

**TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA
KELAS VIII SMPNEGERI 6 BANYUASIN**

SKRIPSI

Oleh

Solha Keyshafira

NIM. 06071281823061

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING



**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2022

**TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 6 BANYUASIN**

SKRIPSI

Oleh

Solha Keyshafira

NIM: 06071281823061

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan:

Pembimbing



Rani Mega Putri, M.Pd., Kons.

NIP. 198808182015042001

Mengetahui:

Ketua Jurusan,



Dr. Azizah Husin, M.Pd.

NIP. 196006111987032001

Koordinator Program Studi



Rani Mega Putri, M.Pd., Kons.

NIP. 198808182015042001

**TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS
VIII
SMP NEGERI 6 BANYUASIN**



Solha Keyshafira
NIM. 06071281823061

Telah diuji dan lulus pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 24 Noevember 2022

TIM PENGUJI

- | | | |
|------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ketua | : Rani Mega Putri, M.Pd., Kons. | () |
| 2. Anggota | : Sigit Dwi Sucipto, M.Pd. | () |

Indralaya, November 2022
Mengetahui,
Koordinator Program Studi,



Rani Mega Putri, M.Pd., Kons.
NIP. 198808182015042001

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Solha Keyshafira

NIM : 06071281823061

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan di dalam skripsi ini dan atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, November 2022

Yang membuat pernyataan



Solha Keyshafira

NIM. 06071281823061

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT, Kedua orang tua dan ibu Rani Mega Putri, M.Pd., Kons sebagai dosen pembimbing skripsi atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Hartono, M.A selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya dan Dra. Harlina, M.Sc selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya yang telah memberikan bantuan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada selaku dosen penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang sangat berjasa dalam mengajarkan ilmu pengetahuan, memberikan bimbingan, saran, kritik dan motivasi selama perkuliahan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk dalam bidang studi terkhusus studi Bimbingan dan Konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Palembang, 10 Juni 2022

Penulis



Solha Keyshafira

NIM.06071281820361

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmaanirrahiim

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas takdir dan kesempatan yang telah Engkau beri dan menjadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menyelesaikan skripsi ini. Pada kesempatan ini dengan setulus hati penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang tak terhingga atas segala bimbingan dan bantuan yang telah diberikan selama penyusunan tugas akhir ini kepada:

- Kedua orang tua saya yakni ayah dan ibu yang selalu memberikan dukungan, sangat hebat, selalu mendoakan, membimbing dan mengarahkan dalam kondisi apapun.
- Kakak dan adik-adikku yang memberikan semangat, bantuan baik materi dan non materi dalam penyelesaian skripsi ini.
- Ibu Harlina, M.Sc (Alm) selaku dosen program studi Bimbingan dan Konseling terima kasih atas motivasi dan bimbingan yang ibu berikan.
- Ibu Rani Mega Putri, M.Pd., Kons. Selaku koordinator program studi dan sekaligus sebagai dosen pembimbing terima kasih banyak untuk waktu dan bimbingannya selama proses penyelesaian skripsi. Saya mohon maaf apabila selama proses bimbingan ada tingkah laku dan perkataan saya yang kurang berkenan.
- Seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNSRI.
- Staff administrasi Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu selama proses pengurusan berkas administrasi.
- Untuk aye-aye teman seperjuangan selama masa perkuliahan yaitu Rara, Sarah, Sella, Aca, Meli, Mba Velly, Diva dan Indri yang selalu memberikan semangat, bantuan dalam hal apapun, berbagi tawa dan kebahagiaan untuk terbentuk menjadi kuat bersama.
- Almamaterku, Universitas Sriwijaya.

MOTTO

Sometimes you find out what you are supposed to be doing by doing the things you are not supposed to be.

Oprah Winfre

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Prokrastinasi Akademik	6
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik	6
2.1.2 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik.....	7
2.1.3 Jenis-Jenis Prokrastinasi Akademik	8
2.1.4 Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik	8
2.1.5 Teori perkembangan prokrastinasi akademik.....	10
2.1.6 Dampak Prokrastinasi Akademik	11
2.1.7 Faktor-faktor prokrastinasi akademik.....	11
2.2 Siswa.....	12
2.2.2 Pengertian Siswa	12
2.2.3 Pengertian Siswa Menengah Pertama	12
2.2.4 Pengertian Remaja.....	13
2.2.5 Ciri-ciri Umum Masa Remaja	13

