



Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA

The Correlation Between Self-Efficacy and Academic Procrastination in Completing The Thesis in The Students Of The Faculty Of Psychology UMA

Monica Jenny*, & Siregar Mulia

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Artikel ini bertujuan untuk melihat hubungan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UMA. Masalah difokuskan pada self efficacy dan prokrastinasi akademik saja. Guna mendekati masalah ini dipergunakan acuan teori dari Bandura dan MC Crown. Data-data dikumpulkan melalui skala likert dan dianalisis secara kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dan data menggunakan dua skala likert, yaitu skala self efficacy dan prokrastinasi akademik. Pengambil Sample menggunakan teknik purposive sampling, dengan jumlah sampel 85 mahasiswa Fakultas Psikologi UMA yang sedang menyelesaikan skripsi. Uji analisis data menggunakan teknik kolmogorov-smirnov (rxy) diperoleh hasil sebesar 0,968 dengan signifikansi $p = 0.000 < 0.050$. Artinya hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan negatif antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA yang sedang menyelesaikan skripsi. Self efficacy tergolong rendah dimana mean hipotetik = 92,5 > mean empirik = 91,70 dan selisihnya melebihi bilangan SD = 22,58. Prokrastinasi akademik tergolong tinggi dimana mean hipotetik = 87,5 < mean empirik = 113,30 dan selisihnya melebihi bilangan SD = 14,22. Adapun Koesfisien determinan dari korelasi tersebut sebesar $r^2 = 0,937$. Kajian ini menyimpulkan bahwa self efficacy memberikan sumbangan efektif terhadap prokrastinasi akademik sebesar 93,7%.

Kata Kunci: Mahasiswa; Self efficacy; Prokrastinasi Akademik

Abstract

This article aims to see the relationship between self-efficacy and academic procrastination in completing thesis on students at the Faculty of Psychology UMA. The problem is focused on self-efficacy and academic procrastination only. In order to approach this problem, the theoretical reference from Bandura and MC Crown is used. The data were collected through a Likert scale and analyzed quantitatively. Sampling techniques and data using. There are two Likert scales, namely the self-efficacy scale and academic procrastination. Sampling using purposive sampling technique, with a total sample of 85 students of the Faculty of Psychology UMA who are completing their thesis. The data analysis test using the Kolmogorov-Smirnov technique (rxy) obtained a result of 0.968 with a significance of $p = 0.000 < 0.050$. This means that the hypothesis is accepted, namely that there is a negative relationship between self-efficacy and academic procrastination in students of the Faculty of Psychology UMA who are completing their thesis. Self-efficacy is classified as low where the hypothetical mean = 92.5 > empirical mean = 91.70 and the difference exceeds the SD number = 22.58. Academic procrastination is high where the hypothetical mean = 87.5 < empirical mean = 113.30 and the difference exceeds the SD number = 14.22. The coefficient of the determinant of the correlation is $r^2 = 0.937$. This study concludes that self-efficacy contributes effectively to academic procrastination by 93.7%.

Keywords: Student; Self-efficacy; Academic Procrastination

How to Cite: Jenny, M. & Siregar, M. (2023). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 5(2) 2023: 87-92,

PENDAHULUAN

Awal pandemi covid-19 memicu ketakutan bagi seluruh penduduk dunia. Hal ini menyebabkan gangguan sosioekonomi global, penundaan dan pembatalan acara-acara yang memicu kerumunan, dan keterbatasan beraktivitas di luar rumah, dan bahkan menyebabkan kematian. Sejak pandemi covid-19 dunia belajar kehidupan yang baru, dimulai dari keterbatasan kontak fisik dengan orang lain, aktivitas kerja dilakukan dari rumah, dibatasinya akses wisata, keharusan memakai masker ketika berada di luar rumah, dan keharusan vaksinasi (Tawai et al., 2021). Secara psikologis dunia juga diperhadapkan dengan kecemasan akan kematian akibat pandemi ini.

