

Self-Directed Learning dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir

Fransiska Dwi Apriyani, dan Hermien Laksmiwati
Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya

Abstract: *This study aims to determine the relation between self-directed learning and academic procrastination in completing their thesis assignments among university students. The population were psychology students of Universitas Negeri Surabaya with sample of 41 students who were recruited randomly from the cohort of 2008, 2009, and 2010 years. Data collected using Likert model self-directed learning and academic procrastination scales. Self-directed learning scale consists of 53 items, with reliability of scale $r=0,953$. In addition, the academic procrastination thesis assignment scale consists of 53 item, with reliability of scale is $r=0,960$. Data were analyzed using product moment correlation technique. The result shows that the coefficient correlation was $-0,618$ in the significance value of $0,000$ ($p < 0,05$). The result means that there is a significant negative correlation between self-directed learning and academic procrastination in completing thesis assignment. The result indicates that the higher the self-directed learning participants have, the lower their academic procrastination would be and vice versa.*

Keywords: *academic procrastination, self-directed learning, thesis assignment*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi pada mahasiswa. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya, dan sampel 41 siswa diambil dari angkatan 2008, 2009, dan 2010. Peneliti menggunakan dua skala Likert, yaitu skala *self-directed in learning* dan skala prokrastinasi akademik tugas skripsi. Skala *self-directed in learning* terdiri dari 53 aitem, dengan nilai reliabilitas sebesar $r=0.953$. Skala prokrastinasi akademik tugas skripsi terdiri dari 53 aitem, dengan nilai reliabilitas sebesar $r=0.960$. Analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0618 dengan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi, terutama pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-directed in learning*, semakin rendah prokrastinasi akademik tugas skripsi, dan sebaliknya semakin rendah *self-directed in learning*, semakin tinggi prokrastinasi akademik tugas skripsi.

Kata kunci: prokrastinasi akademik, *self directed learning*, tugas skripsi

Lingkungan akademik yang dipenuhi tenggat waktu, tugas rutin, dan sasaran pencapaian, membuag perilaku menunda termasuk sering terjadi. Penundaan pengerjaan dan penye-lesaan tugas-tugas

perkuliahan hingga menit-menit terakhir membuat kualiti kualitas hasil pengerjaan yang kurang baik dan menimbulkan penyesalan dan kekesalan bagi pelakunya (Prawitasari, 2012).

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Fransiska Dwi Apriyani melalui email: azha.pho2@gmail.com

Menurut Godfrey (1991, dalam Rumiani, 2006) program studi yang semestinya dapat diselesaikan dalam waktu 4 tahun, terpaksa diperpanjang menjadi 7-10 tahun akibat penangguhan atau penundaan yang sering dilakukan oleh mahasiswa, terutama penundaan terhadap tugas akhir seperti skripsi atau thesis.

Berdasarkan pengamatan terhadap 1502 wisudawan di sebuah perguruan tinggi swasta di Jawa Timur pada periode wisuda antara 2000–2003, akibat dari seringnya melakukan penundaan terhadap tugas akhir tercatat hanya sebanyak 13% mahasiswa yang mampu menyelesaikan tugas skripsinya tepat waktu selama dua semester, sedang sebesar 83% wisudawan tergolong tidak mampu menyelesaikan tugas skripsinya sesuai standart normal (dua semester), dan hanya 4% mahasiswa yang mampu menyelesaikan skripsinya dalam waktu satu semester (dalam Prawitasari, 2012). Sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa penundaan merupakan masalah yang makin penting untuk diselesaikan.

Pada ilmu Psikologi penundaan biasa disebut prokrastinasi dan pelakunya disebut prokrastinator. Prokrastinasi diambil dari bahasa latin *procrastinare* yang bermakna “menunggu hingga hari esok”, dimana kata ini tidak mengandung makna negatif hingga pertengahan abad ke-18 dimana dimulainya revolusi industri yang penuh akan tuntutan, komitmen, dan *deadline* (Eerde, 2003). Solomon dan Rothblum (1984) mendefinisikan prokrastinasi sebagai perilaku penundaan memulai atau menyelesaikan pekerjaan yang disebabkan keyakinan irasional seperti ketakutan akan kegagalan, memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan sesuatu yang tidak menyenangkan bagi dirinya.

