

Hubungan Kemandirian Belajar Dengan Prokastinasi Akademik

Wahyu Dwi Nugroho¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study aims to determine the correlation between self-directed learning and academic procrastination in mulawarman university psychology students in 2016 and 2017. This study used a quantitative approach. The subject of this study was the student of psychology at the university of 131 respondents' class of 2016 and 2017. The technique of determined the sample in this study used purposive sampling. The data collection method used the scale of self-directed learning and academic procrastination. The technique data analysis used a Pearson R correlation. The results of this study indicate that there was negative self-directed learning and academic procrastination, with a value of $r = -0.148$ and a value of $p = 0.046$ ($p < 0.05$), which indicated that there is a very weak correlation that was self-directed learning with academic procrastination. The result indicated that the higher the self-directed learning respondents have, the lower their academic procrastination would be and vice versa.*

Keywords: *self-directed learning, academic procrastination*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pembelajaran mandiri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi universitas mulawarman tahun 2016 dan 2017. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa psikologi universitas sejumlah 131 responden angkatan 2016 dan 2017. Teknik penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala pembelajaran mandiri dan prokrastinasi akademik. Teknik analisis data menggunakan korelasi Pearson R. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pembelajaran mandiri yang bersifat negatif dan prokrastinasi akademik, dengan nilai $r = -0,148$ dan nilai $p = 0,046$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sangat lemah yaitu diri. pembelajaran diarahkan dengan penundaan akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi responden belajar mandiri, maka prokrastinasi akademiknya akan semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

Kata Kunci: pembelajaran mandiri, penundaan akademik

¹ Email: wahyudnugrahass@gmail.com

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah salah satu bagian dari civitas akademika pada perguruan tinggi yang merupakan calon pemimpin bangsa dimasa yang akan datang, maka dari itu seorang mahasiswa diharapkan agar memiliki cara pandang yang baik, jiwa, kepribadian serta mental yang sehat dan kuat, pembelajaran di perguruan tinggi menuntut pembelajar yang lebih aktif dan mandiri, Siswa dan mahasiswa dibedakan dari kedewasaan sikap dan mental mereka (Sawitri, 2017).

Mahasiswa diharapkan dapat manajemen cara belajar dengan baik agar mendapatkan hasil belajar yang baik pula. Dengan jadwal kuliah yang fleksibel dikarenakan menyesuaikan dengan jadwal dosen yang mengajar mata kuliah, selain itu di perguruan tinggi mahasiswa dituntut untuk dapat, menyesuaikan, mengatur dan menyesuaikan dirinya pada situasi ketika menghadapi padatnya jadwal kuliah serta tugas-tugas kuliah.

Kecenderungan kebanyakan dari mahasiswa memanfaatkan waktunya untuk melakukan kegiatan atau aktivitas sifatnya hiburan dan enggan mengerjakan tugas perkuliahan dengan bertahap agar tidak terburu-buru ketika *deadline* waktu pengumpulan tugas sudah dekat biasanya mahasiswa menyebutnya dengan "SKS" (sistem kebut semalam). Dalton *et al* (2011) mengatakan dalam proses kuliah, mahasiswa dihadapkan oleh suatu permasalahan seperti tuntutan, keputusan-keputusan, dan pilihan yang perlu diambil. Seorang mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi juga tidak lepas dari kegiatan luar akademik yang dirasa dapat menunjang prestasi akademik mereka sehingga terkadang mahasiswa yang terlalu fokus dengan kegiatan luar akademik mereka akan menunda untuk mengerjakan sehingga melupakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen pengampu, hal tersebut dikenal dengan nama prokrastinasi akademik.

Kecenderungan mahasiswa berperilaku prokrastinasi seringkali dikarenakan kurangnya kesadaran ketika mereka larut pada aktivitas yang bersifat non-akademik sehingga banyak waktu mereka yang terlewatkan begitu saja. Namun demikian, banyak juga mahasiswa tetap menjalankan kewajiban akademiknya seperti belajar dan mengerjakan tugas meskipun tidak teratur dan disiplin. Sebagaimana dikemukakan oleh Suriyah *et al* (dalam Gunawinata, 2008) bahwa seorang prokrastinator cenderung memiliki prestasi dibidang akademik yang rendah, terlambat menyelesaikan penelitian hingga terlambat lulus kuliah.

Berdasarkan data yang didapatkan pada hasil screening disimpulkan bahwa mahasiswa psikologi angkatan 2016-2017 terindikasi melakukan prokrastinasi akademik. Perilaku prokrastinasi akademik yang sering terjadi adalah mahasiswa kurang memiliki inisiatif dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliahnya, serta cenderung menunggu teman atau mendapat teguran dari teman. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan kemandirian belajar yang rendah.

