

PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA

Yuli Astuti, Haiyun Nisa, Kartika Sari, Intan Dewi Kumala
astutyuli13.10@gmail.com; haiyunnisa@unsyiah.ac.id; kartikasari@unsyiah.ac.id;
intandewikumala@unsyiah.ac.id
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala, Indonesia

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang umumnya dialami oleh para pelajar, tidak terkecuali mahasiswa. Prokrastinasi Akademik adalah kecenderungan untuk menunda atau penghindaran penuh terhadap suatu tugas akademik oleh individu secara sadar. Perilaku ini tidak hanya memengaruhi nilai, tetapi juga kinerja akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan jenis komparatif. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas S berjumlah 336 mahasiswa (168 laki-laki dan 168 perempuan). Pengumpulan data menggunakan skala *Tuckman Procrastination Scale* (TPS). Hasil analisis data menggunakan *Mann Whitney U test* dengan nilai signifikansi $(p)=0,110$ ($p>0,05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. Tidak adanya perbedaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dipengaruhi oleh adanya tuntutan untuk belajar secara mandiri pada laki-laki dan perempuan. Faktor lain tidak adanya perbedaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa karena dipengaruhi oleh dinamika perkembangan individu yang meliputi perkembangan fisik, psikologis dan peran sosial.

Kata kunci: Prokrastinasi Akademik, Jenis Kelamin, Mahasiswa

ABSTRACT

Academic procrastination is a common issues experienced by individuals, college students are no exception. Academic procrastination is the tendency to server or complete avoidance of academic work by conscious individuals. This behavior not only affects student grades, but also academic performance. This study aims to determine differences in academic procrastination in terms of sex on college students at S University. The research methode used is a quantitative methodewith a comparative type, the participants were 336 college students (168 males and 168 females).

were collected using Tuckman Procrastination Scale (TPS). The results of data analysis using the Mann Whitney U test with a significance value ($p=0,110$ ($p>0,05$) which means there is no difference in academic procrastination in term of sex in college students. There is no difference due to factors that affected the development if individuals both male and female, which is consisted physical development, psychological and social role.

Keywords: Academic Procrastination, Sex, CollegeStudents

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang belajar pada tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya dalam suatu keahlian yang dalam mengerjakan fungsinya memiliki tuntutan akademik maupun non akademik (Budiman, 2006). Solomon dan Rothblum (1984) mengemukakan bahwa ada enam tugas-tugas akademik yang harus dilakukan dalam menjalankan masa perkuliahan, diantaranya adalah tugas menulis, belajar untuk menghadapi ujian, membaca, menghadiri pertemuan kelas, tugas administratif dan kinerja akademik secara keseluruhan. Akan tetapi untuk berbagai alasan, tugas-tugas ini seringkali ditunda untuk diselesaikan (Tuckman, Suckes & Ozer, 2013).

Fenomena prokrastinasi banyak terjadi pada mahasiswa, Steel (2010) dalam penelitiannya menemukan 80-95% mahasiswa terlibat prokrastinasi dan 75% diantaranya mengakui dirinya sebagai seorang prokrastinator. Meskipun pada akhirnya prokrastinator dapat menyelesaikan tugas perkuliahannya tepat pada waktunya, namun kinerja seorang prokrastinator tidaklah sempurna. Hal ini dikarenakan dengan perilaku prokrastinasi menyebabkan individu mengerjakan tugas di waktu yang sangat singkat sehingga tidak memiliki waktu untuk mengerjakan tugas secara sungguh-sungguh atau hati-hati, teliti, cermat, dan mengecek kembali tugas yang telah dikerjakan. Perilaku prokrastinasi ini juga dapat memengaruhi kesehatan individu dan juga kualitas pekerjaannya (Vargas, 2017).

Rahardjo, Juneman, dan Setiani (2013) menambahkan bahwa mahasiswa memiliki banyak tugas dan aktivitas perkuliahan yang harus dilakukan terkait dengan pencapaian kompetensi akademik yang diperlukan. Tugas-tugas perkuliahan tersebut memiliki berbagai tingkat kesulitan, hingga dapat membuat mahasiswa menjadi malas-malasan dan cenderung untuk menunda menyelesaikan tugas. Mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan misalnya jalan-jalan, menonton televisi, bermain dengan teman-temannya sampai melupakan tugas perkuliahan. Perilaku tersebut membuat mahasiswa cenderung melupakan tugas-tugas akademik sehingga menunda sampai batas waktunya dan akan mengerjakan sampai tenggat tiba.

