

JURNAL SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-MONITORING* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
DIPONEGORO**



Disusun Oleh:

NUR AMELIA SARI

M2A007068

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
SEPTEMBER 2012**

JURNAL SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-MONITORING* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
DIPONEGORO**

Oleh:

Nur Amelia Sari

Telah disahkan pada tanggal

Dosen Pembimbing Utama

Dosen Pembimbing Pendamping

Dra. Endah Kumala Dewi, M.Kes

Ika Febrian Kristiana, S. Psi., M. Psi.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
HALAMAN PENGESAHAN	2
DAFTAR ISI	3
DAFTAR GAMBAR	5
ABSTRAK	6
PENDAHULUAN	7
Latar Belakang Masalah.....	7
Rumusan Masalah.....	13
Tujuan Penelitian.....	13
Manfaat Penelitian.....	13
TINJAUAN PUSTAKA	15
Hipotesis.....	17
METODE PENELITIAN	18
Identifikasi Variabel Penelitian	18
Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	18
Populasi dan Sampling.....	18
Pengumpulan Data.....	19
Metode Analisis Data.....	19
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	20
Uji Asumsi	20
Uji Hipotesis.....	20

Kategorisasi.....	21
Pembahasan.....	22
SIMPULAN DAN SARAN.....	30
Simpulan	30
Saran	30
DAFTAR PUSTAKA.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik dan Distribusi Subjek dalam Penelitian.....	21
Gambar 2. Kategorisasi <i>Self-Monitoring</i> dan Distribusi Subjek dalam Penelitian.....	22

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MONITORING WITH
ACADEMIC PROCRASTINATION OF STUDENTS WHO ARE
WORKING ON THESIS AT FACULTY OF PSYCHOLOGY IN
UNIVERSITY OF DIPONEGORO**

Oleh:

Nur Amelia Sari, Endah Kumala Dewi, Ika Febrian Kristiana

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

amerudesu@gmail.com, endah_burhan@yahoo.com, kaf_28@yahoo.co.id

ABSTRACT

This research was conducted to determine the relationship between self-monitoring with academic procrastination in students who are working on thesis at the Faculty of Psychology, University of Diponegoro. The population is 123 students with a sample of 60 students. Determination of the samples was done by using simple random sampling. Data collection tool in the study of academic procrastination is a scale consisting of 38 aitem ($\alpha = .940$) and self-monitoring scale consists of 25 aitem ($\alpha = 0.924$), which has been tested.

The data obtained showed a correlation coefficient of -0.454 with $p = 0.000$ ($p < 0.05$), meaning that there is a significant negative relationship between self-monitoring with academic procrastination in students who are working on thesis at the Faculty of Psychology, University of Diponegoro. The higher self-monitoring, the lower the academic procrastination in students who are working on the thesis. Conversely, the lower the self-monitoring, the higher the academic procrastination in students who are working on the thesis. Self-monitoring variables contribute effectively to academic procrastination by 20.6%, while 79.4% came from other factors that are not revealed in this study.

Keyword: Academic Procrastination, Self-Monitoring, Students Who Are Working on Thesis

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Universitas Diponegoro merupakan salah satu universitas negeri yang terletak di Semarang, Jawa Tengah. Peraturan Rektor Universitas Diponegoro Nomor: 469/PER/H7/2010 pasal 1 poin 32 (2010, h.7) menyatakan bahwa mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di Universitas Diponegoro. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan waktu dengan efektif dan efisien untuk menyelesaikan studi mereka di perguruan tinggi.

Program sarjana (S1) reguler Universitas Diponegoro memiliki beban studi sekurang-kurangnya 144 sks dan sebanyak-banyaknya 160 sks yang dijadwalkan untuk 8 semester (4 tahun) dan dapat ditempuh dalam waktu kurang dari 8 semester atau 4 tahun dan paling lama 14 semester atau 7 tahun. Sedangkan program sarjana (S1) ekstensi Universitas Diponegoro adalah program sarjana yang telah mendapatkan 110 sks, dengan masa studi maksimal 14 semester atau 7 tahun untuk lulusan SMU dan 10 semester atau 5 tahun untuk lulusan program D III dan atau sarjana muda (Buku Pedoman Universitas Diponegoro Tahun Akademik 2007/2008, h.96). Terkait dengan kelulusan mahasiswa Universitas Diponegoro, rata-rata lama studi untuk Program Eksakta dan Non Eksakta S1 Universitas Diponegoro adalah 4-5 tahun (Buku Wisuda ke-124 Universitas Diponegoro 26-28 Oktober 2011, h.xxxvi).

