

Peran Keyakinan Diri terhadap Prokrastinasi Mahasiswa pada Pembelajaran Daring di Kota Bukittinggi

Nofriadi Syahnur*

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

*email: syahnurnofriadi03@gmail.com

DOI: [10.31603/bpsr.4874](https://doi.org/10.31603/bpsr.4874)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan deskriptif korelasional. Responden dari penelitian ini sebanyak 66 mahasiswa di Kota Bukittinggi. Teknik pengumpulan data peneliti menggunakan skala likert berupa alat ukur keyakinan diri dan alat ukur prokrastinasi. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan aplikasi SPSS 16.0 for windows. Hasil analisis data penelitian diperoleh $r = -0.364$ dengan tingkat $p = 0.003$ ($p < 0.05$). Pengaruh signifikan dari keyakinan diri terhadap prokrastinasi sebesar $r^2 = 13\%$. Penelitian ini membuktikan bahwa adanya hubungan positif antara keyakinan diri dengan prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi.

Kata Kunci: Keyakinan Diri; Pembelajaran Daring; Prokrastinasi

The Role of Self-Efficacy in Student Procrastination in Online Learning in Bukittinggi City

Abstract

This study aims to determine the role of self-efficacy on student procrastination in online learning in the city of Bukittinggi. The research method used is quantitative research using a descriptive correlational approach. Respondents of this study were 66 students in the City of Bukittinggi. To obtain data, researchers used a Likert scale in the form of a self-efficacy measurement tool and a procrastination measuring tool. The data analysis technique uses multiple regression analysis techniques with SPSS 16.0 for windows applications. The results of the research data analysis obtained $r = -0.364$ with a level of $p = 0.003$ ($p < 0.05$). The significant effect of self-efficacy on procrastination is $r^2 = 13.0\%$. This study proves that there is a positive relationship between self-efficacy and student procrastination in online learning in the City of Bukittinggi.

Keywords: Procrastination; Online Learning; Self-Efficacy



1. Pendahuluan

Penetapan wabah covid-19 menjadi pandemi global membuat setiap negara merancang dan mempersiapkan tatanan kehidupan selama masa pandemi. Salah satu dampaknya adalah adanya kebijakan untuk menekan penyebaran virus tersebut adalah pemberlakuan *lockdown* atau Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Pada tanggal 13 April 2020, melalui Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 12 tahun 2020 Indonesia menetapkan pandemi covid-19 menjadi bencana nasional (Badan Nasional Penanggulangan Bencana, 2020). Pemerintah Indonesia menetapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mengurangi transmisi virus dengan cara menutup tempat yang dapat menimbulkan keramaian, menerapkan *social distancing*, memakai masker, selalu mencuci tangan, dan *stay at home*. Penetapan PSBB berdampak pada semua sector masyarakat baik di bidang industri, perdagangan, perekonomian, maupun pendidikan.

Sektor pendidikan menjadi salah satu sorotan terbesar selama masa pandemi covid-19 diberlakukan di Indonesia. Pada sektor pendidikan ini, pemerintah mengeluarkan kebijakan dengan memberlakukan proses belajar mengajar secara daring yang diberlakukan dari tingkat Sekolah Dasar sampai dengan perguruan tinggi. Di perguruan tinggi, semua mahasiswa melakukan proses belajar mengajar dengan metode perkuliahan secara daring (Rasfanjani, 2020). Perubahan yang signifikan pada metode pembelajaran tentunya memberikan dampak besar terhadap lingkungan belajar seseorang. Adanya perubahan tersebut berdampak terhadap ketepatan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas. Mahasiswa cenderung melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen. Kondisi tersebut dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Perilaku prokrastinasi pada seseorang ditandai dengan ketidakmampuan orang tersebut dalam memanfaatkan waktu dengan baik, dan senantiasa selalu melakukan penundaan terhadap suatu pekerjaan (Brown & Holzman, 1967). Prokrastinasi adalah penundaan untuk mengerjakan tugas maupun pekerjaan dengan sengaja dan individu tersebut mengetahui dampak negatif dari kebiasaan tersebut (Steel, 2007). Perilaku prokrastinasi memiliki beberapa aspek yang membangun perilaku prokrastinasi, yaitu; *Perceived time*; gagal menepati waktu mengerjakan tugas yang telah ditentukan, *Intention-action*; tidak sejalan dengan keinginan dan tindakan, *Emotional distress*; adanya kecemasan ketika melakukan prokrastinasi, *Perceived ability*; yakin terhadap kemampuan diri (Ferrari et al, 1995). Meskipun prokrastinasi tidak memiliki keterkaitan dengan kemampuan kognitif, akan tetapi ketidak yakinan terhadap kemampuan diri akan menyebabkan seseorang terindikasi prokrastinasi. (Ferrari et al, 1995; Steel, 2007).