Menurut Prawitasari (2012) akibat keterlambatan penyelesaian kuliah, terjadi penambahan biaya hingga triliunan rupiah per semesternya. Angka tersebut

merupakan akumulasi dari biaya pendidikan dan biaya hidup mahasiswa dari beberapa perguruan tinggi nasional. Sedang berdasarkan aspek psikologis, mahasiswa yang terlambat lulus sering mengalami gangguan karier, konflik peran, kecemasan, kepercayaan diri serta permasalahan sosial. Pada akhirnya keterlambatan yang terjadi pada mahasiswa akan berdampak pada lembaga pendidikan yang menaunginya, seperti terjadinya penurunan kredibilitas lembaga pendidikan akibat ketidak seimbangan antara jumlah mahasiswa masuk dan jumlah mahasiswa yang dapat diluluskan setiap tahunnya serta terjadinya penumpukan tuntutan kerja dan beban psikologis dosen.

Guna mendapatkan fenomena yang lebih konkret, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menyebarkan angket pada 132 mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2007 hingga 2010 yang sedang memprogram mata kuliah skripsi. Tercatat mahasiswa yang pernah melakukan penundaan terhadap tugas skripsinya sebesar 88,68%. Sebanyak 58,97% dikarenakan merasa *deadline* yang mereka miliki masih panjang sehingga mereka lebih memilih mengerjakan tugas lain atau melakukan aktivitas lain, 22,22% karena merasa kesulitan membagi waktu, dan sisanya beralasan karena merasa tugas skripsi sulit (5,98%), data yang didapatkan kurang (3,42%), karena sibuk bekerja (7,69%), atau bahkan karena merasa cemas ketika ingin berkonsultasi dengan dosen (1,71%). Fenomena ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang masih kurang dapat membuat dan menjalankan perencanaan belajarnya secara mandiri dan lebih bertanggung jawab pada tugas-tugas yang dihadapinya.

Kemampuan pembelajar untuk dapat mandiri dan bertanggung jawab pada area akademiknya dalam ilmu psikologi biasa disebut sebagai *self-directed in learning*, dimana pembelajar dituntut untuk mampu

melakukan kegiatan belajarnya secara sendirian maupun dengan bantuan orang lain, yang didasarkan pada motivasi internalnya (Nurhayati, 2011). Hal ini sesuai dengan definisi yang diungkapkan oleh Knowles (1970, dalam Nurhayati, 2011) mengenai *self-directed learning* sebagai suatu proses dimana individu mampu mengambil inisiatif dengan atau tanpa bantuan orang lain, dalam mendiagnosis kebutuhan belajar, merumuskan tujuan belajar, mengidentifikasi sumber-sumber belajar (baik berupa orang atau bahan), memilih dan mengimplementasikan strategi belajar, serta mengevaluasi hasil belajarnya.

Mahasiswa yang memiliki *self-directed in learning* harusnya dapat memunculkan perilaku yang lebih bertanggung jawab dalam mencapai tujuan serta pelaksanaan aktifitas akademiknya tanpa bergantung kepada orang lain (teman, dosen, orang tua) atau faktor eksternal selainnya (*deadline*, sistem). Namun pada realitasnya sikap ini belum sepenuhnya terbentuk, kebanyakan mahasiswa masih cenderung mengalir dan mengikuti arus yang ada.

Nurhayati (2011) mengungkapkan bahwa pada dasarnya *self-directed in learning* merupakan salah satu kebutuhan individu, terutama bagi mahasiswa yang sedang memasuki masa dewasa yang menginginkan dan berusaha mencapai kemandirian. Sebagai mahasiswa tingkat akhir yang memiliki kewajiban menyelesaikan tugas skripsi, harusnya memahami konsekuensi yang dipikulnya, dimana tanpa menyelesaikan tugas skripsi, selama apa pun mereka kuliah, tetap tidak akan mendapatkan gelar kesarjanaan (S1) meskipun mereka telah menyelesaikan seluruh mata kuliah yang ditawarkan dengan IPK tinggi. Seorang mahasiswa dengan *self-directed in learning* yang baik, akan menyadari dengan beban 6 sks untuk mata kuliah skripsi setidaknya dia harus mampu memberikan waktu belajarnya

selama 300 menit atau 5 jam per-minggu, khusus untuk keperluan skripsi, baik nantinya akan digunakan untuk melakukan bimbingan, untuk menggali fenomena, untuk melakukan pendalaman pada teori atau hal-hal lain yang berhubungan dengan terselesainya tugas skripsi tersebut tepat pada waktunya. Selain dari kuantitas (jumlah waktu), mahasiswa juga harus memahami konsekuensi tugas skripsi dari kualitasnya. Mahasiswa harus mampu menyusun suatu tugas akhir yang dapat menggambarkan dan mengaplikasikan kompetensi yang telah didapatkannya dalam proses perkuliahan selama hampir 4 tahun. Tugas skripsi yang dilakukannya harus dirancang dengan baik sehingga mendapatkan hasil yang maksimal sebagai suatu karya ilmiah yang dapat dipertanggung jawabkan.