Sistem pembelajaran yang diterapkan di Perguruan Tinggi berbeda dengan yang diterapkan di SMA. Penyelenggaraan pendidikan di Perguruan Tinggi menggunakan Sistem Kredit Semester (SKS). Sistem Kredit Semester adalah

suatu sistem penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan satuan kredit semester (sks) untuk menyatakan beban studi mahasiswa, beban kerja dosen, pengalaman belajar dan penyelenggaraan program (Peraturan Rektor Universitas Diponegoro Nomor: 469/PER/H7/2010, 2010, h.6). Salah satu tujuan penyelenggaraan pendidikan dengan SKS adalah memberikan kesempatan kepada mahasiswa yang cakap dan giat belajar agar dapat menyelesaikan studi dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Peraturan Rektor Universitas Diponegoro Nomor: 469/PER/H7/2010, 2010, h.14). Pemberian kesempatan kepada mahasiswa untuk mengatur mata kuliah yang akan diambilnya sesuai ketentuan tertentu dan kemampuannya tersebut, menjadikan waktu kelulusan mahasiswa bervariasi, ada yang dapat lulus dalam waktu minimal, yaitu sekitar empat tahun, bahkan ada yang lulus dalam waktu maksimal, yaitu tujuh tahun.

Penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan sks menuntut mahasiswa untuk menentukan mata kuliah yang akan diambilnya pada saat semester saat itu secara mandiri sesuai dengan kemampuannya, khususnya kemampuan akademik. Prosedur tersebut berbeda dengan prosedur yang ada dalam jenjang pendidikan sebelumnya yaitu SMA. Kemandirian sangat diperlukan dalam menjalani perkuliahan di perguruan tinggi, begitu pula dalam mengerjakan skripsi.

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di perguruan tinggi (Poerwadarminta, 1983, h.957). Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro juga menjadikan skripsi sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar

akademisnya sebagai sarjana, sehingga semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah tersebut. Skripsi hakekatnya bukanlah sebuah prasyarat yang memiliki beban diluar dari kemampuan rata-rata mahasiswa strata satu, dan yang terpenting adalah mahasiswa bersangkutan mengikuti dan melaksanakan tahapan-tahapan teknis penelitian yang ada (Wiyatmo, dkk, 2010).

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro menetapkan batas maksimal pembimbingan skripsi adalah dua semester, terhitung sejak mahasiswa yang bersangkutan mengambil mata kuliah skripsi (Buku Pedoman Penulisan dan Pembimbing Skripsi Program S1/Sarjana, h.1). Hal tersebut menandakan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro diperkirakan mampu menyelesaikan skripsi dalam kurun kurang dari dua semester atau satu tahun.

Data bulan Februari 2012 yang diperoleh dari Biro Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro menunjukkan bahwa ada 107 mahasiswa reguler 1 dan 96 mahasiswa reguler 2 yang telah mengambil skripsi lebih satu tahun dan belum lulus. Penyebab mahasiswa lama dalam mengerjakan skripsi bervariasi. Hasil monitoring yang dilakukan Biro Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro pada bulan Februari 2012 terhadap 128 mahasiswa angkatan 2005, 2006, dan 2007, menunjukkan bahwa alasan mahasiswa lama mengerjakan skripsi 71,09% dipengaruhi oleh diri sendiri, 8,91% dipengaruhi oleh Dosen Pembimbing Pendamping, 8,59% dipengaruhi oleh penyebab lain (ketersediaan referensi, kesulitan saat penelitian, bekerja, dan sakit), 7,81% dipengaruhi oleh Dosen Pembimbing Utama, dan 3,9% dipengaruhi oleh keluarga.

Solomon dan Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa faktor yang memicu individu melakukan penundaan terhadap tugas akademiknya adalah ketakutan atau kebencian terhadap tugas. Dengan kata lain, mahasiswa yang melakukan penundaan terhadap skripsi mempersepsi skripsi sebagai sesuatu yang menakutkan. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa mahasiswa lebih sering menunda tugas menulis *paper* dibandingkan tugas akademik lainnya, dan merasa bahwa penundaan dalam tugas menulis *paper* merupakan suatu masalah.

Istilah menunda-nunda berasal dari kata Latin *procrastinare* dan berarti menunda, memperpanjang, menangguhkan, memperlambat, atau mengundurkan dalam penyelesaian tugas. Istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan (dalam Ghufroon & Risnawati, 2011, h.151).

Popoola (2005) menggambarkan prokrastinator sebagai seseorang yang mengetahui apa yang ingin dilakukan yang dirasa dapat dilakukan, dimana individu tersebut sedang berusaha mulai untuk melakukannya, tetapi belum juga dilakukannya. Ferrari dan Emmons (dalam Akinsola, 2007) menemukan bahwa prokrastinator memiliki harga diri yang rendah dan menunda penyelesaian tugas karena mereka percaya bahwa mereka kurang memiliki kemampuan untuk berhasil menyelesaikan tugas. Popoola (2005) juga menegaskan lebih jauh bahwa penundaan melakukan sesuatu yang dilakukan seseorang membuat orang tersebut cemas, gelisah atau seperti “kehilangan muka” di hadapan teman-temannya.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menghubungkan prokrastinasi terhadap kinerja individu, dimana prokrastinator memiliki kinerja yang lebih

buruk secara keseluruhan (Beswick, Rothblum, & Mann, dalam Steel, 2007), dan untuk kesejahteraan individu, prokrastinator akan lebih sengsara dalam jangka panjang (Knaus, dalam Steel, 2007). Kesimpulan yang dapat diambil adalah selain memiliki dampak jangka pendek, prokrastinasi juga dapat memiliki dampak jangka panjang. Prokrastinasi merupakan salah satu ancaman terbesar bagi performansi akademik pelajar di setiap level pendidikan (Özer, 2011).

