

Conscientiousness dan Self-Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Jurusan Sistem Komputer

Isna Asyri Syahrina¹, Alif Muarifah²

^{1,2}Magister Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan

E-mail: 2108044027@webmail.uad.ac.id

Abstrak

Prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa salah satunya disebabkan oleh rasa lelah atau rasa bosan pada proses pembelajaran. Di sisi lain, mahasiswa membutuhkan kemampuan mengorganisasikan diri untuk mencapai tujuannya. Conscientiousness menggambarkan ketekunan seseorang, bekerja keras, mempunyai motivasi, bertanggung jawab, teratur, berorientasi pada hasil, dan memiliki tekad yang kuat. Sedangkan self-regulated learning adalah kemampuan mengatur dan mengarahkan diri, mengelola diri dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit dalam belajar. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh conscientiousness dan self-regulated learning terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa di jurusan sistem komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. Sampel penelitian ini berjumlah 152 mahasiswa angkatan 2016 sampai 2019 berstatus aktif dengan menggunakan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Penelitian dikumpulkan dengan menggunakan tiga skala, yakni skala conscientiousness, skala self-regulated learning dan skala prokrastinasi akademik. Hasil analisis data penelitian menunjukkan conscientiousness dan self-regulated learning berpengaruh simultan terhadap prokrastinasi akademik, conscientiousness berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, self-regulated learning berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dengan demikian, conscientiousness dan self-regulated learning mahasiswa akan membuat prokrastinasi akademik menurun dalam proses pembelajaran.

Kata kunci: *Conscientiousness; Self-Regulated Learning; Prokrastinasi Akademik*

Abstract

Academic procrastination experienced by students is caused by fatigue or boredom in the learning process. On the other hand, students need the ability to organize themselves to achieve their goals. Conscientiousness describes a person's persistence, hard work, motivation, responsibility, organization, results-oriented, and strong determination. Meanwhile, self-regulated learning is the ability to regulate and direct oneself and manage oneself in dealing with difficult tasks in learning. Therefore, this study aims to determine the effect of conscientiousness and self-regulated learning on student academic procrastination in the computer systems department of Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. The sample for this study was 152 active students from 2016 to 2019 chosen by using the simple random sampling technique, measuring instruments were distributed directly by using scales. The research was collected using two scales, namely the conscientiousness scale, the self-regulated learning scale, and the academic procrastination scale. The results of the analysis of research data show that conscientiousness, and self-regulated learning have a simultaneous effect on academic procrastination, conscientiousness has a negative and significant effect on academic procrastination, and self-regulated learning has a negative and significant effect on academic procrastination. Thus, conscientiousness and student self-regulated learning will decrease academic procrastination in the learning process.

Keywords: *Conscientiousness; Self-Regulated Learning; Academic Procrastination*

Pendahuluan

Mahasiswa merupakan individu yang menempuh proses belajar dan terdaftar di perguruan tinggi (Hasanah, 2017). Mahasiswa pada dasarnya juga merupakan aspek evaluasi keberhasilan atau kelayakan suatu program studi dalam penyelenggaraan pendidikan tinggi yang ditinjau dari beberapa indikator, mulai dari perbandingan jumlah pelamar dengan yang lulus seleksi, persentase mahasiswa yang terdaftar, rata-rata IPK mahasiswa, prestasi akademik dan non-akademik, serta terakhir adalah persentase kelulusan tepat waktu (Agwil, Fransiska, & Hidayati, 2020). Sejalan dengan indikator tersebut Universitas Putra Indonesia “Yayasan Perguruan Tinggi Komputer” Padang memiliki tujuan untuk menciptakan lulusan yang memiliki daya saing, produktif, serta memiliki disiplin tinggi. Hal yang demikian diketahui dapat tercerminkan melalui kemampuan mahasiswanya untuk dapat lulus tepat waktu.

Mahasiswa dalam menjalankan perannya agar dapat lulus tepat waktu akan dituntut untuk mampu menyelesaikan berbagai tugas serta tanggung jawab yang dimiliki, sehingga harus mampu membagi waktu dan perannya dengan disiplin, akan tetapi beberapa dari mereka memiliki perilaku penundaan terutama dalam menyelesaikan atau memulai tugas yang diberikan, sehingga tugas tidak selesai dengan baik (Wahyuningsih, Manangkot, & Rahajeng, 2022).