Namun fenomena yang ditemukan di lapangan cukup berbeda, para mahasiswa kurang menyediakan waktu khusus untuk mengerjakan skripsinya, jika mereka ingin atau ingat maka mereka akan mengerjakannya, jika tidak mereka akan sibuk dengan tugas perkuliahan lain atau bermain/berkumpul dengan temannya. Beberapa dari mereka juga mengungkapkan jika lingkungan (teman atau dosen) memberi mereka pengkondisian untuk mengerjakan skripsinya, mereka akan mengerjakan, jika tidak mereka akan kembali memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Hal tersebut menunjukkan bahwa para mahasiswa masih bergantung pada lingkungan dan kurang mampu memunculkan inisiatif untuk membuat suatu perencanaan yang jelas tentang tahapan pengerjaan skripsi mereka masing-masing. Kecemasan akan anggapan bahwa tugas skripsi yang sulit, ketidakpercayaan diri untuk dapat menyelesaikan tugas skripsinya, serta tidak adanya kontrol ketat membuat mereka cenderung santai dan memilih melakukan aktivitas lainnya. Kurangnya *self-directed in learning* yang

dimiliki oleh mahasiswa berdampak pada terjadinya prokrastinasi tugas skripsi, yang pada akhirnya dapat berakibat buruk pada hasil kerja (skripsi) dan kualitas diri mahasiswa itu sendiri.

Berdasarkan uraian dan fenomena diatas maka muncul pertanyaan apakah terdapat hubungan antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik dalam pengerjaan tugas skripsi pada mahasiswa? Oleh karena itu, perlu diadakan suatu penelitian agar dapat terjawab hal-hal yang mendukung fakta-fakta yang ditemukan pada mahasiswa Program Studi Psikologi di Universitas Negeri Surabaya.

Metode

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dan menggunakan analisis korelasi yaitu untuk menguji hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Variabel yang dianggap sebagai penyebab dalam penelitian ini adalah variabel *self-directed in learning (SDL)*, sedangkan variabel yang diberlakukan sebagai akibat adalah variabel prokrastinasi akademik tugas skripsi.

Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang masih tercatat sebagai mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya yang telah atau sedang memprogram mata kuliah skripsi, setidaknya sudah berjalan selama 6 bulan atau 1 semester. Berdasarkan data yang didapatkan dari SIAKAD Universitas Negeri Surabaya tercatat mahasiswa yang sesuai karakteristik dari penelitian ini sebanyak 78 orang dari angkatan 2008 hingga 2010.

Populasi dalam penelitian ini akan dikelompokkan menjadi beberapa stratum dan selanjutnya akan diambil 55% sebagai sampel yang *representative*/mewakili tiap-tiap stratumnya. Selain pengambilan

sampel penggunaan stratum juga akan digunakan dalam penentuan jumlah subjek yang akan dikenai *try out*.

Skala merupakan instrument yang akan digunakan dalam penelitian ini, yang terdiri dari skala prokrastinasi akademik tugas skripsi dan skala *self-directed in learning*.

Skala Psikologis tentang prokrastinasi akademik tugas skripsi dan skala *self-directed in learning* dalam penelitian ini berbentuk skala Likert, yaitu dengan jalan subjek memberikan rating pada tiap pernyataan, kemudian skor diperoleh dari penjumlahan terhadap rating tersebut. Alasan penggunaan skala likert karena jenis skala ini digunakan untuk mengukur variabel penelitian (fenomena sosial spesifik), seperti sikap, pendapat, dan persepsi individu (Hasan, 2002). Variabel yang akan diukur dengan skala Likert ini akan dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun *item-item* instrument yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap *item* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif (Hasan, 2002).