Beberapa studi menunjukkan bahwa ketakutan akan kegagalan dan sikap menolak terhadap tugas memungkinkan menjadi alasan utama bagi prokrastinasi akademik (Milgram dkk., dalam Ferrari, 1998). Widodo (dalam Wardani, 2010) mengatakan bahwa pada sebagian mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang, penundaan merupakan kebiasaan dalam menghadapi tugas-tugas akademik. Penundaan dilakukan karena ada aktivitas lain yang menurut mahasiswa lebih penting, padahal secara objektif tugas akademik adalah tugas utama mahasiswa.

Berbagai hasil penelitian menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi. Penelitian yang dilakukan Ghufron (2003) menemukan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Kuhnle, Hofer & Kilian (2011) juga menemukan bahwa kontrol diri dan akademik prokrastinasi sangat berkorelasi dengan nilai sekolah dan keseimbangan hidup.

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat

dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya (Ghufron & Risnawati, 2011, h.21). Ditemukan bahwa individu dengan kemampuan kontrol diri yang kuat memiliki kinerja tugas yang lebih baik dan juga memiliki keberhasilan interpersonal yang lebih tinggi (Kuhnle, Hofer & Kilian, 2011).

Kecenderungan untuk mengontrol atau mengatur tingkah laku berdasarkan petunjuk eksternal seperti bagaimana orang lain bereaksi atau berdasar pada petunjuk internal seperti keyakinan seseorang dan sikapnya disebut dengan *self-monitoring* (Gangestad & Snyder, dalam Baron & Bryne, 2004, h.182).

Self-monitoring merupakan sifat kepribadian berupa kecenderungan untuk menggunakan isyarat-isyarat dari presentasi diri orang lain untuk keperluan pengendalian presentasi diri sendiri (Snyder, dalam Franzoi, 2006, h.102). *Self-monitoring* merupakan sebuah dimensi kepribadian yang membentang dari kecenderungan untuk mengatur perilaku individu berdasarkan situasi (pada individu yang memiliki *self-monitoring* yang tinggi) sampai pada kecenderungan untuk mengatur perilaku individu berdasarkan faktor internal (pada individu yang memiliki *self-monitoring* yang rendah) (Baron & Bryne, 1987, h.512). Penelitian yang dilakukan oleh Bryant dkk. menunjukkan bahwa dalam organisasi, *self-monitoring* mempengaruhi performansi seseorang, di mana individu dengan *self-monitoring* yang tinggi menerima lebih banyak kesempatan promosi, tampil sebagai pemimpin, kurang berkomitmen terhadap organisasi, dan menerima penilaian kinerja yang lebih baik dibandingkan dengan individu dengan *self-*

monitoring yang rendah (Bryant dkk., 2011).

Self-monitoring merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membangun hubungan interpersonal yang baik karena berkaitan dengan bagaimana individu mampu menampilkan kesan yang tepat pada situasi atau individu yang berbeda (Baron & Byrne, dalam Moningka & Widyarini, 2005). Individu dengan *self-monitoring* yang tinggi secara umum lebih sensitif dan menyesuaikan perilaku mereka untuk situasi tertentu sehingga memiliki kemampuan komunikasi dan keterampilan interpersonal yang lebih baik, jika dibandingkan dengan individu dengan *self-monitoring* yang rendah (Blakely dkk., 2003). *Self-monitoring* dimiliki oleh setiap individu, tidak terkecuali seorang mahasiswa, baik itu *self-monitoring* yang tinggi maupun yang rendah.

Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari fenomena tersebut muncul rumusan masalah yang disusun dalam penelitian ini, yaitu: apakah ada hubungan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro?

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi

pengembangan teori di bidang psikologi, khususnya psikologi pendidikan, mengenai proses pengerjaan skripsi, khususnya mengenai hubungan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini bermanfaat untuk:

- a. Bagi mahasiswa, memberi tambahan informasi tentang seberapa besar tingkat prokrastinasi akademik yang dimilikinya dan *self-monitoring*, khususnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
- b. Bagi lembaga pendidikan, memberi pengetahuan mengenai hal-hal yang melatarbelakangi prokrastinasi akademik dan *self-monitoring* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi Akademik

Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk melakukan penundaan penyelesaian atau penghindaran terhadap tugas akademik yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja sampai beberapa saat menjelang maupun melebihi *deadline*, di mana penundaan tersebut mengakibatkan suatu konsekuensi, baik internal maupun eksternal.

Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Aspek-aspek prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas akademik yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik yang menimbulkan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas, serta memiliki konsekuensi akibat penundaan tersebut.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufron & Risnawati, 2011, h.164-165).

1. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi:

a. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam diri individu yang turut memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue*.

b. Kondisi psikologis individu

Trait kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, motivasi, dan kontrol diri.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang memengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang tidak terlalu ketat aturan.

Akibat dari Prokrastinasi Akademik

Burka & Yuen (2008, h. 8-9) mengemukakan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi mengalami dua konsekuensi yang dapat mengganggu kehidupan individu tersebut, yaitu:

1. Konsekuensi internal, merupakan perasaan yang berkisar dari iritasi dan penyesalan hingga penecaman-diri yang intens dan putus asa.
2. Konsekuensi eksternal, yaitu konsekuensi yang berasal dari luar akibat dari penundaan yang dilakukan. Konsekuensi eksternal terkadang datang tanpa terduga, dimana individu bahkan belum memikirkan dampak yang mungkin akan diterima akibat penundaan yang dilakukan. Beberapa

konsekuensi eksternal sifatnya ringan. Individu yang melakukan penundaan secara terus-menerus dapat mengalami kemunduran dalam berbagai aspek kehidupan.

B. Self-Monitoring

Pengertian *Self-Monitoring*

Self-monitoring dapat disimpulkan sebagai kemampuan individu untuk mengatur perilaku yang sesuai dengan situasi sosial dengan menggunakan petunjuk-petunjuk atau stimulus sosial yang ada di sekitarnya.

Komponen *Self-Monitoring*

Komponen *self-monitoring* yang dikemukakan oleh Lennox & Wolfe (dalam Lennox & Donald, 1985) adalah:

1. Kemampuan untuk memodifikasi presentasi diri.

Individu memiliki kemampuan untuk mengatur presentasi diri dengan menggunakan isyarat eksternal sebagai petunjuk.

2. Sensitivitas terhadap perilaku ekspresif orang lain.

Individu memiliki kesensitifan terhadap ekspresi dan presentasi diri dari orang lain untuk mengontrol perilakunya sendiri.

Hipotesis

Ada hubungan yang negatif antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *self-monitoring* maka semakin rendah prokrastinasi akademik, dan semakin rendah *self-monitoring* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

METODE PENELITIAN

Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Variabel Kriteria : Prokrastinasi Akademik

Variabel Prediktor : *Self-monitoring*

Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk melakukan penundaan penyelesaian atau penghindaran terhadap tugas akademik yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja sampai beberapa saat menjelang maupun melebihi *deadline*, di mana penundaan tersebut mengakibatkan suatu konsekuensi, baik internal maupun eksternal.

2. *Self-monitoring*

Self-monitoring merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku yang sesuai dengan situasi sosial dengan menggunakan petunjuk-petunjuk yang ada di sekitarnya.

Populasi dan Sampling

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang, dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Pada saat penelitian ini masih tercatat sebagai mahasiswa aktif.
- b. Mahasiswa tersebut sudah dua semester atau satu tahun mengambil mata

kuliah skripsi.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Prosedur pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*, yaitu teknik penentuan sampel yang memberikan kemungkinan yang sama bagi individu yang menjadi anggota populasi yang dipilih menjadi anggota sampel penelitian (Winarsunu, 2007, h.16).

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala prokrastinasi akademik dengan jumlah aitem sebanyak 38 aitem dengan $\alpha = 0,940$ dan skala *self-monitoring* dengan jumlah aitem sebanyak 25 aitem dengan $\alpha = 0,924$.

Metode Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi (Anareg) sederhana satu prediktor dengan bantuan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) for Windows Release* versi 16.0.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas yang diperoleh terhadap variabel prokrastinasi akademik didapatkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,584 dengan nilai $p = 0,885$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebaran data prokrastinasi akademik memiliki distribusi normal.

Uji normalitas yang dilakukan terhadap variabel *self-monitoring* didapatkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* = 0,821 dengan signifikansi = 0,510 ($p > 0,05$). Hasil di atas menunjukkan bahwa sebaran data *self-monitoring* memiliki distribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas hubungan antara variabel *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik mendapatkan $F_{Lin} = 15,064$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut adalah linear.

Uji Hipotesis

Berdasarkan *output* dari hasil analisis regresi sederhana diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar = -0,454 pada $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan. Arah hubungan yang negatif pada angka koefisien korelasi yakni -0,454 menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-monitoring* maka akan semakin

rendah prokrastinasi akademik, begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-monitoring* maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Hubungan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik dapat digambarkan dalam persamaan garis regresi sebagai berikut:

$$Y = 149,277 + (-0,839)X$$

Arti persamaan di atas adalah variabel prokrastinasi akademik (Y) akan berubah sebesar 0,839 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel *self-monitoring* (X).