Perilaku prokrastinasi juga bermanfaat apabila dilakukan pada waktu tertentu dengan alasan yang tepat namun memiliki maksud tertentu, prokrastinasi yang seperti ini juga disebut dengan *functional procrastination* (Ferrari et al, 1995). Sedangkan perilaku prokrastinasi yang bersifat negatif biasanya dilakukan tanpa ada alasan yang pasti sehingga waktu yang di luangkan tersebut terbuang sia-sia dimana hal ini juga sering di istilahkan dengan *disfunctional procrastination* (Ferrari et al, 1995). Akan tetapi jika berhubungan dengan pembahasan

prokrastinasi, perilaku ini lebih dominan dikaitkan dengan prokrastinasi negatif sebagai suatu bentuk penundaan yang tidak berguna.

Perilaku menunda pekerjaan sangat sering terjadi di lingkungan masyarakat, terutama sering ditemukan pada kehidupan akademik mahasiswa (Solomon & Rothblum, 1984). Sesuai hasil penelitian sebelumnya memberikan gambaran bahwa prokrastinasi merupakan suatu permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa. Hasil penelitian Ji Won (2015), yang dilakukan pada sebuah universitas di Korea menunjukkan bahwa dari 569 orang mahasiswa yang diteliti, sebanyak 56,39% dari mahasiswa tersebut pernah melakukan prokrastinasi. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Sagita, Daharnis, & Syahnur, (2017), terhadap 236 responden pada sebuah universitas yang ada di Sumatera Barat menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa menunjukkan angka prokrastinasi 51,3% dengan kategori sedang, 22,9% mahasiswa dengan kategori tinggi, 21,6% mahasiswa dengan kategori rendah, sementara 2,5% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi pada kategori sangat tinggi, dan 1,7% lainnya memiliki kategori prokrastinasi sangat rendah. Ditambah dengan survei awal di lapangan terhadap 32 orang responden dengan pertanyaan terbuka yang berkaitan dengan prokrastinasi menggunakan *google form* memperoleh hasil bahwa 75% mahasiswa yang melakukan perkuliahan daring di Bukittinggi juga menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik. Adapun perilaku prokrastinasi yang ditunjukkan oleh mahasiswa berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan pada penelitian ini, diantaranya adanya mahasiswa yang tidak mengerjakan tugas berdasarkan waktu yang telah direncanakan, banyaknya tindakan yang tidak sesuai dengan rencana, dan timbulnya rasa cemas ketika menunda penyelesaian tugas.

Prokrastinasi bisa saja terjadi disetiap saat dan juga merupakan suatu permasalahan yang serius (Burka & Yuen, 1983). Tidak tertutup kemungkinan bahwa masih banyak dari kalangan mahasiswa yang melakukan perilaku menunda-nunda pekerjaan walaupun telah mengetahui akibat yang akan dihadapi (Conti, 2000). Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Muhid menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi adalah keyakinan diri (Muhid, 2009). Keyakinan diri merupakan penilaian individu berhubungan dengan kemampuan dalam merencanakan untuk mengerjakan suatu pekerjaan yang akan dilakukan dengan maksud mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997). Adapun aspek dari keyakinan diri yaitu; *strength*, *magnitude* dan *generality* (Bandura, 1997). Dari penjelasan sebelumnya keyakinan diri juga berpengaruh terhadap tindakan (Santrock, 2009; Fajriani, 2012). Dari hasil penelitian jurnal sebelumnya oleh Clara, Cindi, Agoes & Debora (2017), menjelaskan bahwa keyakinan diri dengan *self control* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi.

Berdasarkan uraian diatas serta fenomena tersebut, peneliti berkeinginan untuk meneliti lebih lanjut terkait dengan pengaruh keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada saat mengikuti pembelajaran daring di Kota Bukittinggi. Hipotesis dalam penelitian ini terdapat pengaruh positif peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi.

