

**STUDI KASUS PROKRASINASI AKADEMIK  
PADA SISWA KELAS V SD**

Nadia Imti Khaningrum<sup>1</sup>, Berliana Henu Cahyani<sup>2</sup>,  
Banun Havifah Cahyo Khosiyono<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Dasar, Direktorat Pascasarjana,  
Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa

<sup>1</sup>nkhaningrum@gmail.com,<sup>2</sup>berliana.henucahyani@ustjogja.ac.id,

<sup>3</sup>banun@ustjogja.ac.id

**ABSTRACT**

*The habit of students not completing and making the best use of time can affect the student learning process to be not optimal, the behavior of delaying assignments and work in the academic field is called academic procrastination. The purpose of writing this article is to conduct a case study regarding the procrastination behavior of high school elementary school students, because at that age students are considered capable of self learning. The subject in this study was a student who led to academic procrastination behavior, then several informants consisting of from teachers, families and other students. The results showed that procrastination behavior traits appeared in the research subjects indicated by a percentage value of 80% and included in the high category. As for this study, it was found that internal factors that influence academic procrastination come from individual psychological conditions and individual self-regulation in learning, and external factors that influence these variables are parental support, number of assignments, environment, economic conditions, playing mobile phones, and othe activities.*

*Keywords: Academic Procrastination; delay of task; elementary school*

**ABSTRAK**

Kebiasaan siswa tidak menuntaskan dan memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya dapat mempengaruhi proses belajar siswa menjadi tidak optimal, perilaku menunda tugas dan pekerjaan di bidang akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Tujuan penulisan artikel ini adalah melakukan studi kasus mengenai perilaku proktastinasi siswa sekolah dasar kelas tinggi, karena pada usia tersebut siswa sudah dianggap mampu untuk belajar mandiri. Subjek penelitian ini adalah siswa yang mengarah ke perilaku prokrastinasi akademik, kemudian informan yang terdiri dari guru, pihak keluarga dan siswa lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa ciri-ciri perilaku prokrastinasi terlihat pada subjek penelitian ditunjukkan dengan nilai presentase sebesar 80% dan masuk dalam kategori tinggi.

Adapun dalam penelitian ini ditemukan bahwa faktor internal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik berasal dari kondisi psikologis individu dan pengaturan diri individu dalam belajar, dan faktor eksternal yang memengaruhi adalah variabel tersebut adalah dukungan orang tua, banyaknya tugas, lingkungan, kondisi ekonomi, bermain handphone, dan aktivitas lain.

Keywords: Prokrastinasi Akademi, penundaan tugas, memilih aktivitas lain, SD

### **A. Pendahuluan**

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa, namun tidak semua siswa memiliki pengelolaan waktu belajar yang baik. Pengelolaan waktu belajar yang kurang baik menyebabkan siswa melakukan penundaan dalam tugas-tugas akademiknya. Masalah pengelolaan pembelajaran yang sering dihadapi siswa sekolah adalah penundaan dalam menyelesaikan tugas, maka inilah makna dari prokrastinasi itu sendiri yakni berupa pengelolaan belajar yang kurang baik dan tidak efisien (Chalimi, 2017).

Kebiasaan siswa tidak menuntaskan dan memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya dapat mempengaruhi hasil belajar tidak baik dan tidak optimal, hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian (Ulfatun, 2014), terdapat pengaruh yang signifikan dan negatif prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar siswa. Prokrastinasi akademik

merupakan suatu kecenderungan menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang berguna, sehingga tugas-tugas menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam mengikuti pembelajaran di kelas.

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda tugas akademik yang dilakukan dengan sengaja melalui kegiatan lain yang menyenangkan dan tidak berarti, sia-sia, tidak sensitif waktu yang menimbulkan akibat negatif atau kerugian bagi pelanggarnya (Supriyanto, 2022). Procrastination, yang berarti menunda dalam bahasa Inggris, berasal dari kata Latin "*pro*" dan "*crastinus*". "*Pro*" berarti depan, sedangkan "*crastinus*" berarti keputusan besok (Islam et al., 2017) .

