

HUBUNGAN ANTARA *SELF- EFFICACY* DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TAMA JAGAKARSA

*Robiatu Adawiyah*¹
*Sri W Rahmawati*²
*Sukarti Retno Palupi*³

Fakultas Psikologi
Universitas Tama Jagakarsa
Jl. Letjen. T.B. Simatupang No.152,
Jakarta 12530, Indonesia.

e-mail: wie.adawiah17@gmail.com
e-mail: sriwrahmawati@gmail.com, Sukartiretno@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kategori *self- efficacy* dan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa fakultas psikologi Universitas Tama Jagakarsa, serta melihat hubungan kedua variabel tersebut terhadap mahasiswa dalam menjalankan tugas perkuliahan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, data diambil kepada 103 orang responden menggunakan instrumen *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan program SPSS 16.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, secara keseluruhan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada kategori sedang. Hasil analisis menggunakan teknik korelasi product moment diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,510$ serta taraf signifikansi $0,000 < 0,05$. Hasil analisis tersebut, dapat dikemukakan bahwa ada hubungan negatif antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* seorang mahasiswa maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademiknya. Sumbangan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 26% dan sisanya 74% dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata Kunci: *self efficacy*, prokrastinasi akademik

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan satuan penyelenggara pendidikan yang merupakan kelanjutan dari pendidikan menengah atas. Perguruan tinggi sebagai institusi pendidikan tertinggi dituntut untuk menghasilkan lulusan - lulusan yang berkualitas, berpotensi, dan memiliki keterampilan dalam bidangnya masing - masing. Oleh karena itu, lulusan perguruan tinggi diharapkan bukan saja mampu menyerap mata pelajaran yang diterimanya melainkan mampu mengembangkan apa yang telah diterimanya di bangku kuliah.

Mahasiswa sebagai subjek yang menuntut ilmu di perguruan tinggi tidak terlepas dari aktivitas belajar dan keharusan mengerjakan tugas - tugas studi. Dosen memberikan tugas dengan batas waktu tertentu untuk pengumpulan tugas. Menjalani masa perkuliahan memang tidaklah mudah, mahasiswa diharapkan dapat menggunakan potensi yang dimiliki secara optimal agar dapat berprestasi (Warsito, 2004). Dalam proses kegiatan perkuliahan di perguruan tinggi, mahasiswa selalu dihadapkan oleh tugas _ tugas baik itu yang bersifat akademik maupun non akademik, organisasi

kemahasiswaan atau kegiatan ekstrakurikuler lainnya (Delta, 2007). Dalam bidang akademik, mahasiswa sangat sering mendapatkan tugas berupa pengerjaan paper atau tugas makalah, bahkan setiap satu mata kuliah bisa terdiri dari satu atau dua tugas, maka hal tersebut membutuhkan waktu pengerjaan yang tidak sebentar terlebih apabila jenis tugas bersifat penelitian di lapangan yang membutuhkan observasi, wawancara atau penelitian kepustakaan yang membutuhkan analisis dari berbagai sumber (Mastuti, 2009).

Tugas _ tugas yang diberikan oleh dosen kepada mahasiswa bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penguasaan mahasiswa akan materi - materi yang telah dibahas dan hendaknya membuat mahasiswa tertantang dan berusaha mempelajari mata kuliah tersebut lebih dalam. Namun kenyataannya masih dijumpai ketidaksiapan dalam melaksanakan tuntutan tersebut. Mengulur waktu dan melakukan penundaan terhadap tugas dan kewajiban adalah salah satu ketidaksiapan yang masih terjadi (Julianda, 2012). Banyak mahasiswa yang tidak dapat membagi waktu untuk

mengerjakan sesuatu sehingga waktu yang seharusnya bermanfaat terbuang dengan percuma (Djamarah, 2002).

Mancini (2003) mengatakan bahwa penundaan terjadi karena hampir selalu muncul beberapa ketakutan yang tersembunyi dalam diri seseorang atau konflik yang mendorong seseorang sehingga menunda sesuatu. *University of Buffalo Counseling Services* (dalam Santrock, 2001) mengatakan bahwa alasan lain seseorang melakukan penundaan karena buruknya manajemen waktu, sulit berkonsentrasi, ketakutan dan kecemasan, masalah pribadi, harapan yang tidak realistis dan *perfeksionis*.

Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa memiliki dampak negatif pada bidang akademik. Para pelaku prokrastinasi atau bisa disebut prokrastinator cenderung kurang memiliki kemampuan dalam mengatur waktu yang baik sehingga berdampak pada sedikitnya waktu yang tersedia untuk memahami materi kuliah. Selain itu prokrastinasi akademik juga dapat membuat pelakunya terpaksa mengulang mata kuliah bersangkutan sampai mulurnya jangka waktu studi (Suridjah & Tjundjing, 2007). Dampak

negatif lain dari prokrastinasi akademik, menurut Burka dan Yuen (2008) adalah timbulnya konsekuensi internal seperti merasakan penyesalan, rasa bersalah hingga putus asa atau merasa tidak berdaya, sedangkan konsekuensi eksternal seperti mengalami kemunduran dalam hal akademik seperti penurunan nilai akademik.

Steel (dalam Santrock, 2001) mengatakan bahwa meta analisis terbaru dari studi penelitian mengungkapkan bahwa penundaan ini terkait dengan efikasi diri (keyakinan atas kemampuan sendiri) yang rendah, kesadaran rendah, penghindaran terhadap suatu tugas, dan motivasi berprestasi rendah. Berdasarkan penelitian Steel (2007), *self-efficacy* (efikasi diri) merupakan salah satu faktor yang cukup mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. *Self-efficacy* yang ada dalam diri mahasiswa merupakan salah satu kunci yang penting dalam proses pengerjaan tugas / ujian serta keberhasilan dalam berprestasi di bidang akademik.

Mahasiswa dengan *self - efficacy* yang tinggi lebih mungkin terlibat dalam tugas - tugas akademik, menggunakan strategi yang lebih baik dan mencapai nilai lebih tinggi daripada mahasiswa

yang kurang yakin akan kemampuannya untuk berhasil. Kemungkinan besar mahasiswa dengan *self - efficacy* rendah akan menghindari tugas daripada mencoba untuk mengerjakannya (Bandura, 2003). Salah satu tokoh yang menjabarkan tentang dimensi *self-efficacy*, adalah Kreitner dan Kinicki (2003) menyatakan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang lemah mudah menyerah pada pengalaman ketidakberhasilan, sementara individu dengan efikasi yang kuat tetap berusaha meski pernah menemui pengalaman yang menghambat.

Berdasarkan pemaparan yang telah diungkapkan diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh bagaimana hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Selanjutnya, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa. Hipotesa penelitian ini adalah : Ada hubungan yang negatif signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik

METODE

Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Tama Jagakarsa Jakarta Selatan yang berstatus aktif dalam perkuliahan berjumlah 140 mahasiswa. Jumlah ini diketahui dari informasi pihak Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa.

Penentuan jumlah sampel berdasarkan pada tabel dari Krejcie dan Morgan (1970) untuk jumlah populasi 140 orang maka hanya dibutuhkan sebanyak 103 orang dengan tingkat kesalahan 5%. Sehingga sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 103 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Simpel random sampling* merupakan teknik penentuan sampel yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2001).

Desain

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Noor (2011) penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-

teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Metode korelasional sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin meneliti hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). *Independent Variable* dalam penelitian ini adalah *Self-Efficacy*, sedangkan *Dependent Variable* dalam penelitian ini adalah Prokrastinasi Akademik.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan kuisioner tertutup. Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang berisi pertanyaan atau pernyataan yang telah disertai pilihan-pilihan, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai (Furchan, 2004). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang mengungkap frekuensi *self - efficacy* dan mengungkapkan frekuensi kebiasaan prokrastinasi akademik mahasiswa.

Prosedur

Prosedur awal dalam melakukan penelitian adalah perijinan. Perijinan ini dilakukan terhadap pihak-pihak terkait yang nantinya terlibat dalam penelitian. Pertama peneliti meminta surat izin penelitian dari Sekretariat Universitas Tama Jagakarsa yang ditandatangani oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagkarsa.

Selanjutnya menentukan subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa yang masih aktif perkuliahan. Sebelum melakukan penelitian perlu disiapkan alat pengumpulan data yang terdiri dari skala *Self-efficacy* dengan menggunakan teori dari Albert Bandura (1997) dan skala Prokrastinasi Akademik dengan menggunakan teori dari Ferrari, dkk (1995).