Pandemi covid-19 memiliki dampak yang sangat besar bagi dunia termasuk dunia pendidikan. Sistem pendidikan formal yang umumnya belajar dengan tatap muka di ruangan sekolah/kampus secara langsung kini memasuki gaya belajar yang baru yaitu belajar secara daring melalui aplikasi-aplikasi zoom, couldx, dan watshapp (Margaretta et al., 2022). Sistem belajar yang terbatas, dan virtual membuat peserta didik terbatas juga menerima pembelajaran. Selain belajar, hal yang penting di sekolah dan kampus adalah bersosialisasi (Abstrak, 2009). Dengan belajar secara virtual peserta didik terbatas untuk bersosialisasi dengan teman-temannya.

Hambatan-hambatan ini membuat semangat mahasiswa menurun sehingga melakukan penundaan dalam penyelesaian skripsi. Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa dengan kemampuan yang lebih tinggi harus mampu memahami konsep, mampu memetakan masalah dan memilih solusi terbaik dari masalah tersebut (Madhy et al., 2022). Akan tetapi, mahasiswa akan mengalami berbagai kendala saat melaksanakan kegiatan akademik, banyak kegiatan yang harus dilakukan dan dilaksanakan, banyak persyaratan yang harus dipenuhi, manajemen waktu yang kurang baik, dan tugas kuliah yang menumpuk. Menurut Sarafino (2006), jika mahasiswa tidak dapat memenuhi persyaratan tersebut, maka situasi ini diperkirakan akan menekan mereka.

Skripsi adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Indonesia. Mahasiswa yang sedang duduk di bangku perkuliahan pada akhirnya harus mengerjakan tugas akhir mereka yang berupa skripsi maupun tesis. Pada mahasiswa/i yang telah berada pada tahap akhir masa pendidikan mereka, mereka harus mengerjakan skripsi untuk menyandang gelar sarjana/strata 1. Pada saat mengerjakan skripsi mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai macam tantangan. Tantangan yang akan dihadapi dapat berupa, sulitnya mencari judul skripsi, sulitnya menemui dosen pembimbing, dan mencari literatur yang sesuai dengan judul yang diteliti.

Banyaknya tantangan dalam menyusun skripsi ada dua sikap yang dapat terjadi yaitu sikap menghindar dan sikap menghadapi. Yuanita, (Aini & Iranita, 2011) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai sesuatu tugas maupun menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan yang secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri.

Ciri-ciri mahasiswa yang melakukan prokratinasi akademik adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan (Misnita et al., 2015). Prokrastinasi akademik tidak terjadi dengan sendirinya tanpa ada faktor yang mempengaruhi. Ada dua jenis faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik individu, dan kondisi psikologis individu. Faktor eksternal antara lain pengasuhan orangtua, dan kondisi lingkungan.

Bandura (2010) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi individu terhadap kemampuan atau kompetensi diri dalam melakukan tugas, mencapai tujuan serta hambatan yang ada. Ciri-ciri self efficacy adalah dapat menangani berbagai situasi yang menantang, seperti kemampuan untuk mengatasi rintangan yang dihadapi. Ancaman yang ada dianggap sebagai salah satu tantangan yang harus dihadapi dan tidak perlu dihindari. Gigih dalam berusaha, percaya terhadap kemampuan dalam menghadapi masalah yang dihadapi, memperlihatkan keraguan yang dimiliki rendah, dan suka mencari sesuatu yang baru/ keluar dari zona nyaman.

Ciri individu yang memiliki self efficacy rendah adalah lamban dalam membenahi diri (efikasi diri) ketika menghadapi masalah ataupun tantangan. Tidak percaya diri menghadapi rintangan yang ada, dan ancaman yang ada dianggap sebagai suatu bagian yang harus dihindari. Mengurangi usaha sehingga mudah untuk menyerah, meragukan kemampuan dan keterampilan pada diri sendiri, aspirasi dan komitmen pada tugas dan tanggung jawab rendah, tetap berada dalam zona nyaman dan tidak berani untuk mencoba hal-hal yang baru.

Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik adalah tingkat prokrastinasi yang tinggi menyebabkan self efficacy yang rendah. Sebaliknya tingkat prokrastinasi akademik yang rendah menyebabkan self efficacy yang tinggi bagi mahasiswa. Terjadinya penundaan pengerjaan skripsi sehingga mahasiswa tamat tidak tepat waktu adalah akibat rendahnya motivasi mahasiswa dalam melakukan bimbingan dan mengerjakan skripsi. dari Pajeres (2010). Menumpuknya revisian dan tidak melakukan bimbingan sehingga pada saat mahasiswa ingin melakukan bimbingan maka ia akan menggunakan sistem SKS (sistem kebut semalam). Hal ini tidak sesuai dengan kewajiban mahasiswa yang seharusnya, yaitu belajar dan mengerjakan revisian skripsi yang diberikan oleh dosen.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif untuk melihat Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 85 orang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Metode pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti menggunakan skala untuk melihat self efficacy dan prokratinasi akademik mahasiswa. Metode analisis data menggunakan Kolmogorov smirnof.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan kolmogorov smirnov diketahui bahwa ada hubungan negatif antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa UMA yang sedang menyelesaikan skripsi, dimana hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,968$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,05$, yang artinya semakin tinggi prokrastinasi akademik maka akan semakin rendah self efficacy dan sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik maka akan semakin tinggi self efficacy. Dengan demikian, maka hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,937$. Ini menunjukkan bahwa prokratinasi akademik berkontribusi atau memberikan sumbangsi terhadap self efficacy sebanyak 93,7%. Jika dilihat dari tabel interpretasi terhadap koefisien korelasi, berdasarkan nilai $r^2 = 93,7$. Angka ini ada pada interval koefisien 0.81 – 1.00 pada tabel interprestasi sehingga dapat dinyatakan tingkat hubungan tergolong sempurna.

Meninjau hasil penelitian melalui data empirik prokrastinasi akademik adalah 113,30, sedangkan untuk variabel self efficacy mean empiriknya adalah 90,70. Nilai rata-rata hipotetik prokrastinasi akademik adalah 87,5 dan nilai rata-rata hipotetik self efficacy adalah 92,5. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa mahasiswa UMA yang sedang menyelesaikan skripsi memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi dan self efficacy yang rendah. Hal ini karena fenomena yang terjadi adalah penyelesaian skripsi di tengah kondisi pandemi covid yang menyebabkan mahasiswa mengalami kendala dalam pengambilan data dan bimbingan skripsi. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, sebagian besarnya dikarenakan motivasi diri yang kurang untuk memprioritaskan hal yang penting serta kurang yakin terhadap dirinya sendiri.

SIMPULAN

Terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan self efficacy pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA yang sedang menyelesaikan skripsi. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,968$ dengan signifikan $p = 0,000 < 0,05$. Semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah self efficacy mahasiswa tersebut, sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi self efficacynya. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan

diterima. Prokrastinasi akademik tergolong tinggi dimana mean hipotetik (87,5) lebih kecil dari mean empirik (113,30) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (14,22). Self efficacy tergolong rendah dimana mean hipotetik (92,5) lebih kecil dari mean empirik (90,7) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (22,58). Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,937$. Ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berkontribusi atau memberikan sumbangsi terhadap self efficacy sebesar 93,7%. Jika dilihat dari tabel interpretasi terhadap koefisien korelasi, berdasarkan nilai $r^2 = 93,7$ hal ini berarti tingkat hubungan tergolong sempurna.