Penelitian yang dilakukan Beutel (2016) menemukan bahwa prokrastinasi berhubungan dengan usia yaitu rentang usia 14 hingga 29 tahun menunjukkan tingkat prokrastinasi yang paling tinggi, kemudian terus menurun seiring bertambahnya umur sampai pada rentang usia 60 hingga 69 tahun, lalu kembali meningkat saat berusia 70 tahun lebih. Prokrastinasi akademik terkait erat dengan perasaan tidak berdaya dalam menghadapi tantangan atau tugas yang dianggap sulit yang menyebabkan seseorang menghindari tugas tersebut atau melakukan penundaan (Kingofong dalam Liling, Nurcahyo, & Tanojo, 2013). Prokrastinasi akademik sering terjadi pada pelajar, mahasiswa, dan orang dewasa lainnya yang pada akhirnya dapat menghambat kemampuan individu untuk menyelesaikan tugas tepat waktu (Harriot & Ferrari dalam Choi & Moran, 2009).

Secara umum prokrastinasi akademik dipahami sebagai perilaku maladaptif yang menghambat pengalaman sukses dalam akademik (Park & Sperling, 2012). Prokrastinasi dikaitkan dengan berbagai perilaku akademik yang merugikan seperti melewatkan atau lamban dalam menyelesaikan tugas, membuang-buang waktu, dan pesimis dalam belajar (Van Eerde, 2003). Sering terlibat dalam prokrastinasi dapat menyebabkan masalah yang dihadapi oleh banyak mahasiswa. Hasil riset menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dapat mengakibatkan prestasi akademik

yang buruk, dan nilai yang lebih rendah (Wesley dalam Beck, Koons, & Milgrim, 2000). Prokrastinasi bukan tidak melakukan tugas, namun hanya menunda untuk melakukan aktivitas lain sehingga kinerja menjadi terhambat serta tidak menyelesaikan tepat pada waktunya (Gufron dalam Wahyuningtyas, Suminarti, & Amalia, 2019).

Berdasarkan beberapa hasil penelitian, siapapun dapat mengalami prokrastinasi, tidak ada batas usia dan jenis kelamin. Semakin dewasa atau tua usia seseorang semakin berkurang perilaku prokrastinasinya (Timpe dalam Basri, 2017). Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik juga berhubungan dengan berbagai faktor kepribadian dan konstruksi psikologis. Studi berdasarkan jenis kelamin mengungkapkan perbedaan dalam perilaku menunda-nunda siswa laki-laki dan perempuan, siswa laki-laki ditemukan lebih banyak menunda-nunda dari pada siswa perempuan (Khan, Arif, Noor, & Muneer, 2014; Ferrari, Ozer & Demir, 2009). Faktor penyebab prokrastinasi juga berbeda pada kedua jenis kelamin. Perempuan menunjukkan skor yang lebih tinggi karena faktor takut akan kegagalan (Ferrari, dkk., 2009; Sharma & Kaur, 2011). Motivasi diri juga diidentifikasi sebagai salah satu korelasi penting dari prokrastinasi akademik. Klassen, dkk. (2010) menemukan hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan variabel motivasi yang terdiri dari efikasi diri siswa, regulasi diri, dan harga diri.

Zhou (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pada laki-laki dilaporkan tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan (Mandap, 2016). Hal ini juga diperkuat oleh Tamiru dan Tiruwork (2008) yang melakukan penelitian di Ethiopia yang juga mengungkapkan bahwa pelajar laki-laki memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan pelajar perempuan. Perbedaan jenis kelamin dengan kecenderungan prokrastinasi akademik telah menjadi salah satu masalah yang paling banyak dibahas karena beberapa penelitian yang tidak menemukan hasil yang signifikan dan cenderung berubah-ubah (Sirin, 2011). Lebih lanjut beberapa penelitian yang telah dilakukan bahwa tidak sedikit pula yang menyebutkan perempuan lebih berisiko terhadap prokrastinasi akademik dari pada

laki-laki, begitu juga sebaliknya, yang menyebutkan laki-laki lebih berisiko terhadap prokrastinasi akademik dari pada perempuan (Doyle & Paludi dalam Balkis & Duru, 2017).