Permasalahan di bidang akademik menjadi salah satu masalah yang sering dialami oleh

siswa terutama kelas tinggi yaitu siswa kelas V dan VI. Siswa sebagai bagian dari institusi pendidikan tidak akan lepas dari tugas yang bersifat akademik dan non akademik. Tentunya dalam melaksanakan tugas tersebut siswa dituntut untuk mampu menunjukkan hasil yang maksimal, akan tetapi dalam pelaksanaannya sering kali muncul perasaan malas dan dorongan untuk menunda atau menghindari tugas, terutama tugas-tugas akademik yang diberikan guru. Akibatnya, siswa baru mengerjakan tugas ketika mendekati waktu deadline dan tugas yang dihasilkan menjadi kurang optimal.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 16-17 Maret 2022 didapatkan informasi bahwa siswa berpikiran bahwa dengan keadaan yang terdesak oleh waktu pengumpulan tugas, mereka akan cepat menyelesaikan tugas namun hal tersebut tidak efektif, dan kenyataannya masih banyak tugas yang dikerjakan. Menurutnya menunda mungkin tampak lebih menyenangkan dari pada meningkatkan kemampuan dalam mengerjakan tugas. Hal tersebut didukung dengan pendapat dari orang tua siswa yang menjelaskan

bahwa putranya belum memiliki kesadaran untuk mengerjakan tugas apabila tidak diminta dan di didampingi oleh orang tuanya.

Menurut hasil wawancara dengan guru kelas V, diperoleh informasi bahwa siswa tersebut memiliki kecenderungan untuk menghindari tugas yang dianggap kurang menyenangkan dan menggantinya dengan aktivitas yang lebih menyenangkan. Contohnya saat pembelajaran matematika, siswa cenderung menghindari tugas dengan menunda mengerjakan bahkan tidak berangkat sekolah. Saat pelajaran PJOK ketika praktik, siswa kurang memperhatikan dan mengajak temannya untuk bermain. Begitu juga saat pelajaran agama, ketika materi yang diajarkan dirasa sulit atau membutuhkan perhatian lebih terhadap materi tersebut, siswa cenderung bermain sendiri.

Penyebab timbulnya perilaku prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh faktor internal maupun faktor eksternal (Munawaroh et al., 2017)). Faktor internal adalah faktor penyebab yang muncul dari dalam diri siswa itu sendiri, seperti perasaan takut gagal, perfeksionisme, materi pelajaran

yang tidak dipahami, atau kemampuan manajemen waktu yang buruk. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor penyebab terjadinya perilaku prokrastinasi akademik yang berasal dari luar diri siswa, seperti ajakan teman sebaya, atau orang tua yang tidak mau membantu dalam mengerjakan tugas (Esmaeili & Monadi, 2016). Selain itu, prokrastinasi akademik juga dapat terjadi karena tidak adanya rasa tanggung jawab atas apa yang telah menjadi tugasnya atau tanggung jawabnya sebagai siswa (Mulyadi et al., 2017).

Kebiasaan siswa tidak menuntaskan dan memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya dapat mempengaruhi hasil belajar tidak baik dan tidak optimal. Keragu-raguan akademis seharusnya tidak dibiarkan begitu saja karena menghambat siswa mencapai prestasi dan hasil belajar yang baik (Laia et al., 2022). Perilaku prokrastinasi tersebut sejatinya melibatkan kesadaran penunda bahwa ia harus dan bahkan ingin melakukan tugas, tetapi tidak memotivasi dirinya sendiri untuk melakukan tugas dalam waktu yang diharapkan atau diperlukan (Hidayati & Aulia, 2019). Melihat dari beberapa