Kowles (dalam Manning, 2007) mendeskripsikan kemandirian belajar sebagai sebuah proses dimana seseorang mengambil inisiatif untuk mengetahui kebutuhan belajar, merancang tujuan, mengidentifikasi sumberdaya manusia dan bahan untuk belajar, kemudian mengevaluasi hasil pembelajaran tanpa bantuan orang lain. Dengan adanya kemandirian belajar yang terdapat pada diri setiap mahasiswa, mahasiswa memiliki kesempatan yang sama untuk mencari informasi serta pengetahuannya sebanyak-banyaknya sesuai dengan rancangan belajar dan gaya belajar mereka masing-masing yang akan membawa manfaat positif terhadap hasil belajar mereka. Kemampuan kemandirian belajar merupakan kemampuan internal yang pada dasarnya dimiliki oleh setiap individu dan dapat selalu dikembangkan oleh individu tersebut sehingga kemampuan itu mendapatkan hasil yang maksimal dalam pembelajarannya.

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Apriyani & Laksmiwati (2014) dengan judul kemandirian belajar dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir menunjukkan bahwa semakin tinggi kemandirian belajar maka semakin rendah prokrastinasi akademik tugas skripsi, dan sebaliknya semakin rendah kemandirian belajar, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik tugas skripsi.

Mahasiswa yang memiliki kemandirian belajar yang tinggi harusnya cenderung dapat memunculkan perilaku yang lebih bertanggung jawab dalam mencapai tujuan serta pelaksanaan aktifitas akademiknya tanpa bergantung kepada orang lain (teman, dosen, orang tua) atau faktor eksternal selainnya (*deadline*, sistem). Dengan kata lain kemandirian belajar adalah metode pembelajaran yang dapat didefinisikan dalam hal tanggung jawab pelajar menerima dirinya untuk belajar secara mandiri (Fisher *et al.*, 2010).

Kemampuan kemandirian belajar sesuai dengan karakteristik seorang mahasiswa sebagai pelajar dewasa, dimana pelajar dewasa menjadi

semakin mandiri ketika mereka beranjak dewasa (Ellinger 2004), Sejalan dengan yang di ungkapkan oleh Nurhayati (2011) mengungkapkan bahwa pada dasarnya kemandirian belajar merupakan salah satu kebutuhan individu, terutama bagi mahasiswa yang sedang memasuki masa dewasa yang menginginkan dan berusaha mencapai kemandirian. Hal inipun sesuai dengan tugas-tugas yang harus dilakukan oleh mahasiswa dalam perkuliahan mereka dimana tugas-tugas tersebut menuntut kemandirian mahasiswa dalam proses belajarnya.

TINJAUAN PUSTAKA

Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik atau kinerja akademik (Ferrari, 1995). Kemudian hal yang serupa disampaikan oleh Ghufon (2017) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik seperti tugas kampus atau tugas kursus, dimana seseorang yang memiliki sikap prokrastinasi berarti tidak memiliki tipe pembelajaran yang cocok dengan dirinya sehingga menyebabkan dirinya cenderung menunda apa yang harus dilakukan untuk mencapai suatu tujuan.

Terdapat empat aspek dari prokrastinasi akademik menurut Ferrari *et al* (dalam Suriyah *et al* 2007) yaitu :

a) *Perceived Time*

Seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah individu yang gagal menyelesaikan *deadline*

b) *Intention – Action*

Perbedaan antara keinginan dan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan individu dalam mengerjakan tugas akademik walaupun dirinya punya keinginan untuk mengerjakannya.

c) *Emotional Distress*

Perilaku menunda-nundaakan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan akan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi tersebut.

d) *Perceived Ability*

Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.

Menurut Ghufon (2017) terdapat dua macam hal yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berperilaku prokrastinasi yaitu :

a) Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik, faktor ini dibagi kedalam dua macam yaitu kondisi fisik dan psikologis individu.

b) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor dari luar diri individu yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik, faktor ini terdiri dari gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan.

Kemandirian Belajar

Menurut Gibbons (2002) (*self-directed learning*) adalah sebuah peningkatan pengetahuan, keahlian, prestasi, dan mengembangkan diri dimana seorang individu menggunakan banyak metode dalam banyak situasi di setiap waktu. Pada dasarnya kemandirian belajar merupakan sebuah strategi pembelajaran yang dilakukan oleh seorang individu dalam mempelajari sesuatu dengan cara mengambil inisiatif seorang diri dengan atau tanpa bantuan orang lain dalam mendiagnosa kebutuhan belajar, merumuskan tujuan belajar, mengidentifikasi sumber belajar dan material untuk belajar, memilih dan menerapkan strategi pembelajaran yang tepat dan mengevaluasi hasil pembelajaran tersebut. (Knowles *et al* 2015).

