkan uji parsial diketahui dukungan sosial tidak memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Artinya ada kemungkinan besar perilaku prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor eksternal lainnya. Penelitian sebelum ini juga ada yang melaporkan tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik (Wardani, dkk., 2020). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial keluarga namun masih mengalami prokrastinasi yang tinggi, hal ini terjadi karena masih tingginya gangguan yang dirasakan mahasiswa terutama rasa malas yang dirasakan untuk mulai menyelesaikan tugas yang diberikan, meski keluarga sudah memberikan semangat, motivasi pada mahasiswa. Menurut Suroso (2021) selain gangguan dari luar seperti ajakan teman untuk bermain yang kadang membuat mahasiswa lebih memilih kegiatan lain dibandingkan menyelesaikan tugasnya terlebih dahulu, padahal keluarga sudah memberikan nasihat atau peringatan kepada mahasiswa untuk menyelesaikan tugasnya terlebih dahulu. Temuan penelitian ini berbeda dengan beberapa yang mengatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah prokrastinasi akademik (Amelia & Winarto, 2020; Safitri & Susilarini, 2023).

Pengujian secara parsial menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Artinya semakin tinggi efikasi diri siswa, maka semakin rendah prokrastinasi yang dilakukan. Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi lebih bisa mengontrol diri mereka dalam keadaan apapun baik itu di rumah maupun di sekolah, sehingga dalam proses pembelajaran siswa lebih rajin dan semangat untuk menjalani proses pendidikan dengan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan secara baik dan tepat pada waktunya (Erdianto & Dewi, 2020; Khumaerah, dkk., 2022). Efikasi diri merupakan faktor internal atau faktor dari dalam diri individu yang dapat membantu menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa, ketika siswa memiliki efikasi diri yang tinggi maka perilaku prokrastinasi tidak akan terjadi (Ghufroon & Risnawati, 2019).

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan efikasi diri dan dukungan sosial secara simultan dapat memprediksi prokrastinasi akademik pada siswa. Tetapi secara parsial dukungan sosial yang tinggi tidak dapat menjadi prediktor prokrastinasi akademik siswa. Meskipun dukungan sosial yang diterima oleh siswa tinggi, tetapi jika efikasi dirinya rendah maka prokrastinasi akan tetap tinggi. Sebaliknya siswa yang memiliki efikasi diri tinggi kemungkinan masih bisa terbebas dari prokrastinasi akademik meskipun tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup.

Penelitian ini sifatnya hanya penelitian survey yang dilakukan dalam waktu yang cukup singkat. Selain itu pengambilan data juga dilakukan secara online, sehingga masih diperlukan pengujian kembali menggunakan metode yang lebih *powerfull*. Terlepas dari kekurangan yang ada, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi para pendidik, para orang tua dan para peneliti selanjutnya untuk mengembangkan model prokrastinasi akademik.

Referensi

- Anggraini, Z., Tarmidi, & Wulandari, L. (2023). Bagaimana Perfectionism Dan Self Efficacy Memprediksi Prokrastinasi Pada Siswa Di Masa Remaja. *Jurnal Psikologi Konseling*, 14(1), 196–209.
- Anisahwati, P. (2019). Pengaruh perfectionism dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tesis dan disertasi. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i1.10832>
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 32–43.
- Fauziah, H. H. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Hayani, S., Dahlia, D., Khairani, M., & Amna, Z. (2022). Kecanduan internet dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 5(2), 177–208. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v5i2.27441>
- 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>
- Kerebungu, K., & Santi, D. E. (2021). Peran dukungan sosial terhadap resiliensi pada dive guide yang dirumahkan akibat pandemi covid-19 di Manado. *Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH) UM*, 1(1), 378–386.
- Khotimah, R. H., Radjah, C. I., & Handarini, M. D. (2016). Hubungan antara konsep Akademik, Efikasi diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik pada siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Volume 1 no 2 (hal 60-67)
- Khumaerah, B., Matulessy, A., & Suhadianto. (2022). Prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi Covid-19: bagaimana peran efikasi diri? *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 1–11.

- Labiro, C. S., & Kusumiati, R. Y. E. (2022). Hubungan antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 590–598. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.354>
- Laia, B., Florina Laurence Zagoto, S., Theresia Venty Fau, Y., Duha, A., Telaumbanua, K., Permata Sari Lase, I., Ziraluo, M., Magdalena Duha, M., Laia, B., & Luahambowo, B. (2022). Prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri di kabupaten nias selatan. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 5(1), 162–168. <http://ejournal.ust.ac.id/index.php/Aquinas/index>
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Ndruru, H., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran guru bimbingan dan konseling terhadap prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 1 Aramo Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 1–11.
- Pratitris, N. T., Suroso, S., Cahyanti, R. O., & Sa'idah, F. L. S. (2021). Self regulated learning dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.3953>
- Putri, N. I., & Edwina, T. N. (2020). Task aversiveness sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 3(1), 124–140. <https://doi.org/10.30605/jsgp.3.1.2020.242>
- Rahayu, S. A., Setyowati, R., & Fitriani, A. (2023). Peran resiliensi dalam memediasi hubungan antara persepsi dukungan sosial dosen pembimbing dengan prokrastinasi akademik selama mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(1), 1–11. <https://doi.org/10.26740/jppt.v14n1.p1-11>
- Rahmadina, N. A., Sulistiyana, S., & Arsyad, M. (2020). Kontribusi dukungan sosial dan efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas vii di smp negeri 27 Banjarmasin. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 6(2), 83. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v6i2.3510>
- Rosadi, T. A., Rasimin, & Yusra Affan. (2023). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA N 1 Merangin. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2682–2688.
- Safitri, F., & Susilarini, T. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA X Jakarta. *Jurnal Edukasi dan Multimedia*, 1(2), 62–69.
- Salsabila, J., & Firman, F. (2023). Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa di era new normal di SMAN 2 Painan . *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2 SE-Articles of Research), 17788–17796. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/9184>
- Suhadianto & Ananta, A. (2022). Bagaimana prokrastinasi akademik mahasiswa indonesia pada masa pandemi COVID-19?: Pengujian deskriptif dan komparatif. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 71-81.
- Suhadianto, S., & Pratitris, N. (2020). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204-223.
- 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.
- Utami, P. W., & Duryati. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2345–2353.

- Utaminingsih, S., & Setyabudi, I. (2012). Tipe kepribadian dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA "X" Tangerang. *Jurnal Psikologi Edukasi*, 10(1), 48–57. <https://media.neliti.com/media/publications/127006-ID- none.pdf>
- Yandri, H., Harmalis, H., Sasferi, N., Naidarti, N., & Juliawati, D. (2021). Motivasi instrinsik, dukungan sosial dan prokrastinasi akademik mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Kerinci. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(2), 24. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v7i2.5103>