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa, mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam tugas-tugas perkuliahannya. Wulandari, Umaroh, & Mariskha (2020) melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada 320 orang mahasiswa. Hasil menunjukkan bahwa 12 orang (16,4%) memiliki prokrastinasi yang tergolong sangat tinggi, 67 orang (20,9%) memiliki prokrastinasi akademik tergolong tinggi, 165 orang (51,6%) tergolong sedang, 73 orang (22,8%) tergolong rendah dan 3 orang (9%) tergolong sangat rendah. Penelitian Jannah & Muis (2014) menemukan terdapat 167 orang (55%) mahasiswa melakukan prokrastinasi. Hasil penelitian Novalyne & Soetjningsih (2022) menemukan prokrastinasi akademik dengan kategori sangat tinggi 32 orang (15,76%), kategori tinggi 77 orang (37,93%), kategori rendah 64 orang (31,53%), dan kategori sangat rendah 30 orang (14,78%).

Peneliti melakukan *screening* terhadap aitem-aitem dari area prokrastinasi yang dilakukan serta alasan-alasan yang membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi. *Screening* dilakukan pada mahasiswa Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia YPTK Padang yang berjumlah 30 orang. Hasil *screening* diketahui bahwa seluruh mahasiswa pernah melakukan prokrastinasi akademik pada setiap area prokrastinasi mulai dari menunda waktu untuk menulis makalah, belajar untuk menghadapi ujian, tugas-tugas akademik, menghadiri pembelajaran, dan mengikuti kegiatan umum di kampus. Hal ini diketahui dari hasil wawancara terhadap beberapa dosen, bahwa rata-rata mahasiswa mengumpulkan tugas-tugas yang diberikan selalu terlambat dari yang telah ditetapkan, atau molor sampai detik-detik akhir. Berdasarkan hasil *screening* yang dilakukan juga diketahui bahwa 14 orang mahasiswa melakukan penundaan diakibatkan ketakutan mereka dalam mengambil resiko untuk menyelesaikan tugas karena tidak ada

acuan atau hasil teman sekelas yang menjadi patokan pembuatan tugas. Para mahasiswa juga menyatakan bahwa mereka kesulitan untuk dapat melakukan pembelajaran secara mandiri.

Prokrastinasi merupakan salah satu bentuk perilaku dengan disengaja untuk menunda atau menghindari tugas atau pekerjaan dengan alasan yang irrasional. Perilaku mahasiswa untuk menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik (Syapira, Budiman, & Selamat, 2022), perilaku tidak efisien dalam menggunakan waktu dan menunda suatu kewajiban (Shanti Putri Paramithasari, Hermahayu, & Haq, 2022), dan menunda pekerjaan berkaitan dengan pembelajaran (Steel & Klingsieck, 2016).

Banyak faktor yang mempengaruhi terbentuknya prokrastinasi akademik, antara lain, *conscientiousness* (Kosasi, Siregar, & Elvinawanty, 2019), *self regulated learning* (Mu'alima, 2021), kontrol diri dan efikasi diri (Paramithasari, Hermahayu, & Haq, 2022), dukungan sosial teman sebaya (Firmansyach, Kusdaryani, & Lestari, 2023), dan konsep diri (Rohmah, Suryanto, & Matulesy, 2022). Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat lebih lanjut dari faktor *conscientiousness* dan *self regulated learning* dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Sokic, Qureshi, & Khawaja (2022) secara empiris *conscientiousness* mempunyai hubungan negatif antara *conscientiousness* dan prokrastinasi akademik. *Conscientiousness* merupakan kemampuan individu untuk mengontrol dorongan atau impuls serta cenderung menghindari perilaku maladaptif. Menggambarkan individu yang tekun, bekerja keras, dan mempunyai motivasi dalam mencapai tujuan (Gao, Zhang, Zhou, & Feng, 2021). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kosasi, Siregar, & Elvinawanty (2019), Dike & Emmanuel (2019) yakni mahasiswa dengan *conscientiousness* tinggi, maka akan memiliki prokrastinasi akademik yang rendah. Sebaliknya, mahasiswa dengan *conscientiousness* rendah, maka prokrastinasi akademiknya tinggi.