makna esensial serta akibat yang dirasakan baik secara nyata berdampak pada prestasi belajar siswa maupun secara tidak kasat mata yang berdampak bagi pengelolaan diri yang tidak efisien membuka kita untuk menelusuri lebih dalam lagi apa yang sebenarnya terjadi dan apa yang membuat prokrastinasi ini merajalela di kalangan para pelajar baik siswa sekolah dasar, menengah pertama, menengah atas maupun perguruan tinggi sekalipun.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarirah dijelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berhubungan secara signifikan dengan prokrastinasi (Sarirah, 2017). Steel dan Klingsieck mengungkapkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik dapat berdampak buruk untuk prestasi akademis siswa, serta berdampak buruk bagi kesejahteraan atau ketenangan diri mereka (Steel & Klingsieck, 2016). Dalam penelitian yang dilakukan Ilyas dan Suryadi mengungkapkan bahwa akibat yang ditimbulkan dari perilaku prokrastinasi akademik adalah stress. Perilaku penundaan dapat menimbulkan stress karena rendahnya kontrol diri, persepsi diri dan efikasi diri dalam diri

siswa (Islam et al., 2017). Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk mengetahui gambaran keadaan prokrastinasi siswa sekolah dasar kelas tinggi, karena pada usia tersebut siswa sudah dianggap mampu untuk melakukan pengaturan diri.

## **B. Metode Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Sugiyono mengatakan bahwa “metode kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistic karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang masih alamiah” (Sugiyono, 2014). Pendekatan studi kasus merupakan salah satu pendekatan dalam penelitian kualitatif, dimana peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap program, kejadian, proses, aktivitas, terhadap satu orang atau lebih. Rahardjo dan Gudnanto menjelaskan, bahwa studi kasus merupakan suatu pendekatan untuk memahami individu yang dilakukan secara integratif dan komprehensif agar diperoleh pemahaman yang mendalam tentang individu tersebut beserta masalah yang dihadapinya dengan tujuan

masalahnya dapat terselesaikan dan memperoleh perkembangan diri yang baik (Rahardjo et al., 2015). Fokus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa Sekolah Dasar kelas V. Sedangkan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Studi kasus digunakan karena melihat dari masalah yang muncul secara alami dan nyata di lingkungan masyarakat dimana masalah tersebut sangat perlu untuk diamati, ditelaah, dikaji dan diperoleh benang merahnya melalui sebuah studi kasus. Peneliti juga ingin memahami tindakan subjek dari sisi subjek penelitian, bukan dari sisi peneliti.

Sedangkan model metode dalam pengkajian ini adalah deskriptif. Berdasarkan pandangan Riyanto (Kartini et al., 2020) pengkajian deskriptif ini merupakan pengkajian yang diarahkan untuk menyampaikan fenomena, fakta-fakta atau insiden-insiden secara sistematis dan juga akurat, mengenai sifat-sifat populasi atau daerah khusus tertentu. . Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswa yang mengarah ke perilaku prokrastinasi akademik, kemudian 3

orang guru yang terdiri dari guru kelas V, guru Pendidikan Agama dan guru PJOK, 1 wali murid, 1 orang saudara yaitu adiknya, dan 1 teman sebaya yang bersangkutan. Penelitian ini dilaksanakan di pada SD Negeri 3 Kalipetir Kabupaten Kulon Progo, pada tanggal 27 Maret - 3 April 2023. Untuk Metode pengumpulan datanya dengan menggunakan teknik konsultasi wawancara, dan observasi. Teknis pelaksanaan wawancara yang dilakukan secara sistematis, yaitu wawancara dilakukan dengan menyusun instrumen pedoman wawancara terlebih dahulu.

Pedoman wawancara berupa garis besar permasalahan yang akan ditanyakan kepada siswa kelas 5 serta kepada informan sehingga diharapkan peneliti memperoleh data mengenai faktor internal dan eksternal prokrastinasi akademik siswa. bentuk observasi yang digunakan yaitu observasi non partisipan yaitu menjadikan peneliti sebagai penonton terhadap gejala atau kejadian yang menjadi topik penelitian.

