
Hubungan antara Kemandirian Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA

Ayumi Ramadhita, Agus Tri Susilo, Citra Tectona Suryawati

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret.
Jl. Ir. Sutami No.36, Ketingan, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57126
e-mail: ayumirahmadhita@gmail.com

Artikel diterima: 27 Mei 2022; direvisi 29 Juni 2022; disetujui 30 Juni 2022

Abstract: The study aimed to describe the level of independent learning and academic procrastination in high school students. The sampling technique in this study uses proportional random sampling with 203 samples. The data were collected using independent learning and academic procrastination scales. The hypothesis in this study used correlation and regression tests. The correlation test result showed a p-value of 0,000 and a correlation coefficient of -0,275. The regression test results showed that the effect of independent learning on academic procrastination is 80,9%, and the p-value was 0,000. The conclusion of this study is that there is a relationship between independent learning and academic procrastination, and independent learning has an impact on academic procrastination.

Keywords: Academic Procrastination, Independent Learning, High School Students.

Cara mengutip:

Ramadhita, A., Susilo, A.T., Suryawati, C.T. (2022). Hubungan antara Kemandirian Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*. 6 (1) 14-28.
<https://dx.doi.org/10.20961/jpk.v6i1.61510>

PENDAHULUAN

Dewasa ini, hampir di seluruh negara, terutama di Indonesia mengalami perubahan kondisi yang cukup pesat akibat pandemi COVID-19. Kemendikbud RI menghimbau seluruh pendidik agar melaksanakan proses kegiatan belajar mengajar (KBM) di rumah secara daring. Melalui pembelajaran ini, siswa mendapatkan pembelajaran melalui beberapa aplikasi seperti *google classroom*, telepon atau *live chat*, *video conference*, *zoom* dan *whatsapp group*. Siswa juga memiliki kebebasan lebih dalam mengatur waktu belajarnya, dapat belajar kapanpun dan di manapun.

Setiap pembelajaran, baik pembelajaran langsung secara tatap muka maupun daring pasti akan menemukan permasalahan-permasalahan di dalamnya. Salah satunya siswa merasa jenuh karena proses pembelajaran berjalan secara monoton, beban tugas yang harus dikerjakan sangat banyak, dan siswa kurang paham mengenai suatu materi pelajaran. Faktor-faktor inilah yang pada akhirnya membuat siswa memilih untuk menunda-nunda mengerjakan tugas, dan kurangnya pengawasan guru dalam melakukan pembelajaran secara daring juga menjadi suatu hambatan yang pada akhirnya membuat peserta didik cenderung menunda-nunda waktu belajarnya (Setyowati, Santoso, & Biantoro, 2020).

Menurut Schouwenburg dkk (Rabin, Fogel, & Nutter-Upham, 2011) prokrastinasi adalah suatu kegiatan yang secara sadar individu melakukan penundaan memulai tugas akademik yang



penting dan tidak tepat waktu. Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu, biasanya berasal dari lingkungan individu itu sendiri.

Berdasarkan gambaran empiris yang telah dilakukan peneliti, ditemukan beberapa siswa dengan indikasi prokrastinasi akademik. Studi terdahulu yang dilakukan kepada siswa di SMA swasta di Surakarta didapatkan hasil sebanyak 61% siswa mengalami prokrastinasi akademik. Hal ini diperkuat melalui wawancara yang dilakukan dengan guru BK, menemukan bahwa beberapa siswa memiliki kecenderungan menunda mengerjakan tugas. Guru BK menambahkan, berdasarkan hasil observasi serta evaluasi bersama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas, terdapat beberapa siswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang dapat dilihat dari pengumpulan tugas di *Microsoft teams*.

Senecal (Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008) mengungkapkan prokrastinasi yang dialami oleh siswa memiliki keterkaitan dengan permasalahan siswa dalam mengatur dirinya sendiri, terlebih dalam lingkup akademik. Kegagalan mengatur diri ini tentu memiliki efek yang dapat merugikan bagi siswa, salah satunya adalah penurunan prestasi akademik (Grunschel, dkk., 2018), namun, keberhasilan siswa juga dapat dilihat dari bagaimana siswa tersebut mengatur dirinya. Perilaku mengatur diri ini bisa disebut dengan kemandirian terutama dalam bidang belajar.

