

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar merupakan kewajiban siswa. Keberhasilan siswa dalam pendidikan yang ditempuh tergantung pada proses belajar yang dilakukan siswa tersebut. Perilaku belajar seorang siswa sangat berpengaruh terhadap kelangsungan pembelajarannya. Roestiah (2001) menjelaskan bahwa belajar yang efisien dapat dicapai apabila menggunakan strategi yang tepat, yakni adanya pengaturan waktu yang baik dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, belajar di rumah, berkelompok ataupun untuk mengikuti ujian. Perilaku belajar yang baik dapat terwujud jika siswa memiliki kesadaran dan tanggung jawab sebagai pelajar sehingga mereka dapat membagi waktu dengan baik antara belajar dengan kegiatan di luar belajar.

Selama menuntut ilmu di sekolah, siswa tidak lepas diri dari keharusan mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademiknya. Siswa juga berkewajiban mengikuti ujian-ujian, seperti ulangan harian, ulangan mid semester, ulangan semester, ulangan kenaikan kelas, ujian sekolah/nasional. Dalam mata pelajaran tertentu, siswa harus mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya sesuai dengan penugasan dan dalam jangka waktu tertentu. Semua penugasan yang diberikan guru harus dikerjakan dan diselesaikan tepat waktu.

Dalam upaya menyelesaikan tugas akademiknya tersebut, setiap siswa mempunyai strategi yang berbeda. Ada yang langsung mengerjakan tugas sesuai

dengan waktu yang telah ditentukan, dan ada pula yang memilih menunda mengerjakan tugas dengan alasan masih ada hari esok atau waktu untuk menyelesaikannya.

Mengulur waktu dan melakukan penundaan pengerjaan tugas dan kewajiban belajar merupakan salah satu tanda ketidaksiapan individu dalam menggunakan waktu secara efektif. Penundaan penyelesaian tugas juga berpotensi menghambat proses belajar siswa sendiri. Dalam bidang psikologi perilaku menunda-nunda dikenal dengan istilah prokrastinasi. Apabila berhubungan dengan dunia akademik istilah yang kemudian digunakan adalah prokrastinasi akademik (Ferrari, Jhonson, dan Mc Cown, 1995).

Prokrastinasi adalah menunda apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu hingga beberapa waktu ke depan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan atau kurang menarik (Lay, dalam Gunawinata dkk., 2008). Menurut Erde (dalam Thakkar, 2009) prokrastinasi merupakan penundaan suatu tugas yang pada awalnya sudah direncanakan. Gufron dan Risnawita (2010) memberikan definisi prokrastinasi akademik sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam mengerjakan tugas pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Suatu penundaan dikatakan prokrastinasi, apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman (Solomon dan Rothblum, dalam Tondok, Ristyadi dan Kartika, 2008). Ellis dan Knaus (1997) menjelaskan bahwa

prokrastinasi merupakan kebiasaan penundaan yang tidak perlu, yang dilakukan seseorang karena adanya ketakutan gagal serta ketakutan akan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dan harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak melakukan dengan segera, karena hal itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.

Prokrastinasi akademik akan menjadi masalah serius jika menjadi strategi yang sama bagi setiap siswa dalam mengerjakan tugas. Perilaku menunda tugas akan mengganggu proses belajar siswa, karena dengan tindakan ini siswa cenderung belajar tidak maksimal karena kurangnya waktu. Ferrari (dalam Atiningsih, 2008) menyebutkan prokrastinasi memunculkan konsekuensi negatif terhadap siswa yang melakukannya, antara lain: meningkatnya jumlah absen di kelas, tugas-tugas menjadi terbengkalai, menghasilkan tugas yang kurang maksimal, waktu menjadi terbuang sia-sia, bahkan berdampak pada penurunan prestasi akademik. Dalam hal prestasi akademik, prokrastinator cenderung memperoleh nilai akademik rendah dan rata-rata kondisi kesehatan yang kurang baik (Tjundjing, 2006).

Tice dan Baumeister (1997) menyebutkan prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi mereka sehingga menimbulkan stres. Senada dengan Tice dan Baumeister, Chu dan Choi (2005) menjelaskan prokrastinasi juga akan berdampak buruk pada kondisi fisik dan psikologis siswa seperti menimbulkan kecemasan, tingkat stres yang tinggi dan kesehatan yang buruk.

Blinder (2000) menyebutkan prokrastinasi dapat berakibat pada emosi seseorang. Ketika seseorang sadar bahwa dirinya telah melakukan prokrastinasi, mereka cenderung akan mengalami berbagai perasaan, di antaranya adalah merasa bersalah, merasa telah melakukan kecurangan, mengutuk diri sendiri, mengalami kecemasan, kepanikan, ketegangan, dan rendah diri.

SMAN 03 Sukoharjo merupakan salah satu SMA berprestasi di Kabupaten Sukoharjo. Berbagai macam prestasi akademik pernah diraih oleh SMAN 03 Sukoharjo. Kemampuan berprestasi siswa SMAN 03 Sukoharjo memunculkan persepsi masyarakat bahwa prokrastinasi akademik di siswa SMAN 03 Sukoharjo tergolong rendah. Namun berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 Desember 2013 terhadap siswa kelas X-9 yang berjumlah 32 siswa diketahui bahwa 84% siswa pernah melakukan prokrastinasi, sisanya 16% menaati jadwal belajar dengan tepat waktu. Gambaran prosentase prokrastinasi akademik siswa tercantum dalam tabel 1.1.

Tabel 1.1 Persentase Prokrastinasi Akademik Siswa.

	Melakukan	Tidak Melakukan
Prosentase	84%	16%

Prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa disebabkan beberapa hal, seperti: sibuk atau banyak kegiatan lain (50%), kurang memahami tugas (28%), malas (16%), dan menunggu batas akhir pengumpulan tugas (6%). Gambaran penyebab prokrastinasi akademik tercantum dalam tabel 1.2.

Tabel 1.2 Penyebab Prokrastinasi Akademik.

Penyebab Prokrastinasi Akademik	Prosentase
Sibuk atau banyak kegiatan lain	50%
Kurang memahami tugas	28%
Malas	16%
Menunggu batas akhir pengumpulan tugas	6%

Menunda mengerjakan tugas, menunjukkan bahwa para siswa belum dapat mengelola waktu belajar dengan baik. Indikatornya adalah tidak memiliki jadwal belajar yang tetap. Hanya 12% siswa yang mengerjakan tugas pada hari yang sama dengan tugas diberikan. Sisanya, 84% siswa yang mengerjakan tugas pada malam menjelang tugas dikumpulkan. Adapun 4% siswa lainnya mengerjakan tugas pada saat tugas hendak dikumpulkan, misalnya pagi hari di sekolah, dan lain-lain. Gambaran lengkap waktu pengerjaan tugas tercantum dalam tabel 1.3.

Tabel 1.3 Waktu Pengerjaan Tugas.

Waktu	Prosentase
Mengerjakan tugas pada hari yang sama	12%
Malam menjelang tugas dikumpulkan	84%
Mengerjakan tugas pada saat tugas hendak dikumpulkan	4%

Kecenderungan prokrastinasi akademik tersebut menunjukkan bahwa penundaan tugas yang tidak bertujuan dan berakibat negatif di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) bukanlah hal yang baru. Siswa semakin terbiasa mengerjakan tugas menjelang batas waktu yang ditentukan. Padahal siswa SMA merupakan siswa yang telah mengalami proses belajar di sekolah selama 6 tahun di SD dan 3 tahun di SMP ternyata memiliki pola belajar yang tidak terencana dengan baik seperti kebiasaan menunda mengerjakan tugas-tugas akademik. Hal ini terjadi bukan karena siswa semata kekurangan waktu, tetapi karena adanya beberapa faktor internal dan eksternal mempengaruhi siswa untuk terus menunda-nunda mengerjakan tugas.

Prokrastinasi akademik terbentuk dan berkembang dalam proses sosialisasi yang dimulai dari keluarga dan diperkuat di lingkungan sekolah serta lingkungan masyarakat. Dengan kata lain, seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik

tidak dapat terlepas dari faktor-faktor yang mendasari terbentuknya perilaku prokrastinasi itu sendiri. Tinggi rendahnya perilaku prokrastinasi akademik siswa diduga banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor pembentukannya. Faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi akademik ada 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologis dari individu. Sedangkan faktor eksternal dapat berupa pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan yang rendah pengawasannya (Gufron dan Risnawita, 2010).

Temuan-temuan penelitian sebelumnya menunjukkan prokrastinasi dapat diprediksi melalui berbagai faktor, di antaranya: regulasi diri dan motivasi yang rendah, pusat kendali eksternal, orientasi pada perfeksionisme, manajemen waktu yang lemah (Ackerman & Gross, 2005); kontrol diri dan harga diri yang rendah (Green dalam Muhid, 2009); *conscientiousness*, kecemasan, dan cita-cita (Steel, 2007; Scher & Osterman, 2002). Penelitian ini mengkaji prokrastinasi akademik dari perspektif efikasi diri dan regulasi emosi.

Individu adalah seperti apa yang dipikirkannya, jika berpikir akan berhasil, maka kemungkinan besar keberhasilan tersebut akan mampu untuk diraih. Begitu juga sebaliknya. Pada dasarnya setiap individu sudah memiliki kemampuan yang menjadi modal untuk mencapai keberhasilan. Kuncinya adalah pada keyakinan. Seseorang yang gagal bisa jadi bukan karena dia tidak mampu, tapi karena dia tidak yakin bahwa dia bisa. Keyakinan akan kemampuan diri sering dikenal dengan efikasi diri.

Bandura (1997) menyebutkan bahwa efikasi diri sejatinya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang

sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Adapun Matlin (dalam Sulistyawati, 2010) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang kuat, mampu mengatur kehidupan mereka untuk lebih berhasil.

Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi ketika awalnya tidak berhasil, mereka akan mencoba cara yang baru, dan bekerja lebih keras. Ketika masalah timbul, seseorang dengan efikasi diri yang kuat tetap tenang dalam menghadapi masalah dan mencari solusi, bukan memikirkan kekurangan dari dirinya. Efikasi diri yang rendah dapat menghalangi usaha meskipun individu memiliki keterampilan dan menyebabkan mudah putus asa.

Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan menuangkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai sesuatu yang diinginkan. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah akan menghindari atau mengundur waktu dalam mengerjakan tugas, usaha yang dilakukan menurun dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri membuat siswa lebih yakin akan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik yang menjadi tanggung jawabnya, tidak membuang waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan dan segera menyelesaikan tugas-tugas tersebut.

Novariandhini dan Latifah (2012) dalam penelitian yang dilakukan terhadap siswa SMA di Bogor, menyebutkan bahwa prestasi akademik seseorang berhubungan dengan harga diri, efikasi diri, dan motivasi belajar. Penelitian yang dilakukan Klassen dan Kuzucu (2009) menunjukkan hasil bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang kuat bagi prokrastinasi, baik untuk perempuan maupun laki-laki sehingga efikasi diri menjadi prediktor yang kuat bagi prokrastinasi. Ferrari, dkk., (dalam Haycock, McCarthy dan Skay, 1998) menemukan korelasi negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Tuckman (dalam Haycock, dkk., 1998) menemukan hubungan terbalik yang signifikan antara efikasi diri dan penundaan. Dalam penelitian lain, efikasi diri bersama kontrol diri (Muhid, 2009), orientasi pada kesempurnaan (Gunawinata, dkk., 2008), dan pola asuh otoriter orang tua (Rohmatun, 2013) memiliki hubungan yang signifikan dengan kecenderungan seseorang berperilaku prokrastinasi akademik.

Selain efikasi diri, regulasi emosi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Siswa yang duduk di bangku SMA dilihat dari usia, termasuk katagori remaja. Remaja adalah fase yang labil, *moody*, krisis identitas atau pencarian jati diri. Gunarsa (2002) mengatakan salah satu karakteristik yang dapat menimbulkan permasalahan pada masa remaja adalah ketidakstabilan emosi.

Pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan intensitasnya, khususnya pada latihan pengendalian individu terhadap pengungkapan emosi mereka. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya

dengan cara yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara atau dengan suara keras mengkritik orang lain yang menyebabkannya marah (Hurlock, 1993).

Siswa yang melakukan prokrastinasi dapat melahirkan kondisi emosi negatif dalam dirinya. Roger dan Daniel (2008) menyebutkan emosi merupakan suatu perasaan yang dapat mempengaruhi individu untuk menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan waktu yang ditargetkan atau menundanya. Sedangkan Damon dan Eisenberg (1998) memberi definisi emosi sebagai usaha seseorang untuk menentukan, mempertahankan, atau mengubah hubungan antara individu dengan lingkungan agar sesuai dengan keinginan individu tersebut. Emosi sendiri dapat berupa emosi positif atau negatif. Emosi positif akan menghasilkan perasaan menyenangkan. Sebaliknya perasaan marah, cemas, was-was, dan emosi negatif lainnya berpotensi menghasilkan perasaan susah dan tidak menyenangkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2013) menunjukkan individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi dan kemampuan melakukan regulasi emosi, maka motivasi berprestasi individu tersebut dapat tumbuh. Suriyah dan Tjundjing (2007) menyebutkan salah satu aspek kondisi psikis individu yang dapat mempengaruhi prokrastinasi adalah *emotional distress* (perasaan cemas yang ditimbulkan dari konsekuensi negatif pada saat melakukan prokrastinasi).

Perasaan cemas yang dialami individu tersebut dapat menjadi tanda bahaya yang dapat melahirkan ketegangan dalam diri individu. Ketegangan yang dirasakan individu akan memaksa individu yang bersangkutan menyelesaikan tugas yang dikerjakannya dengan lebih teliti untuk menghindari rasa cemas

(Albin, 2006). Apabila individu tidak dapat meredakan ketegangan yang dialaminya maka perasaan cemas akan terus berada dalam diri individu yang berakibat tugas yang dikerjakan menjadi tidak selesai atau menundanya.

Perubahan emosi yang menimbulkan rasa cemas apabila tidak dikelola dengan baik akan memberikan tekanan pada diri pelaku prokrastinasi sehingga tidak dapat fokus dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Kalat dan Shiota (2007) menyebutkan bahwa regulasi emosi merupakan strategi koping terhadap stress yang dialami seseorang, dalam hal ini ketika ada tekanan dalam penyelesaian tugas-tugas akademik. Ketika seseorang mengalami stress maka ia akan mencari sumber permasalahan dari stress tersebut kemudian mencoba menelaahnya untuk memberikan penilaian ulang yang lebih sesuai untuk akhirnya memilih strategi emosional yang lebih sesuai.

Revich dan Shatte (2002) menyebutkan individu akan tetap merasa tenang apabila mampu meregulasi emosinya. Regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional (Greenberg, 2002). Adapun Gross (2001) mendefinisikan dengan kemampuan individu dalam mengontrol emosi yang dimilikinya. Dengan regulasi emosi, individu akan dapat tetap fokus menyelesaikan tugas akademiknya di bawah tekanan yang ditimbulkan oleh rasa cemas dari dalam individu tersebut.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah: Apakah ada hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA?

B. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, penelitian ini dilakukan dengan tujuan menguji secara empiris:

1. Hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA.
2. Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA.
3. Hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini ada dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan teori dan informasi bagi perkembangan ilmu Psikologi Pendidikan dan Psikologi Klinis serta memperkaya hasil penelitian yang telah ada.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi subjek penelitian (siswa). Siswa diharapkan dapat memahami bagaimana cara yang tepat untuk menyikapi setiap tugas maupun tanggung jawabnya sebagai insan akademis, sehingga dapat mengurangi atau bahkan mencegah terjadinya prokrastinasi. Untuk para guru, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengetahui dan menjadi bahan pertimbangan antisipatif sebab-sebab terjadinya prokrastinasi akademik di lingkungan sekolah.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan variabel tergantung prokrastinasi akademik sudah banyak dilakukan. Penelitian Firouzeh Sephrian Azar (2013) dengan judul *Self-Efficacy, Achievement Motivation and Academic Procrastination as Predictors of Academic Achievement in Pre-College Students* menunjukkan dalam hal prokrastinasi akademik, tidak ada nilai yang signifikan antara anak perempuan dan anak laki-laki. Namun, dalam hal tingkat motivasi berprestasi, prestasi akademik, dan *self-efficacy* terdapat perbedaan yang signifikan di antara keduanya. Pada penelitian ini prokrastasi akademik dikaitkan dengan efiaksi diri (*self-efficacy*) dan regulasi emosi dengan populasi Siswa SMAN 3 Sukoharjo.

Penelitian Klassen dan Kuzucu (2009) dengan judul *Academic Procrastination and Motivation of Adolescents in Turkey* menunjukkan hasil bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang kuat bagi prokrastinasi, baik untuk perempuan maupun laki-laki. Hal ini dikarenakan kepercayaan diri seseorang akan kemampuannya merupakan faktor terpenting bagi seseorang untuk menentukan performannya dalam suatu tugas. Keyakinan yang kuat, yang menyebabkan seseorang terhindar dari prokrastinasi.

Penelitian Abdul Muhid (2009) dengan judul *Hubungan Antara Self-Control dan Self-Efficacy dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa* menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa banyak ditentukan oleh variabel-variabel kepribadian seperti *self-control* dan *self-efficacy*. Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian Muhid

terletak pada perbedaan variabel bebas, karakteristik subyek penelitian, lokasi penelitian, teori dan alat ukur.

Penelitian yang dilakukan oleh Rohmatun (2013) dengan judul *Hubungan Self-Efficacy dan Pola Asuh Otoriter dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa* dengan subjek penelitian mahasiswa Fakultas Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung yang sedang mengerjakan skripsi yang berjumlah 123. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara *self-efficacy* dan pola asuh otoriter dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa, maka prokrastinasi akademik akan rendah. Semakin tinggi persepsi negatif mahasiswa tentang pola asuh otoriter orang tua, maka prokrastinasi akademik akan rendah. Begitu juga sebaliknya. Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian Rohmatun terletak pada perbedaan variabel bebas, karakteristik subyek penelitian, lokasi penelitian, teori dan alat ukur.

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni (2013) dengan judul *Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMK Negeri 1 Samarinda* menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi. Selanjutnya, terdapat hubungan positif dan signifikan antara regulasi emosi dengan motivasi berprestasi. Variabel efikasi diri dan regulasi emosi pada penelitian ini memiliki peran sebagai variabel bebas sehingga memiliki persamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Karena memiliki variabel tergantung yang berbeda, maka hasil penelitian juga pasti akan berbeda.

Penelitian yang dilakukan Ridhayati Faridh dan Ratna Syifa'a Rachmahana (2008) berjudul *Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Kenakalan Remaja* dengan tujuan untuk mengetahui korelasi negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan kenakalan remaja. Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa SMA PGRI 2 Yogyakarta kelas X dan kelas XI. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan kenakalan remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi emosi subyek maka semakin rendah kecenderungan kenakalannya.

Penelitian yang akan dilakukan peneliti memiliki variabel tergantung yang sama dengan penelitian sebelumnya yaitu prokrastinasi akademik. Hal yang kemudian membedakannya adalah variabel bebas, subjek penelitian, dan alat ukur yang digunakan. Dalam penelitian ini efikasi diri dan regulasi emosi dipilih sebagai variabel bebas. Untuk subjek dan tempat penelitian adalah siswa SMAN 03 Sukoharjo. Adapun alat ukur yang digunakan adalah skala efikasi diri yang disusun berdasarkan aspek efikasi diri dari Bandura, skala regulasi emosi yang disusun berdasarkan aspek regulasi emosi dari Thompson, dan skala prokrastinasi akademik yang disusun berdasarkan aspek prokrastinasi akademik dari Ferrari. Dari uraian tersebut dapat terlihat jelas bahwa sepanjang yang peneliti ketahui penelitian ini belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.