DAFTAR PUSTAKA

- Abstrak, A. S. (2009). Pengaruh Lingkungan Sosialisasi Terhadap Munculnya Perilaku Prosocial Anak Aman. *Analitika Jurnal Magister Psikologi UMA*, 1(2), 38–42.
- A. Baron, R., & Byrne, D. (2004). Psikologi Sosial. Jakarta: Erlangga
- Aini, Aliya Noor & Iranita Hervi Mahardayani. 2001. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi akademik Dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus https://media.neliti.com/media/publications/246706-none_8ff2da6c.PDF (Diakses pada tanggal 24 november 2021)
- Anita Woolfolk. (2009). Educational Psychology Active Learning Edition Diterjemahkan oleh: Helly Prajitno Soetjipto. Boston: Pearson Education, Inc., Publishing.
- Arikunto. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2005). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta : Pustaka
- Azwar S., (2007). Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Anwar, Astrid Indi Deisty. (2009). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. Skripsi. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Azwar, S. (2009). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar. (2015). Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Anwar, Astrid Indi Deisty. (2009). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. Skripsi. Medan : Universitas Sumatera Utara .
- Bandura, A. dan Locke, E. A. (2005). Negative self-efficacy and goal effects revisited. *Journal of Applied Psychology*, Vol. 88, No. 1, 87–99 DOI: 10.1037/0021-9010.88.1.87
- Bandura, A. & Edwin. A. (2006). Negative Self-Efficacy and Goal Effects Revisited. *Journal of Applied Psychology*. (Online). Vol. 88, No.1, 87-99 dalam (<http://www.emory.edu/education/>). (Diakses pada tanggal 24 november 2021)
- Bandura, A. (2010). Self Efficacy Mechanism in Psikological and Health Promoting Behavior, Prentice Hall, New Jersey.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The Exercise of Control. W.H. Freeman. New York.
- Budiman, A. (2006). Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Rosda.
- Chandra, Budiman. (2006). Pengantar Kesehatan Lingkungan. EGC. Jakarta
- Daldiyono. (2009). How to Be a Real and Successful Student. Jakarta: PT. Gramedia
- Faruk. (2012). Metode Penelitian Sastra: Sebuah Penjelajahan Awal. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). TEORI KEPERIBADIAN [Theories of Personality] Buku 1 Edisi 7. Jakarta : Salemba Humanika.
- Feist, J., & Gregory, J. (2008). Theories of Personality. (terj.) Yudi Santoso, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Farouq, A. 2010. Mengupas Kiat Sukses Mengatur Waktu. Jakarta: Prestasi Pustakarya
- Fibrianti, I. D. (2009). Hubungan antara dukungan social orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro semarang. Skripsi. online: <http://www.eprints.undip.ac.id/10517/1/skripsi.pdf>. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Greenberg, J. & Baron, R.A. 2011. Behavior in Organization. Prentice Hall (9th Edition).
- Ghufron. M.N., & Risnawita, R. (2010). Teori-teori Psikologi. Jogjakarta: AzRuzz Media.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2012). Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar- ruz Media.
- Ghufron, N. M. 2003. Hubungan Kontrol Diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua terhadap prokrastinasi akademik. Tesis. Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Ghufron, Nur dan Rini Risnawati. 2011. Teori-Teori Psikologi. Jakarta: Ar-ruzz Media.
- Gist, M. E., dan Mitchell. (2000). Self efficacy: a theoretical analysis of its determinants and malleability, *Academy of Management Review*, Vol 17 No 2: 183-211