Kemandirian belajar merupakan suatu metode pembelajaran yang dapat diartikan sebagai tanggung jawab yang diterima oleh siswa untuk belajar secara mandiri (Fisher & King, 2010). Siswa yang mempunyai kemandirian belajar mampu berinisiatif memulai kegiatan belajar sendiri, mampu memecahkan permasalahan yang terdapat di dalam proses belajar, bertanggung jawab, dan memiliki kepercayaan diri akan kegiatan belajar yang dilaksanakannya. Sebaliknya, apabila siswa tidak memiliki kemandirian belajar siswa akan kesulitan dalam memecahkan permasalahan dalam proses belajarnya, dan kurang percaya diri akan kemampuannya.

Studi pendahuluan yang dilakukan untuk mengetahui kemandirian belajar siswa kelas XI. Hasil wawancara bersama guru BK mengungkapkan bahwa tingkat kemandirian belajar siswa bervariasi, namun selama masa pembelajaran daring, kemandirian belajar hanya dapat terlihat melalui ketepatan waktu saat mengumpulkan tugas, dan presensi selama pembelajaran daring. Wawancara juga dilakukan bersama delapan siswa kelas XI yang mengindikasikan bahwa kemandirian belajar siswa tergolong sedang. Hasil wawancara tersebut diantaranya yaitu banyak siswa yang belum memiliki kesadaran untuk mengumpulkan tugas tepat waktu, belajar hanya pada saat mengerjakan tugas atau saat akan ujian. Hampir semua siswa yang diwawancarai belum dapat mengatur waktu belajarnya dengan baik.

Hasil ini diperkuat dengan studi terdahulu dari Putra, Hestiningrum, & Pribadi (2020) yang diperoleh dengan wawancara bersama guru mata pelajaran dan wali kelas, observasi, serta menyebar angket kemandirian belajar, angket disebar kepada 41 siswa kelas XI MIPA 1, menunjukkan hasil bahwa sebanyak tiga siswa (7,32%) berada pada tingkat kemandirian belajar yang rendah, 31 siswa (75,61%) di tingkat sedang, dan tujuh siswa (17,07%) berada pada tingkat tinggi. Kemandirian belajar memegang peranan penting, sebab individu yang mempunyai kemandirian belajar yang tinggi mampu lebih bertanggungjawab terhadap proses belajar serta tidak bergantung dengan individu lain, sehingga kemampuan ini dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi (Putra, 2017). Terlebih lagi di masa pembelajaran daring, siswa diharapkan untuk lebih mandiri dalam belajarnya di rumah. Individu yang memiliki kemandirian belajar dapat menetapkan tujuan mereka sendiri, dapat merencanakan serta menggunakan strategi pembelajaran yang efektif, dapat memantau serta mengevaluasi kinerja mereka dan menyesuaikan strategi belajar mereka (Park & Sperling, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kuhnle, Hofer dan Kilian (2011) mengemukakan bahwa individu mampu mengendalikan dirinya dan cenderung tidak melakukan prokrastinasi bila mandiri dalam belajarnya, sedangkan individu kurang mandiri dalam belajarnya berpotensi melakukan prokrastinasi yang dapat berdampak pada motivasi diri, nilai, dan adanya rasa penyesalan dalam diri. Hal ini diperkuat berdasarkan hasil penelitian Wolters (Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008), yang mengungkapkan bahwa hubungan prokrastinasi dengan kemandirian belajar memiliki keterkaitan, apabila tingkat kemandirian belajar rendah, maka tingkat prokrastinasi tinggi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam apakah terdapat hubungan antara kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode korelasional. Metode korelasi adalah metode yang dilakukan untuk mengetahui suatu hubungan antar dua variabel atau lebih (Arikunto, 2005). Metode korelasi memiliki tujuan untuk mengetahui variasi hubungan antar variabel untuk mengetahui kemana arah hubungan dan kekuatan dari hubungan dua atau lebih variabel tersebut (Azwar, 2016). Pendekatan dan metode ini dipilih untuk menguji hubungan antara dua variabel, yaitu kemandirian belajar dan prokrastinasi akademik.

Adapun sampel yang digunakan adalah sebagian dari siswa kelas XI SMA swasta di Kota Surakarta yang berjumlah 203 siswa. Pengambilan sampel ini dilakukan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Teknik ini dimaksudkan dengan mengambil perwakilan dari tiap

kelas agar hasil yang dicapai lebih representatif. Peneliti mengambil sampel sebanyak 203 siswa dari total populasi 410 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis. Skala psikologis yaitu suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur aspek tertentu serta mengungkap kepribadian seseorang. Skala psikologis yang digunakan pada penelitian ini adalah skala kemandirian belajar dan skala prokrastinasi akademik yang dikembangkan oleh peneliti. Skala kemandirian belajar terdiri 38 item valid dan skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari 35 item valid.