2. Metode

2.1. Bentuk penelitian

Bentuk penelitian yang di gunakan berupa bentuk penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan deskriptif korelasional. Responden dari penelitian ini sebanyak 66 mahasiswa yang mengikuti perkuliahan online. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang mengikuti perkuliahan online di Kota Bukittinggi. Adapun teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposif sampling*. Dengan kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang mengikuti kuliah online di Kota Bukittinggi.

Penelitian menggunakan skala likert berupa alat ukur keyakinan diri dan alat ukur prokrastinasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan angket *google form* yang telah teruji tingkat validitas dan reliabilitas sebelum diberikan kepada responden. Skala keyakinan diri mengungkapkan seberapa besar tingkat keyakinan diri responden penelitian dalam mengikuti perkuliahan daring. Skala keyakinan diri dirancang sesuai dengan aspek-aspek dalam teori Bandura (1997), terdiri atas aspek tingkat, kekuatan dan generalisasi. Skala keyakinan diri terdiri atas aitem favorable sebanyak 16 butir dan unfavorable sebanyak 16 butir. Alat ukur prokrastinasi ini mengungkapkan tingkat prokrastinasi pada mahasiswa yang mengikuti perkuliahan *online*. Alat ukur dibuat sesuai dengan teori yang dijelaskan Steel (2007), diantaranya aspek *intention action*, *perceived time*, *emotional distress* dan *perceived ability*. Skala prokrastinasi terdiri dari item favorable 12 aitem dan unfavorable sebanyak 13 aitem.

3. Hasil dan pembahasan

3.1 Hasil Analisis Data

Hasil Uji Validitas

Sugiyono (2013), validitas alat ukur berarti instrumen alat pengukuran dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya dapat diukur. Adapun standar item dalam penelitian ini dapat dianggap valid jika koefisiennya berada pada $p < 0.05$. Adapun uji validitas yang dilakukan pada penelitian ini adalah uji validitas konstruk. Pada Tabel 1. diperoleh hasil bahwa untuk skala keyakinan diri diperoleh 31 item yang valid dan untuk skala prokrastinasi diperoleh 18 item valid.

Tabel 1. Uji Validitas

Variabel	Item	Item Tidak Valid	Item Valid
Keyakinan diri	32	1	31
Prokrastinasi	25	7	18

Hasil Uji Reliabilitas

Alat ukur dengan kategori reliabel berupa instrument apabila berkali-kali untuk mengukur objek yang sama, maka akan memperoleh hasil yang sama (Sugiyono, 2013). Berdasarkan Tabel 2 di atas menunjukkan variabel keyakinan diri senilai 0.780, variabel prokrastinasi senilai 0.696 yang mana $> 0,6$ sehingga semua instrument bersifat reliabel.

Tabel 2. Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha
Efikasi Diri	32	0,780
T Prokrastinasi	25	0,696

Teknik Analisis Data

Metode analisa data menggunakan metode uji analisis regresi. Akan tetapi sebelum menentukan hasil dari penelitian sesuai persyaratan, data bersifat normal dan linier.

Uji Normalitas

Pengujian normalitas bertujuan menguji sejauh mana model regresi variabel dependen, independen apakah keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak (Ghozali, 2013). Pengujian normalitas dengan teknik *One Sample Kolmogorov - Smirnov*. Menggunakan prinsip > 0.05 bisa disimpulkan sebaran data normal. Apabila < 0.05 dapat diartikan bahwa sebaran data tidak normal. Pada Tabel 3 diperoleh bahwa nilai signifikansi Asymp. Sig. (2 – tailed) dengan angka 0.132 dan > 0.05 . Sehingga dapat dikatakan data variabel *self efficacy* dan prokrastinasi berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Normalitas

	Unstandardized Residual
N	359
Asymp. Sig. (2-tailed)	.132

Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui variabel dependen dan independen berhubungan linear atau tidak (Ghozali, 2013). Jika nilai signifikansi dari variabel > 0.05 dapat dikatakan linear, apabila signifikansinya dari variabel < 0.05 disebut tidak linear (Gunawan, 2004). Sesuai dengan hasil pengujian linearitas yang diperoleh yaitu taraf signifikansi $> 0,05 = 0,451$. Maka, hubungan keyakinan diri dan prokrastinasi adalah linier atau searah. Berdasarkan Tabel 4. diperoleh nilai signifikansi *deviation from linearity* dari hubungan X dan Y berjumlah 0,451 yang berarti $\geq 0,05$. Jadi, hubungan kedua variabel dikatakan linear.

Tabel 4. Uji Linieritas

			Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
x1 * x2	Between Groups	(Combined)	1624.368	27	60.162	1.366	.185
		Linearity	436.938	1	436.938	9.918	.003
		Deviation From Linearity	1187.431	26	45.670	1.037	.451

Within Groups	1674.117	38	44.056
Total	3298.485	65	

Uji Hipotesis

Hipotesis dari sebuah penelitian harus di uji linieritas terlebih dahulu. Uji hipotesis ialah suatu struktur untuk memperoleh hasil, apakah hipotesis yang dirancang dapat diterima atau tidak (Purwanto & Sulistyastuti, 2011). Hipotesis nol (H_0) tidak terdapat hubungan antara peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi. Sedangkan Hipotesis alternatif (H_a) terdapat hubungan antara peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi. Uji hipotesis yang digunakan yaitu uji analisis regresi berganda dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. Pada Tabel 5, perolehan nilai $t = -3.126$ dan Sig. $<0,003$ n 0,05. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pengaruh keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi adalah signifikan.

Tabel 5. Signifikasi Korelasi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
	B	Std.Error	Coefficients		
1 (Constant)	123.684	6.831		18.106	.000
x2	-.311	.100	-.364	-3.126	.003

Pada Tabel 6 menunjukkan bahwa nilai $F = 9.417$ dan Sig = .003^a. Hal ini dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan terdapat pengaruh yang signifikan keyakinan diri terdapat hubungan antara peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran online di Kota Bukittinggi, atau dengan kata lain hipotesis penelitian dapat diterima.

Tabel 6. Signifikasi Regresi

Model	Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	408.363	1	408.363	9.417	.003 ^a
Residual	2731.853	63	43.363		
Total	3140.215	64			

Berdasarkan uji hipotesis pada Tabel 7 didapatkan hasil nilai analisis regresi sebesar 0.361 dengan taraf signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara keyakinan diri dengan prokrastinasi sebesar 36.1%. Semakin tinggi keyakinan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi pada mahasiswa dan sebaliknya semakin rendah prokrastinasi pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat keyakinan diri mahasiswa. Hasil koefisien determinasi antara keyakinan diri terhadap prokrastinasi memperoleh nilai $r^2 = 13.0\%$.

Data ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh signifikan keyakinan diri terhadap prokrastinasi sebesar 13.0%.

Tabel 7. Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.361 ^a	.130	.116	6.585

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan tingkat keyakinan diri berpengaruh terhadap prokrastinasi sebesar 13.0% sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh tingkat asertivitas sebuah tugas (Steel, 2007), orientasi terhadap waktu dan perilaku perfeksionis (Jackson; Fritch; Nagasaka; dan Pope 2003).

3.2 Pembahasan

Berdasarkan penjelasan sebelumnya penulis telah memberikan penjelasan bahwa keyakinan diri adalah kepercayaan pada seseorang terhadap kemampuannya untuk merencanakan dan melakukan tindakan terhadap tujuan yang ingin dicapai. Hasil penelitian yang telah dilakukan ini telah membantu peneliti dalam mengetahui secara keseluruhan dari tingkat keyakinan diri dan tingkat prokrastinasi pada mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring di Kota Bukittinggi. Pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa keyakinan diri dari mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring di Kota Bukittinggi berada pada kategori sedang. Dengan kategori tersebut dapat disimpulkan bahwa masih banyak mahasiswa yang menunjukkan perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Penelitian ini juga memperoleh hasil bahwa hipotesis (H_a) dapat diterima, yang artinya terdapat hubungan antara peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi dengan nilai ($r=0.364$, dan $p=0.003$).

Selanjutnya hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara keyakinan diri dengan prokrastinasi sebesar 36.1%. Dengan kata lain, semakin tinggi keyakinan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah prokrastinasi pada mahasiswa maka semakin tinggi tingkat keyakinan diri mahasiswa. Sementara itu, pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putra & Halimah (2015), menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara keyakinan diri dengan prokrastinasi akademik, hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa $r_s = -0.783$.

Hasil analisis korelasi diperoleh bahwa keyakinan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi, dimana ketika mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring, maka faktor keyakinan diri yang dimiliki setiap individu menjadi salah satu penentu berhasil atau tidaknya seseorang ketika proses pembelajaran daring. Hasil koefisien determinasi antara keyakinan diri terhadap prokrastinasi memperoleh nilai $r^2 = 13.0\%$. Data ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh signifikan keyakinan diri terhadap prokrastinasi sebesar 13.0%.