TINJAUAN TEORI

Prokrastinasi Akademik

Tuckman (1991), menjelaskan prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan perilaku dalam diri individu untuk menghabiskan waktu, menunda atau secara sengaja tidak segera mengerjakan sesuatu yang seharusnya diselesaikan. Selanjutnya Ferrari, Johnson dan McCown (1995), prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas karena melakukan hal-hal lain yang dibutuhkan, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan yang berhubungan dengan kegiatan akademik. Lebih lanjut prokrastinasi akademik menurut Lay (1986), ialah kecenderungan untuk menunda sesuatu yang harus dilakukan demi mencapai suatu tujuan.

Aspek prokrastinasi akademik yaitu deskripsi umum mengenai kecenderungan menunda sesuatu serta kecenderungan menghindari tugas yang sulit atau tidak menyenangkan (Tuckman, 1991). Kecenderungan prokrastinasi muncul saat keadaan bimbang untuk memulai, kurang kemauan dan semangat untuk melakukan pekerjaan (Hussaina& Sultan dalam Nurhasanah, 2017). Prokrastinasi akademik merupakan prokrastinasi yang terjadi pada area akademik. Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut prokrastinator. Prokrastinasi bukan tidak melakukan tugas, namun hanya menunda untuk melakukan aktivitas lain sehingga kinerja menjadi terhambat serta tidak menyelesaikan tepat pada waktunya (Gufron dalam Wahyuningtyas, Suminarti& Amalia, 2019).

Menurut Rumiani (2006) salah satu alasan mahasiswa melakukan prokrastinasi adalah kemalasan, keterlambatan menghadiri kuliah, terlambat dalam menyelesaikan tugas hingga menunda belajar untuk ujian. Selanjutnya Vestervelt (2000) menyebutkan perilaku prokrastinasi diindikasikan dengan kecenderungan kebiasaan menunda dan bermalas-malasan sehingga baru memulai, mengerjakan dan menyelesaikan tugas mendekati tenggat waktu.

Raharjo (2011) menunjukkan adanya perbedaan prokrastinasi secara umum yang signifikan berdasarkan jenis kelamin. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Washington (dalam Christianasari, 2016) menemukan adanya perbedaan prokrastinasi berdasarkan jenis kelamin dan hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama berjenis kelamin perempuan lebih sering melakukan penundaan. Balkis dan Duru (2009) pada sampel yang terdiri dari 580 mahasiswa berbagai fakultas yang berada di Universitas Pamukkale (329 perempuan, 251 laki-laki) menunjukkan bahwa laki-laki lebih sering melakukan prokrastinasi akademik dari pada perempuan. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Azar (2013) bahwa prokrastinasi akademik sebagai prediktor prestasi akademik menunjukkan bahwa tidak ada signifikansi antara skor laki-laki dan perempuan dalam prokrastinasi akademik. Dengan demikian, berarti jenis kelamin tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam diri individu, namun prokrastinasi akademik mempengaruhi prestasi akademik individu. Van Eerde (2003) juga menemukan bahwa prokrastinasi akademik lebih sering terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis komparatif. Penentuan sampel ditentukan berdasarkan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% dan signifikansi 95%. Sampel ditentukan berdasarkan jumlah populasi mahasiswa Universitas S yaitu sebanyak 9.986. Penelitian ini melibatkan 336 sampel

dengan karakteristik yaitu, mahasiswa aktif Universitas S, laki-laki dan perempuan, angkatan 2017, 2018, 2019. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*, artinya teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti apabila diasumsikan homogen (mengandung satu ciri) sehingga sampel diambil secara acak. Dalam *random sampling*, setiap subjek yang memiliki karakteristik yang telah ditentukan mempunyai peluang yang sama untuk dijadikan sampel penelitian (Idrus, 2009).