Kategorisasi

Berdasarkan skor yang diperoleh, maka didapatkan gambaran umum mengenai kondisi prokrastinasi akademik dan *self-monitoring* pada subjek yang diteliti. Hasil analisis selengkapnya dapat dilihat pada Gambar 1 dan Gambar 2. Kategorisasi variabel prokrastinasi akademik dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

Gambar 1
Kategorisasi Prokrastinasi Akademik dan Distribusi Subjek dalam Penelitian

Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
11 subjek	41 subjek	7 subjek	1 subjek
18,4%	68,4%	11,6%	1,6%
76	95	114	

Subjek penelitian yang berada dalam kategori sangat rendah dengan rentang skor antara di bawah 76 berjumlah 11 orang (18,4%). Subjek penelitian yang berada dalam kategori rendah dengan rentang skor 76 hingga 95 berjumlah 41 orang (68,4%), subjek penelitian yang berada dalam kategori tinggi dengan rentang skor 95 hingga 114 berjumlah 7 orang (11,6%) dan subjek penelitian yang

berada dalam kategori sangat tinggi dengan rentang skor di atas 114 berjumlah 1 orang (1,6%). Berdasarkan kategorisasi prokrastinasi akademik, rata-rata subjek masuk dalam kategori rendah dengan mean empirik sebesar 84,9833.

Kategorisasi variabel *self-monitoring* dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

Gambar 2
Kategorisasi *Self-Monitoring* dan Distribusi Subjek dalam Penelitian

Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
0 subjek	0 subjek	29 subjek	31 subjek
0 %	0 %	48,4%	51,6%
	50	62,5	75

Subjek penelitian yang berada dalam kategori tinggi dengan rentang skor 62,5 hingga 75 berjumlah 29 orang (48,4%). Subjek penelitian yang berada dalam kategori sangat tinggi dengan rentang skor di atas 75 berjumlah 31 orang (51,6%). Berdasarkan kategorisasi *self-monitoring*, rata-rata subjek masuk dalam kategori sangat tinggi dengan mean empirik sebesar 76,6000.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hasil uji hipotesis penelitian yang menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan komputer melalui program *SPSS version 16.0* diperoleh hasil $r_{xy} = -0,454$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Koefisien korelasi tersebut mengindikasikan adanya hubungan antara variabel *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik. Tingkat signifikan sebesar $p < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-monitoring* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah *self-monitoring* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Berdasarkan tabel pedoman interpretasi koefisien korelasi dalam Sugiyono (2007, h. 231), koefisien korelasi 0,454 menunjukkan hubungan antara kedua variabel sedang atau cukup.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, sehingga hipotesis dapat **diterima**. Hal tersebut menggambarkan bahwa *self-monitoring* mempengaruhi prokrastinasi akademik. Koefisien determinasi yang ditunjukkan dengan *R square* pada variabel *self-monitoring* adalah sebesar 0,206. Angka tersebut mengandung pengertian bahwa *self-monitoring* dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 20,6% terhadap variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, sedangkan sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Menurut Hoyle & Sowards (Baron & Byrne, 1997, h.169) *self-monitoring* dibutuhkan untuk melakukan analisis terhadap situasi sosial dengan cara membandingkan dirinya dengan standar perilaku sosial dan berusaha untuk mengubah perilakunya sesuai dengan situasi saat itu. Hal ini didukung dengan adanya kepercayaan diri yang tinggi dalam menghadapi segala hambatan yang terjadi sehingga cepat dapat memutuskan bagaimana bertingkah laku sesuai

dengan yang diharapkan pada dirinya (Culter & Wolfe, 1989 dalam Baron & Byrne, 1997, h.172), termasuk harapan untuk tidak melakukan penundaan terhadap pengerjaan skripsi.

Self-monitoring didefinisikan sebagai motivasi dan kemampuan untuk memonitor dan memodifikasi perilaku ekspresif seseorang (Snyder, dalam Büyüksahin, 2009). Mahasiswa dengan *self-monitoring* yang tinggi berusaha untuk menjadi seseorang yang tepat pada tempat dan waktu yang tepat sehingga mahasiswa tersebut memiliki motivasi yang tinggi untuk mengubah perilakunya sesuai tuntutan yang ada, termasuk tuntutan untuk menyelesaikan tugas akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Desti (2011) menunjukkan ada hubungan positif dan signifikan antara *self-monitoring* dan motivasi berprestasi, dimana individu dengan *self-monitoring* yang tinggi memiliki motivasi yang tinggi untuk memenuhi harapan sosial dan menunjukkan kinerja yang positif. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Delta (2007) ada hubungan yang signifikan secara negatif antara prokrastinasi akademik dan motivasi berprestasi, dimana semakin tinggi motivasi berprestasi, maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya.

Hasil penelitian prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa 18,4% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori sangat rendah, 68,4% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori rendah, 11,6% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori tinggi, dan 1,6% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori sangat tinggi. Ditemukan pula bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa

yang sedang mengerjakan skripsi pada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tidak dipengaruhi oleh angkatan.