Setelah melalui uji coba dan pertimbangan, item yang tidak valid dibuang dan ada item yang masih dipertahankan karena pertimbangan mempertahankan atau menaikkan *Alpha Cronbach*. Item - item yang dipertahankan disusun kembali untuk keperluan penelitian dan analisis hasil penelitian kepada subjek yang

sebenarnya. Oleh karena itu, ditetapkan skala *self-efficacy* berjumlah 31 item dan skala prokrastinasi akademik terdiri dari 36 item pernyataan. Jumlah total item untuk penelitian sebanyak 67 item.

Setelah melakukan uji coba pada alat ukur penelitian, peneliti melakukan pengambilan data pada sampel penelitian berjumlah 103 orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa Jakarta Selatan. Pengambilan data dilaksanakan pada 30 Juni hingga 19 Juli via online, baik itu lewat website yang peneliti buat sendiri maupun lewat jaringan pribadi. Selama pengambilan data peneliti dibantu oleh teman - teman dari perwakilan kelas masing - masing dalam penyebaran alat ukur penelitian. Setelah data responden dikumpulkan, kemudian dilakukan analisis data.

Teknik Analisis

Teknik analisa data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik analisa statistik “*Product Moment* dari *Karl Pearson*”. Apabila $p < 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan menerima (H_a) yang artinya ada hubungan antara variabel IV dan variabel DV sebaliknya apabila $p > 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) diterima, berarti tidak ada hubungan antara variabel IV

dan variabel DV. Semua analisis statistik dilakukan dengan pengelolaan data pada program komputer dengan menggunakan *SPSS for Windows* versi 16.0.

ANALISIS DAN HASIL

Peneliti melakukan pengujian validitas, reliabilitas, korelasi, dan uji normalitas setelah pengambilan data. Skala *self-efficacy* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* (α) = .924 dengan nilai uji KMO 0,701 sig < 0,005. Sedangkan skala prokrastinasi akademik memiliki *Cronbach's Alpha* nilai (α) = .735 dengan nilai uji KMO 0,736 sig < 0,005. Hal tersebut menunjukkan bahwa item-item yang digunakan dalam penelitian ini valid dan reliabel.

Sebelum dilakukan pengujian statistik, maka terlebih dahulu dilakukan perumusan hipotesa penelitian, yaitu: Pertama, Hipotesis Nol (H_0) yang berbunyi tidak ada hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademi. Hipotesis kedua, Hipotesis Alternatif (H_a) yang berbunyi ada hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik.

Pada penelitian ini metode analisis data yang digunakan adalah metode analisis statistik *Pearson's Product Moment* dengan bantuan program SPSS 16.00 for windows. Hasil pengujian hipotesa terhadap 103 Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa menunjukkan koefisien korelasi antar *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik sebesar -0.510 dengan taraf signifikansi 0.001 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan hipotesis nol (H_0) ditolak, sehingga hipotesis alternative (H_a) yang menyatakan bahwa “ada hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Artinya semakin tinggi *self-efficacy* pada mahasiswa maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasinya, begitu juga sebaliknya jika semakin rendah *self-efficacy* akan semakin tinggi perilaku prokrastinasinya.

Berdasarkan uji normalitas dengan menggunakan *Kolmogorof-Smirnov*, hasil menunjukkan data berdistribusi normal untuk semua variabel, yaitu $p = 0.097$ ($p > 0.05$) pada variabel *self-efficacy* dan $p = 0.101$ ($p > 0.05$) pada variabel prokrastinasi akademik. Selanjutnya peneliti melakukan pengkategorian tingkat *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, se

Peneliti juga melakukan analisis tambahan untuk mengetahui besarnya sumbangan efektif dari *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Hasil menunjukkan bahwa besarnya koefisien adalah -0.510 dan r^2 (*r square*) $0,2601$ atau 26% , yang berarti bahwa sumbangan efektif dari *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 26% sedangkan sisanya 74% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti saat ini.

DISKUSI

Hipotesa yang ingin diuji dalam penelitian ini adalah ada atau tidaknya hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian mendapatkan koefisien korelasi sebesar -0,510 dengan taraf signifikansi 0.001 ($p < 0,05$). Hal tersebut membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan arah yang negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Dimana berarti semakin tinggi *self-efficacy*, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa, demikian pula sebaliknya semakin rendah tingkat *self-efficacy* maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Dengan demikian hipotesis nol (H_0) dalam penelitian ini ditolak dan

Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima.