Penelitian ini menggunakan teori Tuckman sebagai acuan teori utama, dikarenakan beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sutriyono, Riyani, Berta dan Prasetya (2012), Khan (2014) dan Mandap (2016) juga mengacu pada teori ini. Selain itu, teori Tuckman juga sudah digunakan secara luas dalam berbagai penelitian mengenai prokrastinasi dalam ranah pendidikan (Ferrari, Johnson, & McCown, dalam UzunOzer, SaçKes, & Tuckman, 2013), berbeda halnya dengan kedua teori lainnya yang membahas prokrastinasi secara umum.

Prokrastinasi akademik diukur dengan skala yang disusun berdasarkan aspek prokrastinasi akademik menurut Tuckman (1991) yaitu deskripsi umum mengenai kecenderungan menunda sesuatu serta kecenderungan menghindari tugas yang sulit atau tidak menyenangkan. Skala terdiri dari 16 butir (12 butir *favorable* dan 4 butir *unfavorable*) dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,86. Skala ini menggunakan skor penilaian skala Likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban.

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan kepada 336 mahasiswa Universitas S. Data demografi sampel penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Data Demografi Sampel Penelitian

Deskripsi	Kategori	Jumlah	Persentase (%)	Total (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	168	50	100
	Perempuan	168	50	
Fakultas	Fakultas Ekonomi dan Bisnis	92	27,38	100
	Fakultas Hukum	15	4,46	
	Fakultas Ilmu Sosial dan Politik	16	4,76	
	Fakultas Kedokteran	27	8,04	
	Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan	40	11,90	
	Fakultas Pertanian	21	6,25	
	Fakultas Teknik	67	19,94	
	Fakultas MIPA	44	13,10	
	Fakultas Keperawatan	12	3,57	
	Fakultas Kedokteran Gigi	2	0,60	
Angkatan	2017	104	30,95	100
	2018	144	42,86	
	2019	88	26,19	

Berdasarkan uji normalitas, diperoleh nilai signifikansi $p=0,036$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Kemudian setelah dilakukan uji homogenitas kepada 336 subjek penelitian melalui *Test of Homogeneity of variances* yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p)= $0,502$ ($p > 0,05$). Hasil menunjukkan data homogen atau mempunyai varian yang sama.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan statistik non-parametrik yaitu teknik *Mann Whitney U Test*. Hal ini dikarenakan tidak terpenuhi salah satu prasyarat uji asumsi yaitu data tidak berdistribusi normal. Selanjutnya pada penelitian ini tidak dilakukan proses kategorisasi oleh karena itu berdasarkan hasil analisis uji hipotesis dengan nilai signifikansi penelitian (p)= $0,110$, yang mana nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi $p > 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa hasil hipotesis penelitian ditolak, sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mohammed, Sherit, Elssa dan Mostafa (2013) yang menemukan bahwa kecenderungan untuk prokrastinasi tidak berbeda menurut jenis kelamin. Selanjutnya, tidak adanya perbedaan ini dapat dikarenakan faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan individu, yaitu perkembangan fisik, psikologis dan peran sosial (Kristiandani& Dewi, 2013).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan beberapa peneliti sebelumnya yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan kecenderungan prokrastinasi antara laki-laki dan perempuan (Effert & Ferrari, 1989; Watson, 2001; Hessdkk., 2000). Lebih lanjut hasil penelitian yang dilakukan Solomon dan Rothblum (1984) dan Astasari (2015) menemukan tidak adanya perbedaan signifikan pada prokrastinasi akademik berdasarkan jenis kelamin. Hasil penelitian Ferrari, dkk. (1995) menemukan bahwa prokrastinasi bagi laki-laki akan mencapai puncaknya pada pertengahan hingga akhir 20 tahun dan bagi perempuan intensitas prokrastinasi cukup tinggi di awal usia 20 tahun.

Asmiana (dalam Musslifah, 2012) menyatakan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki kesamaan dalam banyak hal, membantah pandangan masyarakat bahwa laki-laki dan perempuan sangat berbeda. Beberapa perbedaan yang ditemukan berasal dari hasil proses belajar sosial dan selebihnya perbedaan dipengaruhi faktor biologis (Akmal, 2013).