Observasi digunakan untuk mengobservasi ciri-ciri prokrastinasi akademik yang ada pada siswa. Untuk Wawancara dilakukan untuk

mencapai tujuan dan memperoleh pengetahuan tentang makna-makna yang dipahami individu berkenaan dengan topik yang diteliti. Menurut Esterberg dalam (Sugiyono, 2014), wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab

Sedangkan keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah mengacu pada konsep Miles & Huberman (B. Miles et al., 2018) yaitu interactive model yang mengklasifikasikan analisis data dalam tiga langkah yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Pada pelaksanaan observasi indikator ciri prokrastinasi akademik peserta didik menggunakan Penilai Acuan Patokan (Aqib, 2013), apabila nilai observasi 80% maka masuk dalam kategori tinggi dan memang terbukti melakukan prokrastinasi akademik.

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Hasil analisis data berdasarkan *in-depth interview* menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik oleh

beberapa faktor yaitu faktor internal yang meliputi keadaan fisik dan keadaan psikologis serta faktor eksternal. Faktor internal menekan pada faktor yang berasal dari dalam diri individu yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi. Faktor internal ini meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Sedangkan jika dilihat dari segi faktor eksternal sebenarnya orang tua siswa dan guru sudah memberikan fasilitas dan dukungan begitu juga dengan guru sudah memberikan materi dengan model dan metode pembelajaran dengan baik, Berikut hasil wawancara yang sudah dilakukan kepada siswa dan beberapa informan guru serta orang tua wali.

**Tabel 1. Hasil Wawancara mengenai Faktor Prokrastinasi Akadmik**

| Faktor   | Sub Faktor        | Pertanyaan   |
|----------|-------------------|--|
| Internal | Faktor Psikologis | “Masih malas dan belum ingin mengerjakan jadi belum dikerjakan dulu nunggu mood. Biasanya saya main dulu bu terus lupa mengerjakan (Siswa) “ |
|          | Faktor Psikis     | “Kadang jika malam saya tidak bisa tidur, saya bermain hingga larut sehingga pagi saat sekolah mengantuk (                                   |

|           |                           |   |
|-----------|---------------------------|---|
|           |                           | Siswa)”   |
|           | Dukungan Sosial Orang Tua | “Sudah saya ingatkan untuk mengerjakan PR tapi karena anaknya sudah lelah habis main dia langsung tidur ( Orang tua wali)”  |
| Eksternal | Penjelasan Guru           | Saya sudah menanyakan kepada siswa apakah ada materi yang sulit (Guru PAI) Saya sudah menegur dengan baik dan berusaha mencari permasalahan dari siswa itu sendiri (Guru PJOK) Mengenai masalah tersebut sudah saya coba tanyakan ke orang tua wali ( Guru Kelas) |

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, peneliti mengelompokkan faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu sedangkan faktor eksternal berasal dari segala hal di luar diri individu. Adapun dalam penelitian ini ditemukan bahwa faktor internal yang mempengaruhi prokrastinasi

akademik berasal dari kondisi psikologis individu. Dalam hal ini, siswa cenderung menunda untuk mengerjakan tugas yang diberikan karena rasa malas mereka yang timbul karena suasana hati yang kurang baik. Rasa malas pada individu mampu mendorong individu untuk menunda tugasnya dan menumpuk tugasnya (Irawan & Widyastuti, 2021). Sedangkan menurut (Suhadianto & Pratitis, 2020) mengungkapkan bahwa faktor internal pada prokrastinasi meliputi kondisi fisik dan psikologis individu seperti kesehatan, regulasi emosi, efikasi diri dan keyakinan diri.

Subjek dalam penelitian ini masih kurang mampu mengatur emosi dalam dirinya sehingga suasana hati yang cenderung kurang baik mengakibatkan rasa malas yang pada akhirnya menyebabkan prokrastinasi. Sejalan juga dengan penelitian Suhadianto & Pratitis (Suhadianto & Pratitis, 2020) mengungkapkan bahwa 25% siswa menggunakan strategi dengan melawan malas dan 25% siswa menggunakan strategi penanganan prokrastinasi dengan mengatur mood. Selanjutnya, dalam penelitian ini menemukan beberapa variabel

yang dikelompokkan dalam faktor eksternal atau berasal dari luar individu dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik. Adapun variabel tersebut adalah dukungan orang tua, guru, banyaknya tugas, lingkungan, kondisi ekonomi, dan aktivitas lain.