Prokrastinasi akademik dalam penelitian ini merupakan penundaan pengerjaan skripsi yang dilakukan oleh subjek, dimana subjek tersebut mengisi waktunya dengan mengerjakan kegiatan lain yang kurang mendesak atau penting jika dibandingkan dengan kegiatan yang berhubungan dengan skripsi, misalnya jalan-jalan, mengerjakan hobi yang disukai, melamun, dan lain-lain. Tidak semua subjek mengisi waktu yang ada untuk mengerjakan kegiatan yang kurang mendesak, karena berdasarkan data yang diperoleh saat uji coba alat ukur dan penelitian, sebagian subjek ada yang bekerja, baik sebagai pegawai tetap maupun *freelance*. Peneliti kurang dapat memastikan jumlah subjek yang bekerja sebab tidak semua subjek bersedia memberikan informasi bahwa dirinya bekerja, khususnya subjek yang bekerja sebagai *freelance*. Berdasarkan wawancara informal yang dilakukan peneliti saat uji coba alat ukur dan penelitian, rata-rata subjek yang bekerja sebagai *freelance* sebagai tester dan korektor psikotes, serta asisten training memperoleh tiga proyek dalam sebulan. Sebuah proyek biasanya bisa diselesaikan satu hari, atau dua-tiga hari untuk persiapan. Ada subjek yang bekerja sebagai *freelance* dengan jadwal yang lebih jelas, misalnya guru les, guru pendamping anak berkebutuhan khusus dan penyiar, dimana subjek berusaha menyesuaikan jadwal antara bekerja dan mengerjakan skripsi. Selain itu, ada beberapa subjek yang bekerja sebagai *freelance* di beberapa tempat, misalnya sebagai guru les dan tester. Hal tersebut mengakibatkan subjek dapat mengalami

kelelahan akibat terlalu banyak kegiatan sehingga mengorbankan waktu untuk mengerjakan skripsi.

Popoola (2005) menggambarkan prokrastinator sebagai seseorang yang mengetahui apa yang ingin dilakukan yang dirasa dapat dilakukan, dimana individu tersebut sedang berusaha mulai untuk melakukannya, tetapi belum juga dilakukannya. Ferrari dan Emmons (dalam Akinsola, 2007) menemukan bahwa prokrastinator memiliki harga diri yang rendah dan menunda penyelesaian tugas karena mereka percaya bahwa mereka kurang memiliki kemampuan untuk berhasil menyelesaikan tugas. Popoola (2005) juga menegaskan lebih jauh bahwa penundaan melakukan sesuatu yang dilakukan seseorang membuat orang tersebut cemas, gelisah atau seperti “kehilangan muka” di hadapan teman-temannya. Solomon dan Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa faktor yang memicu individu melakukan penundaan terhadap tugas akademiknya adalah ketakutan atau kebencian terhadap tugas. Dengan kata lain, mahasiswa yang melakukan penundaan terhadap skripsi mempersepsi skripsi sebagai sesuatu yang menakutkan. Hal tersebut sesuai dengan dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada Biro Skripsi yang menunjukkan bahwa kurangnya kemandirian pada mahasiswa khususnya mahasiswa angkatan 2005, dimana mereka masih mengandalkan bantuan orang lain dalam penyelesaian studi mereka.

Hasil penelitian membuktikan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro adalah *self-monitoring*. *Self-monitoring* merujuk pada upaya untuk mengendalikan perilaku ekspresif dalam

menanggapi tuntutan situasional, suatu bentuk manajemen kesan (Deaux & Snyder, 2012, h.172). Individu yang memiliki *self-monitoring* yang tinggi menunjukkan adaptasi yang cukup besar dalam menyesuaikan perilaku dengan faktor-faktor situasional eksternal. Bentuk perilaku dari *self-monitoring* mengacu pada proses mengamati dan mengontrol bagaimana individu ingin dianggap oleh orang lain (DuBrin, 2009, h.23). Individu dengan *self-monitoring* yang rendah cenderung bertingkah laku dengan cara yang konsisten terlepas dari situasi yang ia hadapi (Koestner, Bernieri, & Zuckerman, dalam Baron & Byrne, 2004, h. 182). Adanya upaya pada diri individu untuk menunjukkan kinerja yang positif di depan orang lain merupakan salah satu ciri dari *self-monitoring* (Brehmn & Kassin, 1993, h.87). Individu dengan *self-monitoring* yang tinggi memiliki motivasi yang tinggi untuk menunjukkan kinerja yang positif di depan orang lain, salah satunya dengan memenuhi tuntutan yang diharapkan dari dirinya, termasuk tuntutan untuk mengerjakan skripsi.