- Hanny, I. (2016). Pengaruh Self-Efficacy Dan Kecemasan Akademis Terhadap Self-Regulated Dan Learning Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta. *Jurnal Komunikasi Islam*, 05 (01)(11), 1-15.
- Ilfiandra. (2010). Penanganan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa: Konsep dan aplikasi. <http://www.penanganan-prokrastinasi-akademik-mahasiswa.com>. (Diakses pada tanggal 24 November 2021)
- Indarto. (2012). *Hidrologi – Dasar Teori dan Contoh Aplikasi Model Hidrologi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Knopfemacher. (2008). Mahasiswa Menurut Para Ahli. Dalam Suwono. *Konsep Mahasiswa*. <http://definispengertian.com/2008/pengertiandefinisi-mahasiswa-menurut-para-ahli/>. (Diakses pada tanggal 24 november 2021)
- Kim, J., Hong, H., Lee, J., & Ho Hyun, m. (2017). Effects of time perspective and self control on procrastination and internet addiction. 1.
- King, L. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika
- Madhy, M. A., Purba, A. D., & Nafeesa. (2022). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa / I Stambuk 2019 Universitas Medan Area. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 16-24. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1094>
- Margaretta, R., Hasanuddin, & Hasmayni, B. (2022). Hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif pada remaja di SMA Yayasan Pendidikan Citra Harapan Percut Sei Tuan. *Jouska: Jurnal Ilmiah ...*, 1(1), 74-80. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1103>
- Misnita, H., Lubis, L., & Azis, A. (2015). Hubungan Keyakinan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa. *Analitika*, 7(1), 31-38. <https://doi.org/10.31289/analitika.v7i1.861>
- Margono. (2008). Pengaruh efikasi diri, beban kerja dan keterampilan menulis terhadap produktivitas buku ajar dosen yang diterbitkan. *Jurnal Aplikasi Manajemen*. Vol 6. No.3. Pg.351-355.
- Noormanita, N. (2014). "Pengaruh Self efficacy dan Iklim Organisasi terhadap Kepuasan Kerja Karyawan di PT Wijaya Karya Beton, Tbk. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- McCloskey, J. D. (2011). *Finally, My Thesis On Academic Procrastination*. Thesis. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Ormrod, Jeanne Ellis. (2008). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang* (edisi keenam Jilid 2). Jakarta : Erlangga.
- Pajares, Frank. 2006. *Self efficacy During Childhood and Adolescence*. Chapter 15. 339.367. Online. Available at <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/PajaresAdoed2006.pdf>. (Diakses pada tanggal 20 November 2021)
- Poerwadarminta. (2005). *Kamus Umum Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Pratiwi, L. N & Seno P. (2006). Pengaruh self-efficacy terhadap peningkatan kemampuan afektif kader kesehatan dan dampak pada perilaku melalui model deteksi ohi-s, DMFT Indeks, *Buletin Penilaian Sistem Kesehatan*, XI (1), hlm. 54. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Rahayu, N. (2013). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2008 Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta. <https://www.e-jurnal.com>. Diakses 23 Maret 2022.
- Resseffendi. (2010). Metode Penelitian. *NASPA Journal*, 33, 26-36
- Putri, NFA. Wiyanti, S. Priyatama, AN. (2015). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta. <https://www.e-jurnal.com/2014/12/hubungan-antara-self-efficacy-dengan.html> . Diakses pada 23 Maret 2022
- Solomon, L. J. dan Rothblum, E. D. (2012). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 31, No.4 (h. 503-509)
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions*. Fifth Edition. USA: John Wiley & Sons.
- Sarwono. (2010). Definisi Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia. Tersedia dalam: <http://www.pengertianku.net/2014/11/kenali-pengertian-mahasiswa-dan-menurut-para-ahli.html> (Diakses pada tanggal 24 November 2021)
- Siswoyo. Dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Siallagan, DF. (2011). "Fungsi dan Peranan Mahasiswa", www.academia.edu (Diakses pada tanggal 24 november 2021)
- Sugiyono. (2007). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Supriyanti, Sri. (2018). Hubungan Self efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa USU yang Sedang Menyusun Skripsi. 1(1):296-302. <https://www.researchgate.net/publication>.

- Sutriyono, Riyani & Prasetya, B.E.A. (2012). Perbedaan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. Berdasarkan Tipe Kepribadian A dan B. *Jurnal Psikologi*, 28 (2), 127-135.
- Syaiful Arifin. 2014. *Mahasiswa dan Organisasi*. Jakarta: Grafindo Persada
- Steel, Piers. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*. 133, No 1, 65-94. Diakses pada tanggal 22 November 2021. dari http://freedownload.is/pdf/t_e-nature-of-procrastination-a-metaanalytic-and-theoretical-29285841.html
- Tawai, A., Suharyanto, A., Putranto, T. D., De Guzman, B. M. N., & Prastowo, A. A. (2021). Indonesian covid-19 issue on media: review on spiral of silence application theory. *Jurnal Studi Komunikasi (Indonesian Journal of Communications Studies)*, 5(2), 286–301. <https://doi.org/10.25139/jsk.v5i2.3758>
- Untung. M.M. (2008). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (Uin) Malang. Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang