

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DENGAN
PROKRASITINASI AKADEMIK PADA SISWA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1 pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

WAWAN KURNIAWAN

F 100 120 149 / G 000 124 005

TWINNING PROGRAM

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DENGAN
PROKRASITINASI AKADEMIK PADA SISWA**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

WAWAN KURNIAWAN

F 100 120 149 / G 000 124 005

Telah diperiksa dan disetujui untuk uji oleh:

Pembimbing Utama I



Dra. Zahrotul Uyun, M.Si
NIK/NIDN: 194/0607066401

Pembimbing Utama II



Drs. Zaenal Abidin, M.Pd
NIK/NIDN: 384/0601095901

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA

OLEH :



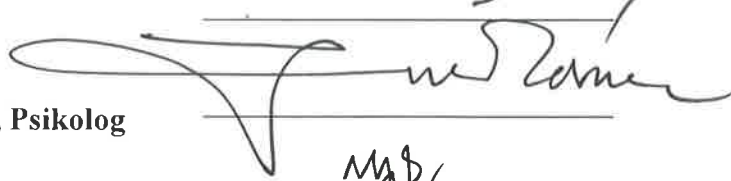

WAWAN KURNIAWAN

F 100 120 149 / G 000 124 005

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Rabu, di Surakarta, 2020
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi
(Ketua Dewan Penguji)
2. Drs. Zaenal Abidin, M.Pd
(Anggota 1 Dewan Penguji)
3. Drs. Mohammad Amir, M.Si, Psikolog
(Anggota 1I Dewan Penguji)
4. Dr. Mohammad Ali, S.Ag.M.Pd
(Anggota 1II Dewan Penguji)

Dekan,



(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si)

NIK. 838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 9 Juli 2020

Penulis



WAWAN KURNIAWAN
F 100 120 149

HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA

Abstrak

Pada masa-masa sekolah, seorang siswa dituntut untuk belajar giat dan menyelesaikan banyak tugas, namun di dunia akademis sering terjadi adanya penundaan tugas akademis yang sering disebut dengan istilah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik terjadi disebabkan adanya faktor disposisional pribadi terkait dengan ketakutan atau kegagalan seperti depresi dan kecemasan. Tujuan penelitian ini yakni untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo, sehingga penulis mengajukan hipotesis "Ada hubungan positif antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik". Subjek dalam penelitian ini adalah SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo kelas XI yang berjumlah 102 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*, yaitu subyek yang dijadikan sampel penelitian didasarkan pada kelompok-kelompok atau kelas. Alat ukur yang digunakan untuk mengungkap variabel-variabel penelitian ada 2 macam alat ukur, yaitu : (1) skala kecemasan dan (2) skala prokrastinasi akademik. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis maka diperoleh korelasi antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik (r) sebesar 0,397 dengan $p = 0,000$ dimana $p < 0,01$, hal ini berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi kecemasan maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada siswa, dan sebaliknya semakin rendah kecemasan maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada siswa. Hasil rerata empirik dibandingkan dengan rerata hipotetik menunjukkan bahwa variabel kecemasan pada siswa SMK Muhammadiyah 1 kelas XI Sukoharjo pada umumnya sedang, selanjutnya pada variabel prokrastinasi akademik pada kategori rendah. Peranan kecemasan terhadap prokrastinasi akademik (SE) sebesar 29% artinya masih terdapat 71% faktor lain selain kecemasan yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Kata kunci : kecemasan, prokrastinasi akademik, siswa smk muhammadiyah 1 kelas XI sukoharjo.

Abstract

In school days, a student was required to study vigorous and accomplish many assignments, but in the academic world there was often a delay in academic tasks often referred to as academic procrastination. Academic procrastination occurs due to a personal dispositional factor associated with fear or failure such as depression and anxiety. The aim of this research is to know the relationship between anxiety and academic procrastination in SMK Muhammadiyah 1 of Sukoharjo, so the author submits the hypothesis "there is a positive relationship between anxiety and academic procrastination". The subject in this study is the deaf student of SMK

Muhammadiyah 1 of Sukoharjo of XI grade, that is an amount of 423. Sampling technique that used was the random sampling clusters, i.e. subjects that used to sample research based on groups or classes. Measuring instrument which is used to reveal research variables there are 2 kinds of measuring instrument, namely: (1) the anxiety scale and (2) the academic procrastination scale. Data analysis in this study uses the product moment correlation. Based on the results, so is obtained the correlation between anxiety with academic procrastination (r) is amount of 0.397 with $p = 0.000$ where $p < 0.01$, this means there is a very significant positive relationship between anxiety with academic procrastination. That's means the higher anxiety then the higher the academic procrastination of students, and conversely the lower anxiety, then the lower also academic procrastination of students. The result of mean empirical compared with mean hypothetic indicates that the variable anxiety of the SMK Muhammadiyah 1 students of Sukoharjo of XI grade in generally is moderate category, subsequent the variable of academic procrastination in low category. The anxiety variable of the academic procrastination variable (SE) is amount of 29%, that's means there are still 71% of other factors besides anxiety that affects the academic procrastination.

Keywords: anxiety, academic procrastination, student of SMK muhammadiyah 1 of sukoharjo.

1. PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, kebutuhan manusia semakin kompleks, tidak hanya kebutuhan pokok seperti sandang pangan dan papan, melainkan juga kebutuhan akan pendidikan, yang kebutuhan pendidikan di jaman modern sekarang ini justru menjadi kebutuhan yang krusial. Dikatakan bahwa pendidikan merupakan kebutuhan yang krusial karena pendidikan mempunyai tugas untuk menyiapkan SDM bagi pembangunan bangsa dan negara.

Pada masa-masa sekolah, seorang siswa dituntut untuk belajar giat dan menuntut ilmu hingga selesai, agar kelas masa dewasa dapat menjadi individu yang mandiri dan punya penghasilan sendiri. Dalam kegiatan belajar mengajar, seorang guru pasti memberikan tugas dan PR yang bertujuan untuk lebih memahamkn materi pada siswanya. Hanya saja tugas dan PR kadang tidak dikerjakan oleh siswa. Hal ini disebabkan siswa sering melakukan penundaan untuk mengerjakan tugasnya sehingga pada saat pengumpulan tugas, ternyata tugas belum selesai dan bahkan mungkin belum dikerjakan.

Perilaku suka menunda-nunda tersebut biasa disebut dengan prokrastinasi. Perilaku prokrastinasi didefinisikan oleh Haycock McCarthy & Skay (1998) adalah penundaan tugas sampai menit terakhir, meninggalkan tugas yang seharusnya selesai, atau penundaan keputusan yang akan diambil dan tanggung-jawab pada menit terakhir.

Penelitian yang dilakukan McCown (dalam Ferrari dkk, 1995) menemukan bahwa prokrastinasi terkait dengan kecenderungan untuk menunda tugas dan waktu untuk mengerjakan tugas. Penundaan dilakukan karena perilaku untuk mengerjakan tugas tidak sesuai dengan niat yang telah ditetapkan, juga karena ada penundaan niat untuk memulai mengerjakan tugas. Secara ringkas, ada kesenjangan antara niat dengan perilaku pada prokrastinator (Milgram, Sroloff, & Rosenbanum, dalam Ferrari dkk., 1995).

Milgram (dalam Ferrari, Johnson dan McCown, 1995) mengatakan bahwa prokrastinasi ini tidak hanya sebuah penyimpangan keingintahuan manusia, namun juga salah satu dari banyak kasus di mana orang-orang gagal untuk mengejar kepentingan mereka dalam cara yang efisien dan produktif. Ini mewakili disfungsi kemampuan manusia yang penting, sehingga prokrastinator akan banyak membuang-buang waktu, kehilangan kesempatan, dan tidak hidup dalam kehidupan yang sejati.

Pada dunia akademis penundaan tugas akademis ini sering disebut dengan istilah prokrastinasi akademik. Diterangkan oleh Ozer, Demir, & Ferrari (2009) bahwa prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai keterlambatan irasional dalam melakukan tugas-tugas akademik pada siswa (misalnya, belajar untuk ujian, membaca tugas, melakukan administrasi akademik dan tugas-tugas kehadiran/absensi).

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik atau kinerja akademik, misalnya menulis paper, membaca buku-buku pelajaran, membayar SPP, mengetik makalah, mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas sekolah atau tugas kursus, belajar untuk ujian, mengembalikan buku perpustakaan, membuat karya ilmiah, misalnya skripsi, dan sebagainya (Aitken dalam Ferrari dkk., 1995).

Ferrari, Johnson dan McCown (2009) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda pengerjaan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi. Senada dengan Rothblum dkk, (dalam Haycock, 1993), Prokrastinasi akademik adalah gaya biasa menunda-nunda atau menunda tugas-tugas dan tanggung jawab akademik yang disertai dengan tingkat kecemasan yang tidak menyenangkan.

Begitu pentingnya penggunaan waktu dimaksimalkan oleh para siswa sehingga diharapkan para siswa tidak melakukan penundaan atau melakukan prokrastinasi, hanya saja masih saja terjadi penundaan tugas atau prokrastinasi akademik. Seperti hasil survey yang dilakukan peneliti di SMP Al-Muayyad Surakarta terhadap seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 68 siswa sekitar 59% siswa harus sering diingatkan oleh orang lain atau orang tua untuk mengerjakan pekerjaan rumah (PR) (Huda, 2017).

Pemberian tugas dan resitasi adalah metode penyajian bahan dimana guru memberikan tugas tertentu agar siswa melakukan kegiatan belajar. Metode ini diberikan karena dirasakan bahan pelajaran terlalu banyak, sementara waktu sedikit. Artinya, banyaknya bahan yang tersedia dengan waktu kurang seimbang. Agar bahan pelajaran selesai sesuai batas waktu yang ditentukan, maka metode inilah yang biasanya digunakan (Djamarah dan Zain, 2006).

Metode pemberian tugas adalah suatu cara atau proses pembelajaran bilamana guru memberi tugas tertentu dan murid mengerjakannya, kemudian tugas tersebut dipertanggungjawabkan kepada guru (Ismail, 2008). Metode pemberian tugas tidak sama dengan pekerjaan rumah (PR), tetapi jauh lebih luas dari itu, karena pemberian tugas tersebut dapat dikerjakan di dalam kelas, di halaman sekolah, di laboratorium, di perpustakaan, di rumah, atau dimana saja asal tugas itu dapat dikerjakan atau diselesaikan.³ Pemberian PR dimaksud agar siswa di rumah mengulangi pelajaran yang diajarkan di sekolah oleh gurunya. Pemberian PR atau metode pemberian tugas adalah dimana murid diberikan tugas khusus diluar jam pelajaran. Dalam pelaksanaan metode ini siswa dapat mengerjakan tugasnya tidak hanya dirumah saja, tapi dapat juga dikerjakan di perpustakaan, di laboratorium, di

ruang pratikum dan lain sebagainya untuk dapat dipertanggungjawabkan kepada guru.

Adanya tugas atau PR tersebut untuk sebagian siswa merupakan beban, sehingga mereka menunda-nunda dan mengerjakan hal lain yang dianggap lebih menyenangkan yang mana hal ini merupakan prokrastinasi akademik. Apabila tugas dan PR tidak dikerjakan sampai batas waktu pengerjaan maka hal ini akan menimbulkan masalah bagi siswa sendiri yakni siswa menjadi kurang menguasai materi pelajaran. Untuk itu sangat diharapkan agar prokrastinasi akademik tidak terjadi di kalangan siswa, sehingga sangat penting untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu, yang meliputi kondisi fisik dan psikis, dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu, yang meliputi gaya pengasuhan orangtua, tingkat atau level sekolah, tugas yang terlalu banyak, dan kondisi lingkungan. Kemudian menurut Sultan dan Husain (2010) prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh manajemen waktu yang tidak tepat

Selanjutnya menurut Chang (2014) dari penelitiannya mengungkapkan bahwa faktor disposisional pribadi terkait dengan ketakutan atau kegagalan seperti depresi dan kecemasan yang sering mengarah pada prokrastinasi. Individu yang melakukan prokrastinasi pada dasarnya ditemukan bahwa mereka diprovokasi oleh kecemasan dan sebagai akibatnya mereka menunda tugas tersebut.

Penelitian lain yakni dilakukan oleh Gibson (2014) dengan subyek penelitian siswa perawat sebanyak 202 orang maka ditemukan bahwa siswa yang kecemasan menghadapi ujian pada akhirnya mengalami prokrastinasi dalam mempersiapkan ujian, yang mana hasil ujian menjadi sangat buruk, sehingga gagal dalam menyelesaikan program keperawatan,

Penelitian lain dilakukan oleh Azure (2011) yang dilakukan pada 103 mahasiswa magister dengan program kuliah dua tahun bahwa dari uji statistik diperoleh kalau prokrastinasi akademik terjadi dari ketakutan yakni takut minta bantuan, takut terhadap dosen maupun kecemasan terhadap kegagalan.

Berdasarkan paparan di atas maka muncul permasalahan, “apakah ada hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada siswa?” Sehingga dari permasalahan tersebut peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul, ”Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa”.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: a. hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada siswa; b. peranan kecemasan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa; c. tingkat kecemasan pada siswa ; d. tingkat prokrastinasi akademik pada siswa .

Manfaat dari Penelitian ini adalah: a. Bagi orang tua, diharapkan dapat memberikan informasi tentang prokrastinasi pada anaknya sehingga orang tua bisa ikut mengarahkan anaknya untuk tidak menunda-nunda tugas sekolahnya; b. Bagi siswa, diharapkan dapat memberikan informasi tentang perilaku yang seharusnya dihindari yakni prokrastinasi; c. Bagi peneliti lain, sebagai wacana dan bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.

2. METODE

Variabel dalam penelitian ini adalah kecemasan sebagai variabel bebas dan variabel prokrastinasi akademik sebagai variabel tergantung. Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMK Muhammadiyah 1 kelas XI Sukoharjo yang terdiri dari 14 kelas dengan jumlah keseluruhan 423 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala pengukuran psikologis. Ada dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala kecemasan dan skala prokrastinasi akademik. Teknik analisis yang digunakan untuk menghubungkan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik adalah SPSS dengan analisis *product moment*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasar hasil analisis data dapat diketahui bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik dengan koefisien korelasi $r(xy) = 0,397$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya semakin tinggi kecemasan maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada siswa, dan sebaliknya semakin rendah

kecemasan maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada siswa SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Chang (2014) dari penelitiannya mengungkapkan bahwa faktor disposisional pribadi terkait dengan ketakutan atau kegagalan seperti depresi dan kecemasan yang sering mengarah pada prokrastinasi. Individu yang melakukan prokrastinasi pada dasarnya ditemukan bahwa mereka diprovokasi oleh kecemasan dan sebagai akibatnya mereka menunda tugas tersebut.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Gibson (2014) dengan subyek penelitian siswa perawat sebanyak 202 orang maka ditemukan bahwa siswa yang kecemasan menghadapi ujian pada akhirnya mengalami prokrastinasi dalam mempersiapkan ujian, yang mana hasil ujian menjadi sangat buruk, sehingga gagal dalam menyelesaikan program keperawatan. Penelitian lain dilakukan oleh Azure (2011) yang dilakukan pada 103 mahasiswa magister dengan program kuliah dua tahun bahwa dari uji statistik diperoleh kalau prokrastinasi akademik terjadi dari ketakutan yakni takut minta bantuan, takut terhadap dosen maupun kecemasan terhadap kegagalan.

Ditambahkan oleh Solomon & Rothblum (dalam Nugrasanti, 2006), prokrastinasi dilakukan siswa karena memiliki kecemasan terhadap kemampuannya untuk dievaluasi, takut gagal, dan susah mengambil keputusan. Selanjutnya menurut Knaus (2002) mengatakan bahwa ada keterkaitan antara prokrastinasi dan kecemasan, semakin tinggi kecemasan seseorang maka semakin tinggi pula prokrastinasinya. Seperti hasil penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Siaputra dan Natalya (2013) bahwa pada kelompok yang diberi treatment kecemasan mempunyai tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibanding kelompok kontrol yang tidak diberi treatment kecemasan.

Rerata empirik pada variabel kecemasan sebesar sebesar 51,25 dan rerata hipotetik sebesar 57,5. Jadi rerata empirik < rerata hipotetik yang berarti yang berarti pada umumnya siswa SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo mempunyai tingkat kecemasan yang sedang mendekati rendah.

Adanya kecemasan yang sedang mendekati rendah tersebut karena lingkungan sekolah berusaha menerapkan visi misi berupa menumbuhkan karakter

melalui pembiasaan nilai-nilai Islami, diadakannya praktek-praktek ketrampilan sehingga para siswa terbiasa menghadapi permasalahan, dan setiap permasalahan yang ada biasanya akan dibantu guru untuk mencari solusinya, yang pada akhirnya siswa selalu belajar untuk memecahkan masalah dan mencari solusi. Dengan terbiasanya siswa untuk memecahkan masalah dan mendapatkan solusi membuat para siswa hanya sedikit mengalami kecemasan sehingga rata-rata siswa mengalami kecemasan berada pada kategori sedang mendekati rendah.