Hasil penelitian *self-monitoring* menunjukkan bahwa 48,4% mahasiswa berada pada kategori tinggi dan 51,6% mahasiswa berada pada kategori sangat tinggi. *Self-monitoring* merujuk pada upaya untuk mengendalikan perilaku ekspresif dalam menanggapi tuntutan situasional, suatu bentuk manajemen kesan (Deaux & Snyder, 2012, h.172). Individu yang memiliki *self-monitoring* yang tinggi menunjukkan adaptasi yang cukup besar dalam menyesuaikan perilaku dengan faktor-faktor situasional eksternal. Individu sangat sensitif terhadap isyarat eksternal dan dapat berperilaku berbeda dalam situasi yang berbeda. Sedangkan individu dengan *self-monitoring* rendah cenderung untuk

menampilkan watak dan sikap yang sebenarnya dalam setiap situasi, sehingga ada konsistensi perilaku yang tinggi antara siapa dan apa yang individu lakukan (Robbins, 1998, h.60-61). Menurut Snyder (dalam Franzoi, 2006, h.102), perbedaan tersebut berkaitan dengan yang disebut sebagai *self-monitoring*, yaitu kecenderungan untuk menggunakan isyarat dari presentasi orang lain yang digunakan untuk mengontrol presentasi dirinya.

Subjek penelitian yang merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi diharapkan memiliki kepekaan terhadap isyarat eksternal, yang dapat ia gunakan untuk mengatur presentasi dirinya sendiri. Subjek memang dibiasakan untuk sensitif terhadap presentasi (perilaku, penampilan, gaya bicara, dan lain-lain) orang lain, dan hal tersebut mempengaruhi perilaku respon subjek. Subjek dengan *self-monitoring* yang tinggi mampu berperilaku berbeda tergantung situasi, dan tidak begitu saja meluapkan emosi yang dirasakan.

Menurut Hoyle & Sowards (Baron & Byrne, 1997, h.169) *self-monitoring* dibutuhkan untuk melakukan analisis terhadap situasi sosial dengan cara membandingkan dirinya dengan standar perilaku sosial dan berusaha untuk mengubah perilakunya sesuai dengan situasi saat itu. Subjek dengan *self-monitoring* yang tinggi cenderung menganalisis situasi sosial dan membandingkan dirinya dengan standar perilaku sosial dan berusaha untuk mengubah perilakunya sesuai situasi saat itu.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self-monitoring* mempengaruhi prokrastinasi akademik dengan angka korelasi sebesar -0,454. Hasil penelitian ini mengungkapkan sumbangan efektif variabel *self-*

monitoring sebesar 20,6% terhadap variabel prokrastinasi akademik, dan 79,4% prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur pada penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa saat dilakukan penelitian sebagian besar pada kategori rendah dan *self-monitoring* berada pada kategori sangat tinggi.

Penelitian ini tidak luput dari kelemahan. Kelemahan dalam penelitian ini adalah peneliti tidak memperhitungkan kondisi subjek penelitian yang bekerja, sakit kronis, atau ada anggota keluarga sakit yang membutuhkan perawatan dari subjek, karena bisa jadi subjek penelitian melakukan penundaan terhadap penyelesaian skripsi dikarenakan alasan-alasan tersebut, bukan karena malas atau melakukan kegiatan yang tidak perlu. Selain itu, keterbatasan literatur menjadikan landasan teori penelitian ini kurang memiliki pandangan yang luas mengenai kedua variabel. Alat ukur yang digunakan juga belum mampu mengungkap kondisi subjek yang sebenarnya karena aitem-aitem dalam alat ukur memiliki *social desirability* yang tinggi sehingga muncul kecenderungan subjek untuk memberikan kesan baik dalam menjawab pernyataan-pernyataan dalam skala yang diberikan (Azwar, 2008, h.38). Adanya pengaruh dari faktor pengalaman subjek yang mengisi skala dua kali walaupun jeda pengisian skala sudah satu bulan dan perubahan validitas tampak, tetap akan mempengaruhi hasil penelitian.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Semakin tinggi *self-monitoring* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Sebaliknya, semakin rendah *self-monitoring* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

Saran

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro memiliki *self-monitoring* yang tinggi dan kemampuan tersebut sebaiknya dipertahankan. Tugas utama mahasiswa adalah menyelesaikan studinya dengan baik, maka mahasiswa diharapkan benar-benar menentukan prioritas kegiatannya. Mahasiswa yang diharuskan bekerja atau aktivitas di luar aktivitas akademik, diharapkan untuk dapat membagi waktu dengan baik sesuai prioritas, tanpa melupakan perannya sebagai mahasiswa, dan disiplin dengan jadwal yang telah dibuat sendiri.