Hasil penelitian Wibowo (2014) tentang “*Self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Ubaya” menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang dilakukan Putri, Wiyanti, & Priyatma (2012) “Hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta” juga menunjukkan hasil bahwa ada korelasi negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Penelitian tersebut semakin memperkuat hasil penelitian peneliti dimana mendapatkan hubungan yang

signifikan dengan arah yang negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Dengan kata lain dengan adanya *self-efficacy* dalam diri sangat berperan menentukan berhasil atau gagalnya seorang mahasiswa dalam melaksanakan tugas yang telah dibebankan.

Self-efficacy dapat membantu individu dalam menentukan seberapa besar usaha yang akan dikeluarkan dalam mengerjakan tugas, seberapa lama individu tersebut bisa bertahan/tabah ketika menemukan hambatan ataupun kesulitan dalam pengerjaan tugas, dan keuletan mahasiswa untuk mencari solusi jawaban dari kesulitan tugas tersebut (Pajares, 1996).

Keyakinan pada kemampuan diri (*Self-efficacy*) juga dapat meningkat secara bertahap melalui hasil pencapaian yang diraih secara terus-menerus. Kemampuan inilah yang menurut

Bandura (1997) dapat menjadi landasan diri untuk mau berusaha semaksimal mungkin dalam mengerjakan sesuatu, sehingga dengan adanya *self-efficacy*, mahasiswa akan mampu bertindak laku dan bereaksi positif untuk mengatasi situasi atau kejadian tersebut. Oleh sebab itu, penting sekali bagi seorang mahasiswa untuk memiliki *self-efficacy* dalam dirinya. *Self-efficacy* dapat membantu mahasiswa tersebut dalam memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memotivasi perkembangan kemampuan yang dimilikinya seperti ketika dihadapkan pada saat pengerjaan tugas yang dianggap sulit.

Hasil penelitian ini diketahui besarnya koefisien determinasi yang diperoleh adalah -0,510 dengan r square 0,2601 yang berarti bahwa sumbangan efektif dari *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 26% sedangkan sisanya 74% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh

peneliti saat ini, seperti : gaya pengasuhan orangtua, tingkat motivasi, atau kondisi lingkungan.

Berdasarkan perhitungan mean hipotetik dan mean empirik pada variabel *self-efficacy* didapatkan mean empirik sebesar 88,42 yang berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung memiliki tingkat keyakinan pada diri berada pada level cukup. Sedangkan pada variabel prokrastinasi akademik didapatkan mean empirik sebesar 67,48 yang juga berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa cukup mampu mengontrol emosinya ketika dihadapkan ada suatu masalah dalam mengerjakan suatu tugas. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa individu dapat mengontrol perilaku prokrastinasi akademik dan memiliki kepercayaan diri yang cukup baik sehingga mampu mengerjakan tugas yang diberikan

meskipun banyak aktivitas yang menghambat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Berdasarkan hasil pengumpulan dan analisis data yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada diri seseorang dan semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik pada diri seseorang.

Saran

Saran teoritis yang dapat diberikan terkait penelitian ini ialah, agar peneliti selanjutnya meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik dengan subjek yang berbeda. Dalam penelitian ini sudah diteliti berdasarkan faktor *self-efficacy* tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa ada faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Dari hasil penelitian ini maka disarankan bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan atau melanjutkan penelitian lebih lanjut hendaknya menggunakan sampel yang berbeda, jumlah populasi yang lebih banyak serta dapat menghubungkan variabel lain yang turut mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Sebagai implikasi praktis sehubungan dengan pengembangan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, peneliti ingin memberikan beberapa

saran yang ditujukan kepada beberapa pihak. Pertama, bagi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa, dapat meningkatkan *self-efficacy* agar mahasiswa dapat menghindari penundaan tugas dan dapat mencapai prestasi belajar yang optimal. Hal tersebut dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya : merefleksikan keberhasilan seseorang (jika teman mampu mengerjakan tugas, maka saya juga harus bisa), yakin pada kemampuan diri sendiri, mengontrol emosi (keadaan fisiologis), memilih aktivitas dengan mengambil dan mengerjakan tugas.

Kedua, bagi Universitas dan Fakultas, menyediakan fasilitas bagi peserta didik dalam bentuk kegiatan yang dapat meningkatkan *self-efficacy* seperti kegiatan makrab, event & lomba, seminar, dan lain-lain. Dosen perlu memberikan tindakan tegas bagi mahasiswa yang terlambat mengerjakan

tugas dan menetapkan batas maksimal

studi secara konsisten.