Tugas yang banyak tersebut membuat siswa kebingungan dan pada akhirnya lupa untuk dikerjakan. Banyaknya tugas juga menimbulkan stres dan kemudian lebih cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Tugas yang banyak tersebut membuat siswa kebingungan dan pada akhirnya lupa untuk dikerjakan. Banyaknya tugas juga menimbulkan stres dan kemudian lebih cenderung melakukan prokrastinasi akademik.

(Ylänne et al., 2015) mengungkapkan bahwa faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik terdiri dari faktor persepsi terhadap karakteristik tugas, yang meliputi tingkat kesulitan tugas, beban tugas, tugas yang tidak menarik dan tidak menyenangkan. Hasil observasi juga menunjukkan siswa memiliki ciri-ciri prokrastinasi akademik dengan hasil observasi dapat dilihat sebagai berikut :



**Tabel 2. Hasil Observasi siswa mengenai Ciri Prokrastinasi Akademik**

| Aspek Prokrastinasi Akademik  | Presentase |
|---|------------|
| Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan pada tugas yang dihadapi | 80%        |
| Keterlambatan dalam mengerjakan tugas   | 80%        |
| Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual                             | 67%        |
| Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan                                | 93%        |

Berdasarkan hasil observasi pada tabel di atas diketahui siswa memiliki ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik, dimana selama guru melakukan observasi baik di kelas bersama guru kelas, atau saat pelajaran dengan guru lain siswa sering tidak memperhatikan guru dan lebih memilih melakukan aktivitas lain. Saat diberikan tugas maupun PR siswa memilih untuk menunda tugas tersebut dan paling akhir dalam mengumpulkan tugas itupun harus didampingi oleh guru mata pelajaran. Jika melihat dari kesenjangan waktu dalam pengumpulan tugas, sebenarnya siswa sudah memiliki rencana dan tahu akan waktu pengumpulan tugas namun karena kurangnya pengaturan diri dari dalam diri siswa, siswa memilih untuk menunda dalam pengerjaan tugas.

Jika dilihat dari rata-rata hasil observasi siswa sebesar 80% menunjukkan bahwa siswa masuk dalam kategori tinggi dalam hal melakukan prokrastinasi akademik, hal ini sesuai dengan hasil wawancara sebelumnya berdasarkan hasil faktor internal maupun eksternal dimana siswa sendiri mengakui memilih menunda tugas karena faktor kelelahan, malas, meskipun sudah ada dukungan yang positif oleh, guru, dan pihak keluarga.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi akademik pada siswa yang secara umum dapat dikategorikan ke dalam faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyebab prokrastinasi akademik selama pembelajaran seperti kondisi psikologi. Kemudian faktor eksternal yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik selama pembelajaran adalah banyaknya tugas, lingkungan, kondisi ekonomi, manajemen waktu dan faktor dukungan orang tua serta guru. Dimana dari hasil wawancara menunjukkan faktor tersebut sangat

berpengaruh terhadap penyebab siswa melakukan prokrastinasi.

Selanjutnya dari hasil observasi juga menunjukkan hasil bahwa ciri-ciri perilaku prokrastinasi muncul dalam diri subjek peneliti ditunjukkan dengan nilai presentase sebesar 80% dan masuk dalam kategori tinggi. Dalam hal ini pihak sekolah dan guru diharapkan dapat memberikan dan membimbing siswa yang melakukan prokrastinasi akademik serta memberikan nasihat kepada siswa agar mengetahui akibat dari melakukan prokrastinasi akademik. Kemudian untuk sekolah juga diharapkan sebaiknya membuat peraturan atau sistem yang berpotensi menghilangkan atau mengurangi tindakan prokrastinasi siswa karena guru sebagai pelaksana sistem yang melaksanakan tugasnya berdasarkan sistem yang telah dibuat oleh sekolah. Sehingga para guru tidak hanya memberikan tugas namun juga memberikan materi. Bagi siswa diharapkan dapat mengatur waktu dengan baik jadi dapat membagi antara kegiatan sekolah dan kegiatan lain di luar sekolah. Kemudian siswa juga diharapkan dapat mengontrol diri sehingga tahu kapan mengetahui kapan harus