HASIL

Berdasarkan hasil analisis dari pengisian skala kemandirian belajar diketahui bahwa kemandirian belajar siswa berada pada kategori sedang. Hasil kategori tingkat kemandirian belajar siswa kelas XI ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1 Tingkat Kemandirian Belajar

Kategori	Jumlah
Rendah	0
Sedang	151
Tinggi	52
Total	203

Hasil analisis pada tabel 1 menjelaskan bahwa terdapat siswa sebanyak 151 siswa dengan persentase 74,4% tergolong pada kategori kemandirian belajar sedang, sebanyak 52 siswa dengan persentase 25,6% tergolong pada kategori tinggi, dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Sehingga disimpulkan bahwa kemandirian belajar siswa kelas berada pada kategori sedang. Selanjutnya hasil analisis skala prokrastinasi akademik siswa disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2 Tingkat Prokrastinasi Akademik

Kategori	Jumlah
Rendah	31
Sedang	165
Tinggi	7
Total	203

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 2 diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa sebanyak 15,3% dengan jumlah 31 siswa tergolong pada kategori prokrastinasi akademik rendah, 81,3% dengan jumlah 165 siswa tergolong pada kategori sedang, dan 3,4% dengan jumlah 7 siswa tergolong pada kategori tinggi. Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa berada pada kategori sedang. Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi dan uji regresi linier sederhana.

Uji korelasi dilakukan menggunakan rumus *Product Moment Pearson Correlation*. Didapatkan hasil uji korelasi dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$, dan nilai koefisien korelasi sebesar -

0,275. Hasil ini dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat korelasi negatif antara kemandirian belajar dan prokrastinasi akademik. Uji hipotesis yang kedua yaitu uji regresi linier sederhana dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas yaitu kemandirian belajar kepada variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik. Berdasarkan analisis, didapatkan hasil bahwa nilai sig. $0,000 < 0,05$ dengan nilai F hitung = 849,320. Disimpulkan bahwa kemandirian belajar (variabel bebas) memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik (variabel terikat).

Tabel 5 mendeskripsikan bahwa nilai korelasi atau R yaitu sebesar 0,899 serta diperoleh hasil koefisien determinasi (R square) sebesar 0,809. Artinya bahwa adanya sumbangan pengaruh variabel kemandirian belajar sebesar 80,9%. Berdasarkan keseluruhan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh variabel kemandirian belajar terhadap variabel prokrastinasi akademik dengan sumbangan pengaruhnya sebesar 80,9%.

Tabel 3. Uji Korelasi Kemandirian Belajar dan Prokrastinasi Akademik

Uji	Skor
Pearson Correlation	-0,275
Sig. (2-tailed)	0,000

Tabel 4 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	28276,935	1	28276,935	849,320	0,000 ^b
Residual	6692,021	201	33,294		

Tabel 5 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,899	0,809	.808	5.770

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian, diketahui bahwa kemandirian belajar dan prokrastinasi akademik sampel penelitian sebagian besar berada pada tingkat sedang. Kemandirian belajar siswa yang berada pada kategori sedang dapat disebabkan oleh faktor lain, yaitu adanya dukungan sosial dari orang tua (Pardosi & Atrizka, 2018). Dukungan orang tua yang diberikan kepada siswa seperti memberikan semangat, dan menciptakan lingkungan yang nyaman bagi siswa agar lebih fokus dalam belajarnya. Dukungan inilah yang menjadi faktor kemandirian belajar berada pada kategori sedang pada siswa sampel penelitian. Sedangkan faktor lain yang memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa yang mengakibatkan prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang menurut Esmaeili & Monadi (Munawaroh dkk, 2017) disebabkan oleh lima hal, yaitu: (1) waktu kehadiran di sekolah yang dianggap terlalu dini; (2) pola asuh orang tua; (3) pengaruh teman sebaya; (4) perfeksionisme; dan (5) memilih kegiatan

yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan kewajiban yang harus dikerjakan. Pengaruh teman sebaya memiliki dampak terhadap prokrastinasi akademik siswa, seperti teman yang mengajak belajar bersama saat ada PR atau ulangan membuat siswa menjadi lebih semangat dalam mengerjakan tugas-tugas yang telah diberikan, sehingga terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil uji hipotesis menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Hasil ini dibuktikan dengan analisis yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antar kedua variabel, serta nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif pada kedua variabel tersebut. Hasil penelitian ini diperkuat oleh beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kemandirian belajar dan prokrastinasi akademik (Basilisa & Pedhu, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2019) juga mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik.