Kendala yang diperoleh dalam penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan secara daring melalui angket penelitian memberikan bias dalam memberikan tanggapan pada skala yang

dibagikan, hal ini dikarenakan keterbatasan dalam memberikan kontrol yang maksimal ketika subjek memberikan tanggapan berdasarkan angket penelitian yang dibagikan, sehingga memberikan dampak terhadap keseriusan responden dalam memberikan tanggapan. Dari pembahasan yang telah disampaikan sebelumnya penulis memberikan rekomendasi untuk melakukan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih banyak, sehingga keterkaitan antara kedua variabel lebih mudah untuk menentukan kategori. Selain itu, penulis juga memberikan rekomendasi kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai keterkaitan antara *self control* dengan prokrastinasi pada remaja yang mengikuti pembelajaran daring.

4. Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan dimana terdapat hubungan positif antara keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa dalam pembelajaran daring. Semakin tinggi tingkat keyakinan diri pada mahasiswa, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi. Sebaliknya semakin rendah prokrastinasi pada mahasiswa maka semakin tinggi keyakinan diri mahasiswa tersebut. Pengaruh peran keyakinan diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring di Kota Bukittinggi sebesar 13.0%. Selibuhnya yang dapat mempengaruhi prokrastinasi pada seseorang adalah asertivitas sebuah tugas, orientasi terhadap waktu, dan perilaku perfeksionis.

Referensi

- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2020). *Presiden tetapkan COVID-19 sebagai bencana nasional*. Bnpb.Go.Id. <https://bnpb.go.id/berita/presiden-tetapkan-covid19-sebagai-bencana-nasional>.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy – the exercise of control*. New York: W.H. Freeman & Company.
- Burka, J.B. & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Newyork: Perseus Books.
- Brown, W.F., & Holtzman, W.H. (1967). *Survey of study habits and attitudes manual*. New York: The Psychological Corporation
- Clara., Cindy., Agoes, D., Debora, B. (2017). Peran selfefficacy dan self-control terhadap prokrastinasi akademik pada siswa sma (studi pada siswa sma x tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*. Vol. 1(2).
- Conti, R. (2000). Coompeting demands and complimentary motives: procrastination and intrinsically and extrinsically motivated summer projects. *Journal of Social Behavior and Personality*, Vol.5.
- Ferrari, J.R., Johnson, J.L & Mc. Cown, W.G., (1995). *Procrastination and task iodance*. New York : Plenum Press.
- Fajriani, I. (2012). *Hubungan antara self efficacy dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang berasal dari luar yogyakarta, skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.

- Ghozali, Imam. (2013). *Aplikasi analisis multivariat dengan program SPSS*. Jakarta: Universitas Diponegoro.
- Gunawan, R.,S., (2004). *Analisis regresi linear berganda dengan SPSS*. Graha Ilmu.
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T., & Pope, L. (2003). Procastination and perception of past, present, and future. *Individual Differences Research*, Vol. 1(1) 17-28.
- Ji Won, Y. (2015). examining the effect of academic procrastination on achievement using lms data in e-learning. *Journal of Educational Technology and Society*, Vol. 18 (3) 64-74.
- Muhid, A. (2009). Hubungan antara self-control dan self-efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas dakwah. *Jurnal Ilmu Dakwah*. Vol. 18.
- Purwanto, E.A. & Dyah, R.S. (2011). *Metode penelitian kuantitatif*, Edisi Pertama. Cetakan Kedua. Yogyakarta:Gava Gramedia.
- Putra, J. & Halimah, L. (2015). Hubungan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas pendidikan agama islam di universitas islam 45 bekasi. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba*. ISSN : 2460-6448
- Rasfanjani, A.I. (2020). Kebijakan pendidikan di era new normal. *Health and Physical Education*. doi.org/10.31219/osf.io/29v6a
- Santrock, J. W. (2009). *Psikologi pendidikan*. Edisi Kedua. Jakarta : Prenada Media Group.
- Sagita, D.D., Daharnis., Syahnir. (2017). Hubungan self efficacy, motivasi berprestasi, prokrastinasi akademik dan stres akademik mahasiswa. *Jurnal Bikotetik*. Vol. 01 (2) 37 – 72
- Solomon, L. J., Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination. *Journal of Psychology*.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, Vol. 133(1), 65-94.
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
-