2.2.6	Kebutuhan dan Masalah Remaja	14
2.2.7	Tugas Perkembangan Remaja	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		16
3.1	Metode dan Jenis Penelitian.....	16
3.2	Variabel Penelitian.....	16
3.3	Definisi Operasional Variabel.....	16
3.4	Tempat dan Waktu Penelitian	17
3.5	Populasi dan Sampel	17
3.5.1	Populasi	17
3.5.2	Sampel	17
3.6	Teknik Pengumpulan Data.....	20
3.8	Teknik Analisis Data.....	24
3.9	Kriteria Kategorisasi	25
3.10	Persiapan Penelitian	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		28
4.1	Hasil Penelitian	28
4.2	Pembahasan.....	34
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		39
5.1	Kesimpulan	39
5.2	Saran	39
5.2.1	Sekolah	39
5.2.2	Guru Bimbingan dan Konseling.....	40
5.2.3	Guru Mata Pelajaran.....	40
5.2.4	Siswa SMP Negeri 6 Banyuasin.....	40
5.2.5	Peneliti Lainnya.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....		41

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Jumlah Populasi Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin.....	17
Table 3.2 Jumlah Sampel Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin.....	20
Table 3.3 Format Peemilihan Skala.....	21
Table 3.4 Kisi-kisi Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Validasi.....	21
Table 3.5 Kisi-kisi Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Validasi.....	23
Table 3.6 Kriteria Pengukuran Prokrastinasi Akademik.....	25
Table 4.1 Frekuensi dan Persentase Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin.....	28
Table 4.2 Frekuensi dan Persentase Aspek Perceived Time.....	29
Table 4.3 Frekuensi dan Persentase Aspek Intention Action.....	30
Table 4.4 Frekuensi dan Persentase Aspek Emotional Distress.....	32
Table 4.5 Frekuensi dan Persentase Aspek Perceived Ability.....	33

DAFTAR GAMBAR

4.1 Frekuensi dan Persentase Keseluruhan Prokrastinasi Akademik.....	29
4.2 Frekuensi dan Persentase pada Aspek Perceived Time.....	30
4.3 Frekuensi dan Persentase pada Aspek Intention Action.....	31
4.4 Frekuensi dan Persentase pada Aspek Emotional Distress.....	32
4.5 Frekuensi dan Persentase pada Aspek Perceived Ability.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	45
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Judul.....	49
Lampiran 3 Permohonan SK Pembimbing.....	50
Lampiran 4 SK Pembimbing	51
Lampiran 5 Permohonan Izin Melaksanakan Penelitian	53
Lampiran 6 Izin Penelitian dari Kampus.....	54
Lampiran 7 Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan.....	55
Lampiran 8 Surat Ketereangan telah Melaksanakan Penelitian	56
Lampiran 9 Izin Menggunakan Instrument	57
Lampiran 10 Tabel Hasil Pengolahan Data.....	58
Lampiran 11 Hasil Instrument.....	59
Lampiran 12 Foto Kegiatan Penelitian.....	63

TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 6 BANYUASIN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 6 Banyuasin. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menampilkan data dalam bentuk persentase angka. Dengan populasi penelitian adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 6 Banyuasin yang berjumlah 134 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Sampel penelitian adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 6 Banyuasin sebanyak 100 siswa. Instrument pengumpulan data yang digunakan adalah skala prokrastinasi akademik dengan teknik analisis data menggunakan persentase (%). Hasil dari penelitian ini menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik siswa terdapat 15 siswa (15%) memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah, 66 siswa (66%) memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang, dan 19 siswa (19%) memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi.

Kata kunci: *Prokrastinasi Akademik, Siswa, Sekolah Menengah Pertama*

TINGKAT PROKRASINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 6 BANYUASIN

ABSTRACT

This study aims to determine how the level of academic procrastination of class VIII students at SMP Negeri 6 Banyuasin. This research is a quantitative descriptive research by displaying data in the form of percentage numbers. The population of the research is class VIII students at SMP Negeri 6 Banyuasin, totaling 134 students. The sampling technique in this study used a proportional random sampling technique. The sample of the research is class VIII student at SMP Negeri 6 Banyuasin totaling 100 students. The data collection instrument used was the academic procrastination scale with data analysis techniques using percentages (%). The results of this study indicate that there are 15 students (15%) have a low level of academic procrastination, 66 student (66%) have a moderate level of academic procrastination, and 19 students (19%) have a high level of academic procrastination.

Key word: *Academic Procrastination, Students, Vocational High Schools*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan UU Nomor 22 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS, bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Sekolah merupakan wadah atau tempat untuk melakukan kegiatan pembelajaran secara formal. Siswa merupakan suatu komponen yang ada dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.

Berdasarkan UU RI No 20 tahun 2003 tentang SISDIKNAS, siswa didefinisikan sebagai anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang ada melalui jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Aktivitas siswa pun tidak terlepas dari kegiatan belajar dan melaksanakan tugas-tugas yang ada, baik tugas akademik maupun non akademik.

Siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas yang ada tidak semudah dengan yang dipikirkan, karena adanya hambatan-hambatan yang terjadi. Dan pada saat hambatan tersebut terjadi banyak siswa yang menghabiskan waktunya dengan melakukan berbagai aktivitas yang membuat tugas tersebut tidak selesai.

Setiap siswa memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, ada siswa yang pada saat mendapat tugas langsung mengerjakan tugas tersebut sebelum waktu pengumpulan, dan ada juga siswa yang mengerjakan tugas dengan menunda-nunda waktu dengan alasan waktu pengumpul tugas masih lama. Sikap menunda pengerjaan tugas merupakan tanda tidak disiplin seseorang dalam menggunakan waktu. Pemanfaatan waktu yang tidak efektif merupakan suatu hambatan yang berakibat terjadinya penundaan pengerjaan

tugas. Perilaku menunda tugas akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Farauq (2010) mengartikan bahwa prokrastinasi adalah ketidakmampuan seorang individu dalam memanfaatkan waktu dengan maksimal yang menyebabkan seseorang menunda pekerjaannya. Suatu aktivitas menunda pekerjaan atau tugas dalam belajar disebut prokrastinasi akademik. Wolter (dalam Muyana, 2018: 47) menjelaskan prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas akademik sampai mendekati waktu yang terakhir atau suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dengan waktu yang diinginkan. Individu yang melakukan suatu prokrastinasi disebut dengan prokrastinator.

Menurut Ghufron & Rini (2010:158) mengungkapkan terdapat beberapa hal ciri-ciri prokrastinasi akademik, yaitu : penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik banyak terjadi diantaranya melakukan penundaan menyelesaikan tugas, individu menyadari bahwa hal tersebut tidak baik untuk dilakukan karena ada tugas yang tidak terlaksana dengan baik yang membuat individu terlambat dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang ada. Selanjutnya adalah kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual yang artinya individu tidak dapat menyeimbangkan pekerjaan dengan waktu yang telah ditentukan. Kemudian melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan artinya individu lebih mendahulukan kepentingan tidak menguntungkan seperti menonton tv dari pada menyelesaikan tugas.

Salah satu ciri prokrastinasi akademik adalah kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Untuk meminimalisir terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa, siswa diharapkan untuk bisa mengatur waktu dengan baik, dengan tujuan agar pekerjaan dan tugas-tugas yang ada dapat terorganisir dengan baik. Dengan siswa bisa mengatur waktu dengan baik dapat membuat

siswa terhindar dari perilaku penundaan. Manajemen waktu merupakan hal yang sangat penting bagi setiap individu, terutama pada siswa, dalam hal belajar saja siswa harus dapat mengatur waktu antara belajar dan bermain.

Kemudian Ferrari (dalam Ghufron dan Risnawati, 2017: 158-160) menjelaskan bahwa karakteristik siswa yang melakukan prokrastinasi ialah suka menunda mengerjakan tugas sampai akhir batas waktu pengumpulan, memilih untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan dan tidak segera mengumpulkan tugas dan memberi alasan agar diberi waktu tambahan. Ada hal yang melatarbelakangi siswa melakukan prokrastinasi. Ghufron dan Risnawati (2017: 163) menyebutkan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan siswa melakukan prokrastinasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ini merupakan faktor yang ada di diri individu, terdapat faktor fisiologis seperti kondisi fisik yang lelah mengakibatkan siswa melakukan penundaan dan adapun faktor psikologis meliputi keyakinan diri, harga diri, motivasi, trait kepribadian dan regulasi diri. Sedangkan untuk faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, meliputi pengawasan, baik dalam lingkungan keluarga atau sekolah dan pola pengasuhan orang tua.

Sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Utaminingsih & Setyabudi (2012) di salah satu sekolah di Kota Tangerang, dimana menunjukkan bahwa sebesar 43,70% subjek kategori prokrastinasi akademik tinggi dan 56,30% lainnya kategori prokrastinasi akademik rendah. Kemudian penelitian Saputra (2015) menunjukkan bahwa 7,1% siswa termasuk kategori tinggi prokrastinasi akademik 79,8% tergolong sedang dan sisanya 13,1% tergolong rendah. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Saputra dkk (2017) menunjukkan bahwa 17,2% siswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi, sebanyak 77,1% memiliki tingkat prokrastinasi akademik sedang dan 5,7% memiliki tingkat akademik prokrastinasi rendah. Hal ini berarti bahwa prokrastinasi akademik telah terjadi sejak lama.