Skala yang akan dibedakan menjadi dua kelompok *item* (pernyataan), yaitu *item favourable* dan *item unfavourable*. Pengujian validitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan validitas konstruk, dimana teknik pengujian ini akan menunjukkan sejauh mana *item-item* tes mengukur *trait* atau konstruk teoritik yang hendak diukur. Uji validitas dilakukan untuk melihat konsistensi antara komponen konstruk yang satu dengan yang lainnya, jika semua komponen tersebut konsisten maka dapat dikatakan valid (Azwar, 1996). Uji validitas pada penelitian ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor tiap-tiap *item* dengan skor total, dengan menggunakan bantuan program SPSS *for windows* versi 16.0.

Koefisien validitas bersifat relatif, tidak ada batasan angka minimal yang harus terpenuhi agar suatu skala dikatakan valid atau tidak. Namun berdasarkan kesepakatan umum, koefisien validitas dianggap memuaskan bila r_{hitung} lebih dari r_{xy} (standart) yaitu 0,30 (Azwar, 1996), bila didapati koefisien validitas kurang dari 0,30 dianggap tidak memuaskan.

Pengujian reliabilitas dilakukan setelah melakukan uji validitas *item* dan menentukan *item-item* yang valid atau tidak. Uji reliabilitas ini dilakukan pada *item-item* yang dinyatakan valid. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang menyajikan satu skala hanya satu kali sehingga dapat menghindari problem-problem yang timbul dalam pendekatan reliabilitas lainnya (Suryabrata, 2000). Uji reliabilitas ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS *for windows* versi 16.0.

Dalam penelitian ini, akan dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui korelasi antar variabel penelitian. Keeratan hubungan ini akan dinyatakan dengan besaran nilai korelasi (r) yang nilainya berada dalam rentang -1 sampai dengan 1 (Hasan, 2002). Uji korelasi akan dianalisis dengan menggunakan teknik statistik parametrik *product moment correlation*, mengingat data dari kedua variabel bersifat interval/rasio. Analisis korelasi ini dikembangkan oleh Karl Pearson dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X) (\sum Y)}{\left\{ \sqrt{n \sum X^2 - (\sum X)^2} \right\} \left\{ \sqrt{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2} \right\}}$$

dimana:

r = koefisien korelasi *Pearson*

X = variabel *self-directed in learning*

Y = variabel prokrastinasi akademik tugas skripsi

n = banyaknya sampel

Sebagai syarat penggunaan statistik parametrik, maka sebelum melakukan uji

hipotesis, nantinya akan dilakukan uji asumsi terlebih dahulu yaitu uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi normal, nantinya dalam melakukan uji hipotesis (mencari koefisiensi korelasi) dalam penelitian ini, akan menggunakan program SPSS *for windows* versi 16.0 untuk mempermudah proses perhitungan data.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi dengan koefisien korelasi sebesar -0,618 pada *level of significance* 0,05. Dengan demikian, hasil hipotesis telah terbukti dari hipotesis yang diajukan sebelumnya yakni terdapat hubungan antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi. Nilai negatif pada koefisien korelasi tersebut menunjukkan arah hubungan negatif pada kedua variabel, sehingga semakin tinggi *self-directed in learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik tugas skripsi, dan berlaku sebaliknya semakin rendah *self-directed in learning* maka akan semakin tinggi pula prokrastinasi akademik tugas skripsi.

Menurut Sugiyono (2011), nilai koefisien korelasi sebesar -0,618 menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Sebagian besar mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Suabaya memiliki *self-directed in learning* yang dikategorikan sedang yaitu sebanyak 29, sedang mahasiswa dengan *self-directed in learning* tinggi sebanyak 6 dan mahasiswa dengan *self-directed in learning* sebanyak 6 pula. Pada pengkategorian prokrastinasi akademik

tugas skripsi didapatkan data bahwa mayoritas mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Surabaya juga berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 28 mahasiswa, sedang untuk kategori tinggi sebanyak 6 mahasiswa dan pada kategori rendah sebanyak 7 mahasiswa.

Hasil pengujian hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu factor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik tugas skripsi adalah *self-directed in learning*. Hal ini sejalan dengan penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Onji dan Kikuchi (2011) yang hasilnya dengan menerapkan *self-directed learning activitie* maka tingkat penundaan atau prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas menjadi berkurang. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa *Japanese University* ini menunjukkan bahwa dengan menerapkan *directed learning activitie* mahasiswa semakin bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliahannya, mahasiswa juga memiliki kemandirian dalam proses belajarnya sehingga membuat mereka mengurangi kebiasaan penundaan terhadap tugas perkuliahan. Onji dan Kikuchi (2011) juga menambahkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam *memanage* kegiatan atau aktivitas belajarnya semakin baik, mahasiswa juga semakin bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliahannya.