Uji regresi dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh kemandirian belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa. Berdasarkan hasil analisis, disimpulkan bahwa adanya pengaruh kemandirian belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa dengan sumbangan pengaruhnya sebesar 80,9%. Hasil ini diperkuat oleh penelitian terdahulu yang mengemukakan bahwa adanya pengaruh kemandirian belajar terhadap prokrastinasi akademik (Suroso dkk, 2021). Penelitian lain yang dikemukakan oleh Santika (2016) bahwa kemandirian belajar memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan sumbangan pengaruh sebesar 67%.

Berdasarkan hasil analisis penelitian diketahui bahwa kemandirian belajar dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan dan kemandirian berpengaruh pada prokrastinasi akademik. Kemandirian belajar bisa menjadi salah satu faktor yang dapat memprediksi keberadaan prokrastinasi akademik pada diri siswa kelas XI. Kenaikan kemandirian belajar diiringi oleh penurunan prokrastinasi akademik siswa, dan sebaliknya bila terjadi penurunan kemandirian belajar maka prokrastinasi akademik akan mengalami peningkatan.

Selama kegiatan belajar mengajar, seringkali siswa melakukan prokrastinasi dan pada akhirnya dapat merugikan dirinya sendiri. Terdapat beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa. Faktor-faktor tersebut diantaranya keyakinan dan kemampuan, faktor sosial, gangguan perhatian, inisiatif diri, manajemen waktu, dan adanya rasa malas dalam diri siswa (McCloskey, 2011). Gracelyta & Harlina (2021) mengungkapkan bahwa siswa belum mampu mengaplikasikan kemampuannya, walaupun memiliki keinginan untuk mengerjakan tugas, dan hal tersebut juga tidak diikuti tindakan, sehingga penundaan terus terjadi pada siswa kelas XI. Pendapat lain juga dikemukakan oleh pendapat Ilyas & Suryadi (2017) bahwa bentuk

prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa bisa berupa keyakinan untuk mengerjakan nanti yang tertanam dalam dirinya, menunggu tugas teman, dan kurang paham dengan penyampaian guru mata pelajaran tertentu.

Perhatian yang mudah teralihkan juga berpengaruh pada prokrastinasi akademik. Salamah (2020) mengungkapkan bahwa siswa sering melakukan aktivitas lain seperti menonton TV, bermain, atau hanya bersantai dengan alasan akan mengerjakan tugas sampai selesai dengan waktu singkat. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mudah teralihkan perhatiannya dengan melakukan aktivitas lain yang seharusnya siswa mengutamakan kewajibannya terlebih dahulu. Akibat dari gangguan ini, siswa akan mengerjakan tugasnya dengan cepat dan kurang maksimal pada malam hari hingga mencontek jawaban temannya.

Faktor lingkungan sosial juga memiliki andil dalam prokrastinasi akademik. Kurangnya motivasi belajar dan dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua menyebabkan siswa menunda-nunda mengerjakan tugas (Wulandari, Fatiman, & Suherman, 2021). Nugroho (2019) menambahkan mudahnya menerima ajakan dari teman untuk bermain, atau pun bepergian membuat siswa enggan untuk belajar, mengerjakan dan menyelesaikan tugasnya yang sudah menjadi tanggungjawab.

Faktor selanjutnya yang memengaruhi prokrastinasi akademik adalah manajemen waktu. Seseorang yang melakukan prokrastinasi cenderung sulit mengelola waktunya dengan baik, seperti membagi tugas dengan aktivitas lain dan terkesan meremehkan tugas yang telah diberikan guru. Manajemen waktu yang buruk ini digolongkan pada perilaku prokrastinasi bila dilakukan dengan sengaja sadar bahwa siswa membutuhkan waktu lebih banyak lagi untuk menyelesaikan tugasnya (Khoirunnisa dkk, 2021).

Kurangnya inisiatif dalam diri juga berpengaruh pada kegiatan prokrastinasi akademik. Siswa kurang berinisiatif dalam mencari sumber belajar lain, dan apabila tidak mengerti akan tugas yang telah diberikan guru (Salamah, 2020). Inisiatif yang dimiliki oleh siswa juga sangat berperan penting, sebab siswa akan memiliki dorongan yang kuat untuk terus berprestasi sehingga dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik (Qalbu, 2021).