Laki-laki maupun perempuan sama-sama dituntut untuk dapat belajar secara mandiri. Mahasiswa harus dapat belajar secara lebih mandiri, tidak bergantung pada orang lain dan mampu mengerjakan tugas-tugas akademik dengan sebaik mungkin (Kurniawan, 2013). Menyadari bahwa pendidikan adalah bekal yang penting di masa depan, maka mahasiswa baik laki-laki maupun perempuan cenderung akan lebih

mandiri dan aktif dalam proses belajarnya sehingga cenderung tidak melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini disebabkan karena mahasiswa yang mampu belajar secara mandiri biasanya terlihat senang belajar dan cenderung mampu dalam memenuhi target yang telah direncanakan, mampu mengatur waktu, kecepatan belajar, dan rencana penyelesaian tugas yang baik.

Hasil penelitian Lase (2014) juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa dan mahasiswi yang artinya jenis kelamin laki-laki maupun jenis kelamin perempuan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sama. Bandura (dalam Allen, 2002) menjelaskan proses belajar sosial lebih menekankan pada kesan dan isyarat perubahan perilaku, serta proses mental internal. Laki-laki dan perempuan sama-sama melakukan seleksi terhadap tingkah laku orang lain, dalam penelitian ini dihadapkan pada lingkungan akademis yang sama. Hal itulah yang menyebabkan tidak adanya perbedaan tingkat prokrastinasi akademik apabila ditinjau dari jenis kelamin

Monks (2006) berpendapat bahwa ada dua faktor yang memengaruhi perilaku jenis kelamin tertentu. Pertama, faktor biologis yang merupakan dasar bagi perkembangan tingkah laku spesifik pada jenis kelamin. Kedua, adanya proses belajar sosial yang memengaruhi jenis kelamin tertentu untuk melakukan penilaian norma-norma sosial apa yang baik atau yang tidak baik bagi laki-laki atau perempuan. Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Ozer dan Ferrari (2011) menemukan perbedaan yang tidak signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam prokrastinasi akademik.

Selain perbedaan jenis kelamin, prokrastinasi akademik juga terkait dengan kepribadian dan perbedaan harga diri, perfeksionisme, dan neurotisme (VanEerde, 2003), kemudian adanya faktor motivasi dan tujuan (Howell & Watson, 2007). Keyakinan mahasiswa tentang perilaku prokrastinasi yang dilakukan berhubungan dengan keyakinan motivasinya (Wolters, 2003). Menurut Tuckman (1998),

prokrastinator sering kesulitan memotivasi diri mereka sendiri dan berbagai alasan digunakan untuk menunda mengerjakan tugas akademik.

Beberapa penelitian dilakukan untuk mengukur intensitas perilaku prokrastinasi akademik dan menemukan alasan-alasan seperti *self-efficacy* yang buruk, harga diri yang rendah, tekanan dalam penyelesaian tugas, karakteristik pribadi, pemikiran irasional, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, takut gagal, keterampilan manajemen waktu yang buruk, rendahnya kemampuan dalam memecahkan masalah, dan kebiasaan kerja (Watson, 2001). Lebih lanjut bahwa prokrastinasi akademik dapat memengaruhi belajar, prestasi, dan kualitas hidup secara negatif, penelitian telah dilakukan untuk mengenali faktor-faktor yang menyebabkan perilaku tersebut (Rabin dkk, 2011).

Prokrastinasi akademik sebagai perilaku penundaan dalam menyelesaikan kegiatan atau tugas. Penundaan yang dilakukan dalam bentuk tidak segera memulai pengerjaan tugas ataupun tidak melakukan tugas hingga tuntas. Akibatnya seseorang akan berada dalam situasi cemas, memengaruhi kesejahteraan psikologis, gagal memenuhi tenggat waktu dan memengaruhi hubungannya dengan orang lain (McCloskey, 2011).