Self-directed in learning merupakan suatu proses dimana individu mampu mengambil inisiatif dengan atau tanpa bantuan orang lain, dalam mendiagnosis kebutuhan belajar, merumuskan tujuan belajar, mengidentifikasi sumber-sumber belajar (baik berupa orang atau bahan), memilih dan mengimplementasikan strategi belajar, serta mengevaluasi hasil belajarnya (Knowles, dalam Nurhayati, 2011). Seorang mahasiswa dapat memiliki *self-directed in learning* yang baik ketika mahasiswa mampu memunculkan perilaku yang lebih bertanggung jawab dalam

mencapai tujuan serta pelaksanaan aktifitas akademiknya tanpa bergantung kepada orang lain (teman, dosen, orang tua) atau faktor eksternal selainnya (*deadline*, sistem), tidak terkecuali ketika mengerjakan tugas skripsi.

Tugas skripsi yang merupakan karangan ilmiah berupa penelitian yang diwajibkan sebagai persyaratan kelulusan pendidikan akademis bagi mahasiswa jenjang S-1, menuntut mahasiswa mampu bertanggung jawab secara individual terhadap proses dan hasil kerjanya. Mahasiswa harus mampu mengatur waktu, tenaga, dan pikirannya secara tepat agar dapat menyelesaikan tugas skripsinya tepat waktu. Mahasiswa harus mampu mengatasi hambatan-hambatan baik yang berasal dari eksternal atau internal, seperti melakukan penundaan (prokrastinasi). Berdasarkan penelitian Almira (2013) penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik antara lain: (1) ketakutan (ketakutan akan kegagalan, ketakutan akan kesuksesan, takut akan perpisahan); (2) penundaan yang dilakukan secara sadar karena memilih mengerjakan aktifitas lain seperti bekerja, mengikuti LSM dan kurangnya manajemen diri; yang terakhir (3) disebabkan belum terpenuhinya SKS karena mahasiswa bersangkutan menunda mengambil mata kuliah sebelumnya.

Almira (2013) menambahkan pentingnya keberanian, kepercayaan diri, kemandirian serta kemampuan manajemen diri dalam proses pembelajaran agar mahasiswa mampu mendorong dirinya mengerjakan dan menyelesaikan tugas skripsinya. Dengan memiliki *self-directed in learning* yang baik akan dapat menurunkan potensi terjadinya prokrastinasi akademik tugas skripsi.

Berdasarkan hasil penelitian ini dan pendapat-pendapat diatas, terbukti bahwa *self-directed in learning* merupakan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi prokrastinasi akademik tugas skripsi. Namun disamping *self-directed in learning*

masih terdapat faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi prokrastinasi akademik tugas skripsi yang tidak dibahas secara mendalam dalam penelitian ini.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dengan teknik korelasi *product moment*, didapatkan nilai korelasi sebesar -0,618 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari nilai *level of significance* (α) yaitu 0,05, maka dapat ditarik kesimpulan

bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Bentuk hubungan *self-directed in learning* dengan prokrastinasi akademik tugas skripsi yang negative memiliki arti semakin tinggi *self-directed in learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik tugas skripsi, dan berlaku sebaliknya semakin rendah *self-directed in learning* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik tugas skripsi.

Daftar Pustaka

- Almira, R. U. (2013). Tipologi Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi – Studi Kasus Mahasiswa Semester Terakhir Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga. *Skripsi*, tidak diterbitkan, Yogyakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Azwar, S. (1996). *Tes Prestasi - Fungsi Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Erde, W. V. (2003). A Meta-Analytically Derived Nomological Network of Procrastination. *Personality and Individual Differences*, 1401-1418. Diakses Juni 6, 2013, dari <http://www.researchgate.net>
- Hasan, I. M. (2002). *Pokok-pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nurhayati, E. (2011). *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Onji, K., & Kikuchi, R. (2011). Procrastination, Prompts, and Preferences: Evidence dari Daily Records of Self-Directed Learning Activities. *The Journal of Socio-Economics* 40(6), 929-941. Diakses Januari 27, 2014, dari <http://papers.ssrn.com>
- Prawitasari, J. E. (2012). *Psikologi Terapan - Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stress Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 37-48. Diakses Februari 15, 2014, dari <http://ejournal.undip.ac.id>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates (online). *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509, Diakses Juni 6, 2013, dari <http://www-rohan.sdsu.edu>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2000). *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Andi.