2. Bagi Pihak Kampus

Saran yang dapat diberikan kepada pihak kampus adalah diharapkan untuk selalu memotivasi mahasiswa untuk segera menyelesaikan studinya, misalnya dengan cara melakukan program bimbingan intensif bagi mahasiswa yang telah lebih dari satu tahun mengerjakan skripsi, dan melakukan evaluasi berkala terhadap kemajuan penyelesaian skripsi. Jika memungkinkan, dilakukan konsultasi dengan mahasiswa yang mengalami masalah dengan pengerjaan skripsinya agar pihak kampus dapat menyampaikan harapannya terhadap mahasiswa-mahasiswanya dengan lebih baik, dan harapan-harapan tersebut seharusnya dapat dipahami oleh mahasiswa yang bersangkutan karena berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro memiliki *self-monitoring* yang tinggi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang prokrastinasi akademik disarankan untuk memperketat karakteristik subjek, misalnya apakah subjek penelitian bekerja atau tidak, status perkawinan, dan lain-lain. Selain itu, penelitian mengenai prokrastinasi khususnya prokrastinasi akademik dapat dikembangkan dengan meneliti hubungan prokrastinasi ditinjau dari variabel lain yang memiliki kemungkinan berpengaruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, M. K., Tella, A., & Tella, A. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal Of Mathematics Science & Technology Education* 2007, 3 (4), 363-370.
- Azwar, Saifuddin. (2008). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (1987). *Social psychology: Understanding human interaction 5th Edition*. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (1997). *Social psychology: Understanding human interaction*. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial edisi 10 jilid 1*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Blakely, G. L., Andrews, M. C., & Fuller J. (2003). Are chameleons good citizens? A longitudinal study of the relationship between self-monitoring and organizational citizenship behavior. *Journal of Business and Psychology, Vol. 18, No. 2, Winter 2003*.
- Brehm, S. S., & Kassin, S. M. (1993). *Social psychology 2nd Edition*. Boston: Houghton-Mifflin Company.
- Bryant, D. U., dkk. (2011). The interaction of self-monitoring and organizational position on perceived effort. *Journal of Managerial Psychology vol. 26 (2) p.138-154*.
- Buku Pedoman Penulisan dan Pembimbing Skripsi Program S1/Sarjana Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. (2005). Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Buku Pedoman Universitas Diponegoro Th. 2007-2008. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Buku Wisuda ke-124 Universitas Diponegoro 26-28 Oktober 2011. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Burka, J. B., & Yuen, L.M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. New York: Da Capo Press.

- Büyüksahin, Ayda. (2009). Impact of self monitoring and gender on coping strategies in intimate relationships among Turkish university students. *Sex Roles (2009) 60:708–720*.
- Deaux, Kay & Snyder, Mark. (2012). *The Oxford handbook of personality and social psychology*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Delta, Prima Ema. (2007). Hubungan antara prokrastinasi akademis dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Desti. (2011). Hubungan antara self-monitoring dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- DuBrin, A. J. (2009). *Human relations: Interpersonal job-oriented skills 10th Edition*. Boston: Prentice Hall.
- Ferrari, Joseph, R, dkk. (1998). The antecedents and consequences of academic excuse-making: examining individual differences in procrastination. *Research in Higher Education, Vol. 39, No. 2, 1998*.
- Franzoi, Stephen L. (2006). *Social psychology*. New York: Mc-Graw Hill.
- Ghufron, M. N. (2003). Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua dengan prokrastinasi akademik. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Program Pasca Sarjana Universitas Gajah Mada.
- Ghufron, M.N & Risnawita, Rini. (2011). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Kuhnle, Claudia; Hofer, Manfred & Kilian, Britta. (2011). The relationship of self-control, procrastination, motivational interference and regret with school grades and life balance. *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung Heft 1-2011, S. 31-44*.
- Lennox, Richard Donald. (1985). Expressive control and sensitivity to others' expression: Validation of the Lennox-Wolfe self-monitoring scale. *A Dissertation in Psychology. Texas: Texas Tech University*.
- Moningka, Clara & Widyarini, M. M. N. (2005). Pengaruh hubungan interpersonal, self-monitoring, dan minat terhadap performansi kerja pada karyawan bagian penjualan. *Proceeding, Seminar Nasional PESAT 2005*.

- Özer, Bilge Uzun. (2011). A cross sectional study on procrastination: Who procrastinate more? *International Conference on Education, Research and Innovation IPEDR vol.18*.
- Peraturan Rektor Universitas Diponegoro Nomor: 469/PER/H7/2010, Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Poerwadarminta, W. J. S. (1983). *Kamus umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT. Balai Pustaka.
- Popoola, B.I. (2005). A study of the relationship between procrastinatory behaviour and academic performance of undergraduate students in a nigerian university. *African Symposium: An Online Journal of Educational Research Network, Vol. 5, No. 1, 2005*.
- Robbins, S. P. (1998). *Organizational behavior: Concept, controversies, and applications*. Boston: Prentice-Hall.
- Solomon, L.J., & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, vol 31 no.4, 503-509*.
- Steel, Piers. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Association 2007, Vol. 133, No. 1, 65–94*.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Wardani, P. N. D. W. (2010). Hubungan antara kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Winarsunu, Tulus. (2007). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Wiyatmo, Yusman, dkk. (2010). Efektivitas bimbingan tugas akhir skripsi (tas) mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika FMipa UNY. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian, Pendidikan dan Penerapan MIPA, Fakultas MIPA, Universitas Negeri Yogyakarta*.