Rerata empirik variabel prokrastinasi akademik sebesar 73,61 dan rerata hipotetik sebesar 82,5. Jadi rerata empirik < rerata hipotetik yang berarti pada umumnya siswa SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo mempunyai prokrastinasi akademik yang rendah. Prokrastinasi akademik yang rendah pada SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo karena salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yakni kecemasan juga pada kategori sedang mendekati rendah, selain itu siswa sudah terbiasa diberikan tugas-tugas untuk mengembangkan ketrampilan dasar mereka sebagai siswa sekolah kejuruan, sehingga mereka tidak terbiasa untuk menunda-nunda pekerjaan.tugas.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diketahui bahwa kecemasan berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik, dengan sumbangan efektifnya sebesar 0,157, sehingga kecemasan berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik hanya sebesar 15,7%, karena masih ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 83,4% diluar faktor prokrastinasi akademik, antara lain: konsep diri, harga diri, pengalaman hidup, pola asuh, kematangan usia, jenis kelamin, penampilan fisik. Gagasan penelitian ilmiah ini yakni mengacu pada penelitian yang telah dilakukan oleh Azure (2011) bahwa ada hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada 103 mahasiswa S2 yang menyelesaikan fase kedua di Universitas Pendidikan, Ghana.

4. PENUTUP

Adapun kesimpulan dan saran dari penelitian ini adalah: a. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik, artinya semakin tinggi kecemasan maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, dan

sebaliknya semakin rendah kecemasan maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada siswa; b. Berdasarkan hasil penelitian diketahui kecemasan pada subyek penelitian tergolong sedang; c. Berdasarkan hasil penelitian diketahui prokrastinasi akademik pada subyek penelitian tergolong rendah; d. Sumbangan efektif kecemasan terhadap prokrastinasi akademik sebesar 15,7%. Hal ini berarti menunjukkan bahwa terdapat faktor- faktor lain sebesar 84,3% selain kecemasan yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Saran Bagi Guru, Para guru diharapkan mampu terus berusaha menurunkan tingkat kecemasan yang sedang sehingga prokrastinasi akademik juga terus dapat menurun.

Saran bagi Bagi sekolah, diharapkan dapat terus mewujudkan visi misi sekolah dengan cara membangun budaya sekolah untuk selalu mencari solusi dari berpraktek berbagai ketrampilan sehingga semakin menurunkan kecemasan diantara siswa karena semakin merasa percaya diri dan pada akhirnya prokrastinasi akademik juga smakin menurun.

Saran bagi peneliti selanjutnya, Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan meneliti variabel-variabel lain yang belum diungkap selain kecemasan seperti gaya pengasuhan orangtua, tingkat atau level sekolah, tugas yang terlalu banyak, dan kondisi lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azure, J.A. (2011). Correlates of course anxiety and academic procrastination in higher education. *Global Journal of Educational Research*. Vol 10, No. 1, 2011: 55-65
- Chang, H.K. (2014). Perfectionism, Anxiety, And Academic Procrastination: The Role Of Intrinsic And Extrinsic Motivation In College Students. *Thesis*. California: California State University.
- Djamarah & Zain. (2006). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ferrari J. R. (2009). Self Handicapping By Procrastinator : Academic Procrastination. <http://www.carleton.cartpsychyl/interner.html>.

- Ferrari, J.R. Johnson, J.L., & McCown, W.G. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.
- Fauziah, F & Widuri, J. (2007). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press).
- Gibson, H. A. (2014). A conceptual view of test anxiety. *Nursing Forum*, 49(4), 267-277.
- Haycock, L. A., McCarthy, P., & Skay, C. L. (1998). Procrastination in College Students: The Role of Self-Efficacy and Anxiety. *Journal of Counseling and Development*, 76, 317-324
- Huda, N. (2017). hubungan antara komunikasi interpersonal kelompok belajar dengan motivasi belajar siswa-siswi yayasan SMP Al-Muayad Surakarta. *Skripsi*. Surakarta: UMS.
- Jeffrey, N. S., Spencer, A. Ratus, dan Greene, Beverly. (2005). *Psikologi Abnormal*. Terjemahan Tim Psikologi Universitas Indonesia. Edisi Kelima. Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Knaus, W. (2002). *The Procrastination Workbook*. New York: Harbinger Publications, Inc.
- Nugrasanti, R. (2006). *Locus Of Control Dan Prokrastinasi*, Jurnal Provitae, Vol. 2 No.1, Jakarta, Mei 2006.
- Rochman, K. (2010). *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press
- Siaputra, I.D., dan Natalya, L. (2013). Nothing Is Impossible Pengaruh Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol.2 No.1 (2013)
- Siaputra, I.B & Natalya, L. (2013). Pengaruh Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.2 No.1.
- Sultan, S. dan Hussain, I 2010. Analysis of Procrastination Among University Students. *Journal Procedia*. Social and Behavioral Science. 5: 234-254.