Penelitian ini memiliki kekurangan dan keterbatasan yaitu penelitian yang dilakukan di saat pandemi COVID-19 yang menuntut adanya jarak fisik dan/atau sosial menjadi salah satu alasan kuesioner penelitian disebar secara daring. Subjek yang diminta kesediaan dalam penelitian juga masih berkuliah secara daring sehingga alat ukur yang sudah dibagikan secara daring dapat terlewatkan begitu saja oleh responden untuk dijawab. Hal ini juga yang membuat peneliti harus mengontrol dengan lebih ketat pengisian skala. Selanjutnya penelitian ini berfokus pada proses menganalisis perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin sehingga tidak melakukan proses kategorisasi pada variabel yang diteliti.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. Tidak adanya perbedaan dipengaruhi oleh faktor perkembangan individu yaitu perkembangan fisik, psikologis dan peran sosial.

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa disarankan untuk memanfaatkan waktu secara baik untuk memenuhi target yang telah direncanakan, membuat prioritas, mampu mengatur waktu, kecepatan belajar, dan rencana penyelesaian tugas yang baik. Secara umum laki-laki dan perempuan sama-sama dituntut untuk dapat belajar secara lebih mandiri, tidak bergantung pada orang lain dan mampu mengerjakan tugas-tugas akademik dengan sebaik mungkin. Kepada peneliti selanjutnya yang berminat meneliti prokrastinasi akademik dapat melihat variabel lain seperti manajemen stres, keterlibatan orang tua, stres akademik dan *adversity quotient*, untuk mendapatkan hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, Vika E. (2013). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin dengan Mengontrol Manajemen Waktu pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja di Yogyakarta. Jurnal. Vol 2 No 1
- Allen, Ben P. (2003). *Personality Theories: Development, Growth, and Diversity*. Fourth Edition. Boston: Allyn and Bacon
- Astasari, L. A. (2015). Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan. Skripsi: Yogyakarta
- Azar, F. S. (2013). Self- Efficacy , Achievement Motivation and Academic Procrastination As Predictors of Academic Achievement in Pre-College Students. *Proceeding of the Global Summit on Education*, 11–12

- Balkis, M., & Duru, E. (2017). Gender differences in the relationship between academic procrastination, satisfaction with academic life and academic performance. *Electronic journal of research in educational psychology*, 15(1), 105-125
- Basri, A. S. H. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(2)
- Beck, B. L., Koons, S. R., & Milgrim, D. L. (2000). Correlates and consequence of behavioral procrastination: the effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem, and self-handicapping. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 3 – 13
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Aufenanger, S., Brähler, E., Dreier, M., Müller, K. W. *et al.* (2016). Procrastination, Distress and Life Satisfaction across the Age Range – A German Representative Community Study. *Plos One*, 11(2). <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0148054>
- Christinasari, K. D. (2016). Perbedaan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Laboratorium Salatiga ditinjau dari jenis kelamin. Program studi Psikologi FPSI-UKSW: Salatiga
- Budiman, A. (2006). Kebebasan Negara, Pembangunan, Kumpulan Tulisan. Jakarta: Pustaka Alvabet.
- Effert, B. & Ferrari, J. R. (1989). Decisional Procrastination: Examining Personality Correlates. *Journal Of Social Behavior And Personality*, 4, 151-156
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R., Özer, B. U., & Demir, R. (2009). Exploring Academic Procrastination Among Turkish Students: Possible Gender Differences in Prevalence and Reasons. *The Journal of Social Psychology*, 149 (2), 241–257
- Hess, B., Sherman, M. F., & Goodman, M. (2000). Eveningness Predicts Academic Procrastination: The Mediating Role Of Neuroticism. *Journal Of Social Behavior And Personality*, 15(5), 61-75
- Howell, A. J., & Watson, D. C. (2007). Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies *Personality and Individual Differences*, 43(1), 167-78