Faktor yang terakhir yang memengaruhi prokrastinasi akademik adalah munculnya rasa malas dalam diri. Munculnya rasa malas ini diakibatkan kurangnya motivasi dan semangat belajar dari dalam dirinya. Suhadianto & Pratitis (2019) mengemukakan bahwa salah satu faktor internal yang menyebabkan prokrastinasi akademik yaitu rasa malas dengan persentase 80%. Karena hal inilah siswa lebih memilih untuk melakukan prokrastinasi akademik.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini diketahui bahwa ada hubungan antara kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik dengan koefisien korelasi yang bernilai negatif. Selain itu, terdapat

kontribusi kemandirian belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa. Saran yang dapat diberikan yaitu guru BK dapat memberikan layanan kepada siswa yang tingkat kemandirian belajarnya cenderung rendah dan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Guru BK juga dapat bekerjasama dengan guru mata pelajaran dengan memantau proses pembelajaran siswa, serta bekerjasama dengan orangtua dalam meningkatkan kemandirian belajar dan mencegah prokrastinasi akademik yang dilakukan di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2011). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basilisa, G., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan Antara Kemandirian Belajar dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Santo Kristoforus 1 Jakarta. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 19(2), 140-150.
- Fisher, M.J., & King, J. (2010). The Self-Directed Learning Readiness Scale for Nursing Education Revisited: A Confirmatory Factor Analysis. *Nurse Education Today*, 30(1), 44- 48. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2009.05.020>
- Gracelyta, T., & Harlina. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 46-54. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkonseling/index>
- Grunschel, C., Patrzek, J., Klingsieck, K.B., & Fries, S. (2018). "I'll Stop Procrastinating Now!" Fostering Specific Processes of Self-Regulated Learning to Reduce Academic Procrastination. *Journal of Prevention & Intervention in The Community*, 46(2), 143-157. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198166>
- Ilyas, M., & Suryadi. (2017). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta. *An-Nida'*, 41(1), 71-82.
- Khoirunnisa, R.N, dkk. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(3), 278-292. <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p278-292>
- Klassen, R.M., Krawchuk, L.L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(1), 915-931. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Kuhnle C., Hofer M., & Kilian B. (2011). The relationship of self-control, procrastination, motivational interference and regret with school grades and life balance. *Journal Diskurs Kindheits- und Jugendforschung*, 1(1), 31-44. <https://doi.org/10.3224/diskurs.v6i1.4943>
- McCloskey, J.D. (2011). Finally, My Thesis on Academic Procrastination. *Thesis*. Universitas Arlington Texas.
- Munawaroh, M.L., Alhadi, S., & Saputra, W.N.E. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 26-31. <https://doi.org/10.17977/um001v2i12017p026>
- Nugroho, W.D. (2019). Hubungan Kemandirian Belajar dengan Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo*, 7(3), 489-495.
- Pardosi, N. & Atrizka D. (2018). Kemandirian Belajar Ditinjau dari Dukungan Sosial Orangtua pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 10(2), 97-103.
- Park, S.W., & Sperleng, R.A.(2012). Academic Procrastinators and Their Self-Regulation. *Psychology*, 3(1), 12-23. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.31003>

- Putra, D.A.P., Hestiningrum, E., Pribadi, S. (2020). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Contracting and Reinforcement untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Selama Pandemi Covid-19. *Prosiding Pendidikan Profesi Guru*, 307-317. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Qalbu, N. (2021). Pagaruh Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VI SDIT Nurul Hikmah Tanjung Jabung Timur. *Skripsi*. Jambi: Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Syaifuddin.
- Rabin, L.A., Fogel, J., & Nutter-Upham, K.E. (2011). Academic Procrastination in College Students: The Role of Self-Reported Executive Function. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 33(3), 344-357.
<http://doi.org/10.1080/13803395.2010.518597>
- Salamah, R.A. (2020). Hubungan Kemandirian dengan Prokrastinasi Akademik Siswa-Siswi SMPN 1 Wuluhan Jember. *Skripsi*. Jember: Universitas Muhammadiyah Jember.
- Santika, W.S., & Sawitri, D.R. (2016). Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*, 5(1), 44-49.
- Setyowati, E., Santosa, H., & Biantoro, Y. (2020). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavioristik pada Peserta Didik Kelas XI TKJ di SMK Ma'arif 1 Nanggulan. *Prosiding Pendidikan Profesi Guru*, 957-965. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Suhadianto, & Pratitis, N. (2019). Eksplorasi Faktor Penyebab, Dampak dan Strategi untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 10(2), 204-223. DOI: 10.24036/rapun.v10i2.106266
- Wulandari, I., Fatimah, S., & Suherman, M.M. (2021). Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Kelas XI pada Masa Pandemi Covid-19. *FOKUS*, 4(3), 200-212.