REFERENSI

Azwar, S. (2001). *Reabilitas dan Validitas(4 ed)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

_____ (2012) *Penyusunan Skala Psikologi*.Edisi 2.Cetakan 1.Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Bandura, A. (1993) *Perceived Self-efficacy in Cognitive Development and Functioning*. Educational Psychologist, 28, 117-148

_____ (1994).*Self-efficacy*.In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press.

_____ (1997).*Self efficacy the Excercise Of Control*. New York. Freeman and Company. New York

_____ (1998).*Social Foundation of thought And Action.A social Cognitive Theory*. New York : Prentice Hall

_____ (2006).*Guide for Constructing Self-efficacy Scales, Self-efficacy Beeliefs of Adolescents*, 307-337. Information Age Publishing.

Burka, J. B. & Yuen, L.M. (1983).*Procrastination: Why You Do It, What To Do*

About It. New York: Perseus Book

Djamarah, S.B. (2002). *Rahasia Sukses Belajar*.Jakarta: Rineka Cipta

Ghufron, N.M. & Risnawita, R. (2014).*Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: ArRuzz Media.

Guilford,J.P.(1995). *Psychometric Methods*.New Delhi: Tata Mc-Graw Hill Publishing

Hee Seo, E. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between seloriented \ perfectionism and academic procrastination.*Journal Social Behavior and Personality*, 36 (6), 753-764.

Julianda. B. N. (2012). Prokrastinasi dan self-efikasi pada mahasiswa.*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*.

Kartadinata, I. & Tjundjing, Sia. (2008). I love you tomorrow: Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima: Indonesian Psychological Journal* 2008,Vol. 23 (2)

Khodijah. (2014). Hubungan antara kecerdasan spiritual dan self efficacy dengan

- kinerja guru madrasah aliyah Alfatah Palembang. *Jurnal. Palembang: Universitas Islam Negri Raden fatah*
- Klassen.R.M; Lindsey.K; Rajani, Sukaina, (2008).Academic Procrastination of Undergraduates: Low SelfEfficacy to Self-Regulate Predicts Higher Levels of Procrastination. *Contemporary Educational Psychology. 33* 4915 – 931, October 2008
- Kreitner dan Kinicki.(2003). *Perilaku Organisasi*. Jakarta. Salemba empat
- M. Nur Ghufron. 2004. Hubungan Kontrol Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Psikologi Volume 3*. Yogyakarta:UGM
- Mancini, M. 2003. *Time Management*. McGraw-Hill : New York
- Mastuti,E. (2009). Memahami Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasar Tingkat Self Regulation Learning (Understanding Academic Procrastination Behavior Based on Self-Regulation Learning Level). *Jurnal Psikologi Indonesia. Vol. VI, No 1, hal. 55*
- Media,S. (2016). Hubungan Antara Motivasi dengan prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa universitas Tama Jagakarsa. *Skripsi. Universitas Tama Jagakarsa*
- Muhid, Abdul. (2009). Hubungan antara self-control dan self-efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas dakwah iain sunan ampel surabaya. Surabaya : IAIN Sunan Ampel.
- Kholid.(2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi. Jakarta : Binus Universty
- Pajares, F. (1996).Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research Winter, 66(4), 543-578*
- Piers Steel,. (2007).“The Nature Of Procrastination : Meta-Analitic And Theoretical Of Queentestional Self-Regulatory Failure”. *Journal Of Psychological Bulletin*
- Rumiani.2006. Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro. No. 2. Vol. 3.*
- Santoso, Singgih. (2002). *Buku Latihan Spss Statiska Parametrik*, Jakarta: PT.Elex Media komputerindo
- Santrock, John. W. (2009). *Psikologi Pendidikan Educational Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika.

_____ (2011). *Adolescence*.
Boston: McGraw-hill

Vol. 31, No.4 (h. 503-509).

Solomon, L. J. dan Rothblum, E. D.
(1984). Academic
Procrastination: Frequency
and Cognitive
Behavioral Correlates. *Journal
of Counseling Psychology*,

Steel, P. (2007). The nature of
procrastination: a metaanalytic
and theoretical review of
self-regulatory failure. *Journal
of Calgary University*, 12 (8),
117-121.