- Idrus, M. (2009). *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Kurniawan, R. (2013). Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang. Universitas Negeri Semarang, Indonesia
- Khan M. J., Arif, H., Noor, S. S., & Muneer, S. (2014). Academic Procrastination among Male and Female University and College Students. *FWU Journal of Social science, Winter, 8*(2), 65-70
- Klassen, R. M., Ang, R. P., Chong, W. H., Krawchuk, L. L., Huan, V. S., Wong, I. Y. F., & Yeo, L. S. (2010). Academic procrastination in two settings: Motivation correlates, behavioral patterns, and negative impact of procrastination in Canada and Singapore. *Applied Psychology: An International Review, 59*(3), 361-379
- Kristiandani, R. H., & Dewi, K. I. (2013). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. *Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*.
- Lase, S. P. E. (2014). Analisis Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Ditinjau Dari *Gender, Socio-Personal, Locus Of Control*, Serta Kecerdasan Emosional: studi pada mahasiswa program studi manajemen FE UNJ. Skripsi, Jakarta
- Liling, E. R., Nurcahyo, F. A., & Tanojo, K. L. (2013). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia), 10*(2), 59-7
- Mandap, C. M. (2016). Examining the differences in procrastination tendencies among University Students. *International journal of education and research, 4*(4)
- Mccloskey, J.D. (2011). Thesis on Procrastination. Arlington: The University Of Texas.
- Mohammed, A. A., Sherit, A. M., Elssa, M. A & Mostafa, A. A. (2013). Academic Procrastination Among College Students With Learning Disabilities: The Role Of Positive And Negative Self-Oriented Perfectionism In Terms Of Gender, Specialty And Grade. *International Journal OfPsycho Educational Sciences, 2*(1)

- Monks, F.J. (2006). Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Musslifah, Annies. (2012). Perilaku Menyontek Siswa ditinjau dari Kecenderungan Locus of Control. Jurnal Talenta Psikologi. Vol 1 No. 2
- Nurhasanah, D. I. (2017). Perbandingan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Berdasarkan Angkatan (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung
- Ozer, B. U.& Ferrari, J. R. (2011). A cross sectional study on procrastination: Who procrastinate more?.*International Conference on education research and innovation*, 18, 34-37
- Park, S. W., & Sperling, A. R. (2012). Academic procrastination and their self-regulation. *Psychology*, 3(1), 12-23
- 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
- Raharjo, W. & Lee, Y. (2011). Prokrastinasi Keterbangkitan dan Menghindar :Kaitanya dengan Efikasi Diri Pada Karyawan.
- Rahardjo, W., Juneman&Setiani, Y. (2013). Computer Anxiety, Academic Stress, and Academic Procrastination on College Students. *Journal of Education and Learning*, Vol.7 (3) 147-152
- Şirin, E. F. (2011). Academic procrastination among undergraduates attending school of physical education and sports: Role of general procrastination, academic motivation and academic self-efficacy. *Educational Research & Review*, 5, 447-465
- Solomon, L. J., &Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling psychology*, 31(4), 503-509
- Sharma, M., & Kaur, G. (2011). Gender differences in Procrastination and Academic Stress among adolescents. *Indian Journal of Social Science Researches*, 8 (1), 122-127.

- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do exist? *Personality and individual differences*, 48, 926-934
- Tamiru&Tiruwork. (2008). Academic Procrastination and Causal Perception of Tabor Senior Secondary Students Ethiopia. *Journals African Research Review (AFRREV)*. 2(2).
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and psychological measurement*, 51(2), 473-480
- Tuckman , B. W. (1998) Using tests as an incentive to motivate procrastinators to study. *Journal of Experimental Education* , 66 , 141 - 147
- Tuckman, B. W., Sackes, M., & Ozer, B. U. (2013). Psychometric Properties Of The Tuckman Procrastination Scale In A Turkish Sample. *Psychological Reports: Measures & Statistics*, 113(3), 874-884
- Van Eerde, W. (2003). A Meta-Analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and individual difference*, 35, 1401-1418
- Vargas, M. P. (2017). Procrastination: The Case of Mexican Researchers in Psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103- 120
- Vestervelt, C. M. (2000). An examination of the content and construct validity of four measures of procrastination (Thesis). Carleton University, Canada.
- Wahyuningtyas, E. P., Suminarti, S., & Amalia, S. (2019). Hubungan manajemen stress dengan perilaku prokrastinasi akadmeik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal RAP UNP*, 10(1), 28-45.
- Watson, D. C. (2001). Procrastination and the five-factor model: A facet level analysis. *Personality and Individual Differences*, 30(1), 149-58
- Wolters C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of educational Psychology*, 95(1), 179-187
- Zhou, M. (2018). Effects Of Personality On Procrastination: Does It Vary By Gender?. *International Journal of Management and Applied Science*, 4