Berdasarkan wawancara bersama guru BK pada tanggal 19 Januari 2022, guru BK mendapatkan laporan dari guru mata pelajaran bahwa kelas VIII ini

banyak yang menunda-nunda dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas bahkan tidak mengerjakan tugas pada beberapa mata pelajaran

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti memfokuskan subjek penelitian pada kelas VIII, karena berdasarkan informasi yang didapat dari wawancara bersama guru BK, siswa kelas VIII banyak yang terlambat dan tidak mengumpulkan tugas bahkan kehadiran siswa banyak dipermasalahkan juga. Dengan permasalahan yang telah peneliti uraikan diatas, membuat peneliti merasa tertarik untuk meneliti mengenai tingkat prokrastinasi akademik dengan judul “Tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah yang akan dibahas adalah “Bagaimana tingkat prokrastinasi akademiK siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang fenomena prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Banyuasin.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi konselor, sebagai masukan dan informasi agar dapat mengatasi masalah siswa yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.
- b. Bagi siswa, sebagai masukan dan informasi agar siswa tidak melakukan prokrastinasi akademik.
- c. Bagi guru, memberikan informasi guna mengetahui prokrastinasi akademik dan mengevaluasi kinerja siswa maupun guru agar dapat meningkatkan proses pembelajaran yang lebih baik lagi.

- d. Bagi peneliti yang lain, agar dapat digunakan untuk bahan masukan dan perbandingan peneliti selanjutnya, terkhusus mengenai prokrastinasi akademik mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu, N. K., & Saral, D. G. (2016). *The Reasons of Academic Procrastination Tendencies of Education Faculty Students*. The Online Journal of New Horizons in Education, 6(1), 165-169.
- Adrianta, E., & Sia, T. (2007). Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima Indonesia Psychological Jurnal*, 22(4), 352-374.
- Agustiani, Hendriati. (2009). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Refika Aditama.
- Alfiah, Resanti M. (2019). Pengembangan Media Film Pendek pada Bimbingan Klasikal dengan Materi Prokrastinasi Akademik di SMA N 3 Tanjung Raja. Skripsi. Indralaya; FKIP UNSRI.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin.(2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka
- PelajarBungin, Burhan. (2015). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Depok: Raja grafindoPustaka.
- Burka, J. B & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you Do It, What To Do About It*. New York: Perpus Books.
- Dhull, I., & Saskhi. (2017). Online Learning. *International Education & Research Journal(IERJ)*,3 (8), 32-34.
- Djamarah, Bahri syaiful. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta

- Ferrari, J. R., Keane, S. M., Wolfe, R. N., & Beck, B. L. (1998). The antecedents and consequences of academic excuse-making: Examining individual differences in procrastination. *Research in Higher Education*, 39(2), 199- 215.
- Gufron, M. Nur & Risnawita, Rini. 2017. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Aar-Ruzz Media.
- Ilyas, Muhammad dan Suryadi. (2017). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal An-nida Jurnal Pemikiran Islam Edisi Juni 2017,41* (1)
- Kusuma, Laurentinus W,A. (2010). Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta; Fakultas Psikologi.
- Lanun. (2007). Persepsi Siswa SMA Muhamadiyah 1 Bantul Terhadap Ekstrakurikuler Bolavoli. *Skripsi S1*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Munawaroh dkk. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (1)
- Muyana. (2018). Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Volume 8(1), 45-52
- Periantalo. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi: Asyik, Mudah, & Bermanfaat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Permana. (2019) Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Darul Falah Cililin. *Jurnal FOKUS*, 2 (3).

- Purnama dkk. (2015). *Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragan UNESA*. Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
- Saputra, W. N. E. (2015). Perbandingan Prokrastinasi Akademik Siswa SMK melalui Penerapan Teknik Cognitive Restructuring dan Cognitive Defusion. *Tesis tidak diterbitkan*. Universitas Negeri Malang
- Saputra, dkk. (2017) Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Journal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (1).
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunarto, dan Hartono Agung. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Tjundjing. S. (2006). Penyusunan dan Pengujian Model Prokrastinasi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA 74 *Jurnal Al Qalam*, Volume 19, Nomor 2, Desember 2018 P-ISSN : 2548-4362 E-ISSN : 2356-2447 Akademik Tugas Akhir Mata Kuliah Model Persamaan Struktural (Structural Equation Model). *Desertasi Tidak Diterbitkan*. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Triyono (2014). Hubungan Antara Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.
- Utaminingsih, S., & Setyabudi, S. (2012). Tipe Kepribadian dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA "X" Tangerang. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 48- 57.
- Vera, Feti. (2018). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Sosial Media dengan Prokrastinasi Sosial Media dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 5 Palembang. *Skripsi*. Indralaya: FKIP Universitas Sriwijaya.

Yemima Husetiya. (2010). Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. [Http://Eprints.Undip.Ac.Id/24780/1jurnal1_Mima.Pdf](http://Eprints.Undip.Ac.Id/24780/1jurnal1_Mima.Pdf).