Selain faktor *conscientiousness* yang menyebabkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa ada pula faktor *self regulated learning*. Menurut Anwar & Dwiyantri (2021) adanya pengaruh negatif antara *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. *Self-regulated learning* merupakan suatu tindakan prakarsa diri (*self-initiated*) untuk mencapai tujuan, pengelolaan waktu, dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial. Mengatur dan mengarahkan diri untuk mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit (Arum & Konradus, 2022); mengatur, mendesain, merencanakan, dan mengevaluasi cara belajarnya secara mandiri (Sirazieva, Fakhrudinova, Kamasheva, & Leikin, 2017); berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral (Zimmerman, 2015). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Chotimah & Nurmufida (2020) membuktikan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik telah banyak diteliti secara parsial dipengaruhi oleh *conscientiousness* dan *self-regulated learning*. Adapun keterbaruan dalam penelitian ini adalah belum adanya penelitian yang menggabungkan secara simultan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yang diteliti di Kota Padang dan belum adanya konsep teoritis yang secara langsung menjelaskan pengaruh dari *conscientiousnes* dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris pengaruh *conscientiousnes* dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka peneliti menarik hipotesis dan dijelaskan sebagai berikut: (1) terdapat pengaruh *conscientiousnes* dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. (2) terdapat pengaruh yang negatif dari *conscientiousness* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. (3) terdapat pengaruh yang negatif dari *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang.

Metode

Metode penelitian termasuk pada penelitian kuantitatif dengan desain survey. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Sistem Komputer angkatan 2016 sampai 2019 di Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. Pengambilan data penelitian diawali dengan meminta responden untuk mengisi *informed consent* atau lembar persetujuan sebagai responden penelitian. Uji coba skala dilakukan kepada 40 responden.

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini, yaitu skala *conscientiousness*, skala *self-regulated learning* dan skala prokrastinasi akademik. Variabel prokrastinasi akademik diukur dengan skala prokrastinasi akademik berdasarkan *Procrastination Assessment Scale for Student(PASS)* yang dikembangkan oleh Solomon & Rothblum (1984). Skala prokrastinasi akademik ini terdiri dari dua *form* alasannya untuk melihat kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik dan alasan prokrastinasi dilakukan. Aitem pernyataan skala kecenderungan prokrastinasi akademik berjumlah 6 aitem, terdapat 4 aitem yang dapat digunakan lebih lanjut, 2 aitem dinyatakan gugur, dan koefisien reliabilitas sebesar 0,658 dengan indeks daya beda aitem 0,517-0,640. Aitem pernyataan skala alasan prokrastinasi dilakukan berjumlah 12 aitem, terdapat 11 aitem yang dapat digunakan lebih lanjut, 1 aitem dinyatakan gugur, dan indeks daya beda aitem 0,821-0,853 dengan reliabilitas sebesar 0,848.

Skala *conscientiousness* diadaptasi berdasarkan *Big Five Personality* dari McCrae & Costa (2006) yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *conscientiousness*. Aitem pernyataan skala *conscientiousness* berjumlah 48 aitem, terdapat 29 aitem yang

dapat digunakan lebih lanjut, 19 aitem dinyatakan gugur, dan indeks daya beda aitem berkisar antara 0,900 -0,900 dengan reliabilitas sebesar 0,908.

Skala *self-regulated learning* diukur berdasarkan aspek-aspek *self-regulated learning* dari Zimmerman (2015). Aitem pernyataan skala *self-regulated learning* ini terdiri dari 36 aitem, setelah dilakukan uji coba skala terdapat 26 aitem yang dapat digunakan lebih lanjut, 10 aitem dinyatakan gugur, dan indeks daya beda aitem aitem berkisar antara 0,903 -0,910 dengan reliabilitas yaitu sebesar 0,910.

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji deskriptif, analisis regresi berganda, uji F dan uji t. Analisis dilakukan dengan menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 21.0 for Windows.

Hasil

Sebelum dilakukan analisis, data penelitian diuji terlebih dahulu dengan menggunakan uji deskriptif.