berhenti memainkan handphone sehingga dapat menyelesaikan tugas tepat waktu. Bagi orang tua dan keluarga siswa, di harapkan dapat memberikan perhatian lebih lagi bagi siswa dengan membimbing dalam hal pengerjaan tugas. Bagi peneliti selanjutnya lebih mengembangkan penelitian untuk mengetahui faktor dan ciri utama dari prokrastinasi akademik.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aqib, Z. (2013). *Model-model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Yrama Widya.
- B. Miles, M., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2018). *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Chalimi, M. K. (2017). Implementasi Teknik Behavior Contract untuk Memotivasi Siswa dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (PR) di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) Pilangkenceng Madiun. *Jurnal Intelektual: Jurnal Pendidikan Dan Studi Keislaman*, 7(1), 82–89. <https://doi.org/10.33367/intelektual.v7i1.362>
- Esmaeili, N., & Monadi, M. (2016). Identifying the Causes of Academic Procrastination from the Perspective of Male Middle School Male Students. *International Journal of Humanities and Social Sciences*, 2464-2487.

- Hidayati, N., & Aulia, L. A.-A. (2019). Flow Akademik dan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 6(2), 128–144.
- Irawan, A. N., & Widyastuti, W. (2021). The Relationship Between Emotion Regulation and Academic Procrastination in Students of Vocation High School. *Academia Open*, 6. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2538>
- Islam, J. P., Ilyas, M., & Suryadi, D. (2017). Jurnal An-nida' PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA DI SMA ISLAM TERPADU (IT) BOARDING SCHOOL ABU BAKAR YOGYAKARTA. *Sma Islam Terpadu (It) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta Edisi Juni*, 41(1), 71.
- Kartini, I. I., Rohaeti, E. E., & Fatimah, S. (2020). GAMBARAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK SAAT PANDEMI COVID 19 (Studi Kasus pada Peserta Didik Kelas VII SMP N 1 Arjasari yang sedang Belajar dari Rumah karena Pandemi Covid 19). *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(4), 140. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i4.5334>
- Laia, B., Zagoto, S. F. L., Fau, Y. T. V., Duha, A., & Telaumbanua, K. (2022). *Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Negeri Di Kabupaten Nias Selatan*. 1(1), 162–168.
- Muliyadi, M., Yasdar, M., & Sulaiman, F. (2017). PENERAPAN TEKNIK MANAJEMEN DIRI DAPAT MENGURANGI KEBIASAAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA STKIP MUHAMMADIYAH ENREKANG. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 92–103. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v1i2.43>
- Munawaroh, M., Alhadi, S., & Saputra, W. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 26–31. <https://doi.org/10.17977/um001v2i12017p026>
- Rahardjo, Susilo, & Gudnanto. (2015). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Nora Media Enterprise.
- Sarirah, T. (2017). Apakah Prokrastinator Sejahtera Psikologisnya? Studi Pada Dosen Di Universitas X Malang. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 134. <https://doi.org/10.20473/jpkm.V1i22016.134-140>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (2014th ed.). Alfabeta.
- Suhadianto, S., & Pratitis, 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. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i2.106672>
- Supriyanto, Y. (2022). PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA (Sebuah Studi Kasus pada Siswa di MTs Al-Bukhori

- Brebes) . *PUSTAKA: Jurnal Bahasa Dan Pendidikan*, 2(4), 179–189.
- Ulfatun, Z. (2014). *Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas VIIIdi MTs Bustanul Faizin Besuki Situbondo Tahun Pelajaran 2021/2022*. UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
- Yläanne, S. L., Saariaho, E., Inkinen, M., & Muhonen, A. H. (2015). Academic procrastinators, strategic delayers and something betwixt and between: An interview study. *Frontline Learning Research*, 3(2), 47–62.