Tabel 1.
Uji Deskriptif Data Penelitian

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
<i>Conscientiousness</i>	84	116	107,57	8,931	29	116	72,5	14,5
<i>Self-regulated learning</i>	84	104	97,84	4,367	26	104	65	13
Prokrastinasi akademik	46	60	55,93	3,999	15	60	37,5	7,5

Hasil deskripsi meliputi skor empirik dan skor hipotetik. Skala *conscientiousness* memperoleh mean empirik > mean hipotetik yaitu $107,57 > 72,5$ ini berarti *conscientiousness* pada subjek penelitian lebih tinggi dibandingkan populasi pada umumnya. Untuk skala *self-regulated learning* mean empirik > mean hipotetik yaitu $97,84 > 65$ menunjukkan bahwa *self-regulated learning* pada subjek penelitian lebih tinggi dibandingkan populasi pada umumnya. Sedangkan hasil analisis untuk skala prokrastinasi akademik didapat mean empirik > mean hipotetik yaitu $55,93 > 37,5$ menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada subjek penelitian lebih tinggi dibandingkan populasi pada umumnya.

Langkah selanjutnya adalah uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji linieritas dan uji multikolinieritas. Hasil uji normalitas memperlihatkan koefisien KS-Z (*Test Statistic*) = 1,185 dengan sig. sebesar 0,121 ($p > 0,05$), ini berarti data penelitian terdistribusi secara normal. Selanjutnya hasil uji linearitas menunjukkan bahwa variabel *conscientiousness* dengan prokrastinasi akademik memiliki korelasi linear ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0,440 ($p > 0,05$), dan variabel *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik memiliki korelasi linear ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0,465 ($p > 0,05$). Kemudian uji multikolinieritas dari variabel *conscientiousness* dan *self-regulated learning* diperoleh hasil keduanya bahwa nilai *Tolerance* sebesar $0,652 > 0,10$

dan nilai *Variance Inflation Factory* (VIF) sebesar $1,534 < 10,00$. Artinya tidak terjadi gejala multikolinearitas.

Setelah semua uji asumsi klasik terpenuhi, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Untuk dapat mengetahui pengaruh secara bersama-sama dari variabel independen terhadap variabel dependen maka harus membandingkan F_{hitung} dengan F_{tabel} .

Tabel 2.
Uji Secara Simultan

F	R	R square	Sig (p)	Keterangan
43,664	0,608	0,370	0,000	Sangat signifikan

Nilai F_{hitung} sebesar 43,664 dan nilai F_{tabel} sebesar 3,06. Artinya nilai F_{hitung} $43,664 > F_{tabel}$ 3,06 dengan taraf signifikan (p)=0,000. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *conscientiousness* dan *self-regulated learning* secara simultan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang.

Hasil analisis dari hipotesis minor atau pengaruh secara parsial dari variabel independen terhadap variabel dependen dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3.
Uji Secara Parsial

Hipotesis	β	t	Sig (p)	Keterangan
<i>Conscientiousness</i> * Prokrastinasi akademik	-0,172	-4,767	0,000	Sangat signifikan
<i>Self-regulated learning</i> * Prokrastinasi akademik	-0,271	-3,676	0,000	Sangat signifikan

Berdasarkan tabel 3 di atas, menunjukkan pengaruh *conscientiousness* terhadap prokrastinasi akademik diperoleh nilai $\beta=-0,172$ dan nilai $t=-4,767$, $p=0,000$ ($p<0,001$). Hasil temuan ini menunjukkan bahwa *conscientiousness* memiliki pengaruh negatif yang sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima. Sementara, untuk variabel *self-regulated learning* diperoleh nilai $\beta=-0,271$ dan nilai $t=-3,676$, $p=0,000$ ($p<0,01$) yang berarti bahwa secara parsial *self-regulated learning* memiliki pengaruh negatif yang sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang, maka H_2 diterima.

Sementara itu, nilai koefisien determinan *R square* (R^2) adalah sebesar 0,370 artinya persentase pengaruh *conscientiousness* dan *self-regulated learning* terhadap

prokrastinasi akademik adalah sebesar 37%, sementara sebanyak 63% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Pembahasan

Hasil penelitian menyatakan bahwa *conscientiousness* dan *self-regulated learning* secara simultan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. Secara parsial *conscientiousness* memiliki pengaruh negatif yang sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. Artinya semakin tinggi *conscientiousness* pada mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa tersebut, begitupun sebaliknya. Penelitian ini juga membuktikan bahwa *self-regulated learning* juga memiliki pengaruh negatif yang sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang. Hal ini mengandung arti, semakin tinggi *self-regulated learning* pada diri mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik, dan sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Dike & Emmanuel (2019) yang membuktikan adanya hubungan negatif antara *conscientiousness* dan prokrastinasi akademik. Selain itu Kosasi, Siregar, & Elvinawanty (2019) juga memperkuat pernyataan tersebut bahwa *conscientiousness* memberikan pengaruh negatif terhadap meningkatnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Apabila *conscientiousness* tidak terpenuhi akan membuat mahasiswa sering melakukan prokrastinasi. Mahasiswa akan menunda-nunda mengerjakan tugas mereka dan pada akhirnya mempengaruhi performa akademik mereka dalam proses belajar. Maulana & Leylasari (2022) menyatakan bahwa individu dengan *conscientiousness* tinggi lebih mampu bertahan, bersifat lebih hati-hati dan bekerja keras. Sebaliknya, individu dengan *conscientiousness* rendah memiliki sifat tidak memiliki tujuan, tidak teratur, lebih mudah menyerah dan pemalas.

Selain itu, hasil ini juga sejalan dengan Anwar & Dwiyaniti (2021) yang membuktikan adanya pengaruh negatif antara *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik. Ini berarti bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mampu mengatur dirinya berkenaan dengan perencanaan dan evaluasi belajar, keyakinan diri untuk dapat melakukan tugas belajar, serta memiliki tindakan nyata untuk dapat membuat dan memanfaatkan sumber daya di sekitar lingkungannya demi keberhasilan belajar, maka hal tersebut dapat menurunkan prokrastinasi akademik mahasiswa (Arum & Konradus, 2022). Sejalan dengan pendapat tersebut, Chotimah & Nurmufida (2020) memaparkan bahwa individu yang memiliki *self-regulated learning* tinggi artinya semakin tinggi pula kemampuan untuk berpartisipasi aktif secara metakognisi, motivasi, dan perilaku, sehingga dapat menekan prokrastinasi akademik dan menjadi rendah. Rendahnya prokrastinasi akademik disebabkan individu tersebut mampu secara

mandiri melakukan perencanaan, pengaturan, dan pengontrolan diri terhadap berbagai hal yang dapat mengarahkan pikiran, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan tersebut.

Maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya terkait pengaruh secara simultan antara *conscientiousness* dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini juga mengemukakan terdapat pengaruh secara terpisah antara *conscientiousness* dan prokrastinasi akademik serta antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *conscientiousness* dan *self-regulated learning* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Artinya, mahasiswa dengan prokrastinasi akademik dapat meningkat jika memiliki *conscientiousness* dan *self-regulated learning* yang rendah. Secara khusus diketahui bahwa presentasi yang lebih tinggi terdapat pada pengaruh *conscientiousness* terhadap prokrastinasi akademik. Implikasi dari penelitian ini yakni agar mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan *conscientiousness* dan *self-regulated learning* dengan berusaha lebih mempersiapkan proses belajar yang optimal, mempersiapkan materi yang akan dipelajari, mengerjakan tugas tepat waktu dan melakukan evaluasi terhadap proses belajar, sehingga dapat meminimalisir kecenderungan prokrastinasi akademik yang meningkat.

Penelitian ini mempunyai beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dan dipertimbangan bagi penelitian selanjutnya. Pertama, terbatasnya jumlah subjek penelitian hanya pada salah satu jurusan yaitu Jurusan Sistem Komputer Universitas Putra Indonesia-YPTK Padang, sehingga karakteristik subjek kurang beranekaragam. Kedua, variabel penelitian yang masih terbatas. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan variabel yang lebih luas dan mendalam terkait prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Referensi

- Agwil, W., Fransiska, H., & Hidayati, N. (2020). Analisis ketepatan waktu lulus mahasiswa dengan menggunakan bagging cart. *FIBONACCI: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika*, 6(2), 155. <https://doi.org/10.24853/fbc.6.2.155-166>
- Anwar, M. S., & Dwiyantri, R. (2021). The Effect of Self-Regulated Learning (SRL) On Academic Procrastination In Class XI Students of Senior High School 2 Purbalingga, Indonesia. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 156–164. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1855>
- Arum, A. S. S., & Konradus, N. (2022). Pengaruh Self Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Kuliah Daring Di Masa

- Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v1i2.67>
- Dike, I., & Emmanuel, S. O. (2019). Study on Conscientiousness, Academic Self-Efficacy and Self-Esteem Predictive Power on Academic Procrastination Among Counselling Students. *Psychocentrum Review*, 1(2), 69–78. <https://doi.org/10.30998/pcr.1281>
- Firmansyach, M. E. B., Kusdaryani, W., & Lestari, F. W. (2023). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 14 Kota Semarang. *Journal on Education*, 5(4), 12738–12751. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2262>
- Gao, K., Zhang, R., Xu, T., Zhou, F., & Feng, T. (2021). The Effect of Conscientiousness on Procrastination: The Interaction Between The Self-Control and Motivation Neural Pathways. *Human Brain Mapping*, 42(6), 1829–1844. <https://doi.org/10.1002/hbm.25333>
- Hasanah, U. (2017). Hubungan antara stres dengan strategi koping mahasiswa tahun pertama akademi keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 1(1), 16. <https://doi.org/10.52822/jwk.v2i1.44>
- Jannah, M., & Muis, T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Akademik (Penundaan)*, 4(3), 1–8.
- Kosasi, J., Siregar, N. N., & Elvinawanty, R. (2019). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Conscientiousness pada Mahasiswa Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer Universitas Prima Indonesia. *Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(1), 71. <https://doi.org/10.32528/ins.v15i1.1666>
- Maulana, N., & Leylasari, H. T. (2022). Hubungan Antara Conscientiousness dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMAN 4 Kota Madiun. *Jurnal Pendidikan Rokania*, 7(2), 203–209. <https://doi.org/10.37728/jpr.v7i2.581>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2006). *Personality in Adulthood: A Five Factor Theory Perspectives (2nd Edition)*. New York: Guilford Press.
- Mu'alima, K. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik. *Konferensi Pendidikan Nasional*, 3(2).
- Novalyne, P. O., & Soetjningsih, C. H. (2022). Fenomena Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 637. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8636>
- Paramithasari, S. P, Hermahayu, H., & Haq, A. L. A. (2022). Pengaruh Kontrol Diri dan Efikasi Diri pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Belajar Online. *Borobudur Psychology Review*, 2(1), 35–44. <https://doi.org/10.31603/bpsr.6877>
- Paramithasari, Shanti Putri, Hermahayu, H., & Haq, A. L. A. (2022). Pengaruh Kontrol Diri dan Efikasi Diri pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Belajar Online. *Borobudur Psychology Review*, 2(1), 35–44.

<https://doi.org/10.31603/bpsr.6877>

- Rohmah, L. S., Suryanto, S., & Matulesy, A. (2022). Correlation between Self Concepts and Peer Social Support with Academic Procrastination. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 4(2), 33–43. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v4i2.699>
- Sirazieva, L. M., Fakhrutdinova, R. A Kamasheva, J. L., & Leikin, M. (2017). Self-Regulated Learning in Higher Education. *Revista Publicando*, 131(691–699).
- Sokic, K., Qureshi, F. H., & Khawaja, S. (2022). Predicting Academic Procrastination and Academic Achievement in Private Higher Education With the HEXACO Model of Personality and Psychological Distress. *International Research in Higher Education*, 6(4), 29. <https://doi.org/10.5430/irhe.v6n4p29>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates requests for reprints should be sent to. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 3–509.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46.
- Syapira, S. A., Budiman, B., & Selamat, M. N. (2022). Self-efficacy and self-regulation with academic procrastination in muslim adolescents during the online learning period. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 8(1), 88–101. <https://doi.org/10.19109/psikis.v8i1.11894>
- Wahyuningsih, N. K. A. T., Manangkot, M. V., & Rahajeng, I. M. (2022). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(1), 109. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i01.p14>
- Wulandari, M., Umaroh, S. K., & Mariskha, S. E. (2020). Pengaruh efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motiva Jurnal Psikologi*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/10.31293/mv.v3i1.4808>
- Zimmerman, B. J. (2015). Self-Regulated Learning: Theories, Measures, and Outcomes. In *International Encyclopedia of The Social & Behavioral Sciences: Second Edition*. Elsevier, 21. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.26060-1>