Menurut Gibbons (2002) terdapat lima aspek dalam kemandirian belajar, yaitu :

a) Mengontrol Pengalaman Belajar

Mahasiswa mengontrol banyaknya pengalaman belajar yang terjadi menunjukkan sebuah perubahan kontrol dari luar menjadi kontrol dari dalam dirinya.

b) Perkembangan Keahlian

Menekankan pada perkembangan keahlian dan proses menuju aktivitas produktif belajar untuk mencapai hasil berpikir secara mandiri, dan merencanakan dan melaksanakan aktivitas mereka sendiri.

c) Mengubah diri pada kinerja/performansi

Menantang diri sendiri berarti mengambil resiko untuk keluar dari sesuatu yang mudah dan familiar (keluar dari zona nyaman).

d) Manajemen Diri Mahasiswa

Belajar untuk mengekspresikan kontrol dirinya dengan mencari dan membuat komitmen, minat

dan aspirasi diri, menemukan alternatif, dan memecahkan masalah mereka dalam rangka untuk menjaga produktivitas yang efektif.

e) Motivasi diri dan penilaian diri

Mengatur tujuan penting untuk diri mereka, menyusun *feedback* untuk pekerjaan mereka, dan mencapai kesuksesan, mereka belajar untuk menginspirasi usaha mereka sendiri.

Menurut Hasbullah (dalam Harsono, 2008) faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar dapat digolongkan kedalam dua faktor yaitu :

a) Faktor Internal

Faktor internal pada diri seorang individu meliputi potensi intelektual, motivasi belajar, konsep diri dan minat untuk belajar.

b) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berada diluar diri individu tersebut, yang termasuk kedalam faktor eksternal adalah sarana dan prasarana, guru yang mengajar.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Alat pengukuran atau *instrument* yang digunakan ada dua macam, yaitu prokrastinasi akademik dan kemandirian belajar. Sampel dalam penelitian ini ialah mahasiswa program studi psikologi angkatan 2016 dan 2017 Universitas Mulawarman remaja di Kota Samarinda berjumlah sebanyak 131 mahasiswa. Analisa data yang digunakan untuk menguji hubungan kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik menggunakan analisis korelasi *product moment*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan analisis korelasi di atas terdapat hubungan negatif antara kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi angkatan 2016 dan 2017 Universitas Mulawarman, dengan nilai korelasi sebesar -0.148 dan nilai Sig sebesar 0.046 ($P < 0.05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat lemah yaitu kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin rendah kemandirian belajar seseorang maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin baik kemandirian belajar yang dimiliki, maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin rendah.

Hal di atas sesuai dengan hasil uji deskriptif dan kategorisasi dari penelitian di atas menunjukkan

hasil pengukuran melalui skala prokrastinasi akademik yang telah diisi diperoleh mean empirik sebesar 76.47 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 67.5 dan termasuk kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi, adapun sebaran frekuensi data untuk skala prokrastinasi akademik bahwa mahasiswa cenderung memiliki rentang nilai skala prokrastinasi akademik yang berada pada kategori tinggi dengan rentang nilai 74-88 dan frekuensi sebanyak 81 mahasiswa atau sekitar 61.1 persen.

Hal ini menunjukkan mahasiswa program studi psikologi angkatan 2016 dan 2017 memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi, sedangkan kemandirian belajar yang dimiliki mahasiswa program studi psikologi angkatan 2016 dan 2017 dikategorikan rendah, dengan nilai mean empirik 65.65 dan mean hipotetik 72.5, hal ini mengindikasikan bahwa kemandirian belajar pada tingkat rendah, adapun sebaran frekuensinya menyatakan bahwa mahasiswa program studi psikologi angkatan 2016 dan 2017 memiliki rentang nilai skala kemandirian belajar yang berada pada kategori rendah dengan rentang nilai 65-79 dan frekuensi sebanyak 51 mahasiswa atau sekitar 38.9 persen. Hal ini menunjukkan mahasiswa program studi psikologi angkatan 2016 dan 2017 terindikasi memiliki kemandirian belajar yang rendah.

Dapat dilihat bahwa dalam penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan namun sangat lemah antara prokrastinasi akademik dengan kemandirian belajar, oleh sebab itu terdapat faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa selain faktor internal yaitu kemandirian belajar salah satunya adalah menumpuknya tugas, kondisi lingkungan, rendahnya pengawasan. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufroon 2017). Faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Ferrari, *et al* (1995) meliputi gaya pengasuhan orangtua, tingkat sekolah, reward dan punishment, tugas yang terlalu banyak dan kondisi lingkungan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2015) menyatakan bahwa hal lain yang mempengaruhi prokrastinasi adalah aspek eksternal nilai korelasinya 0,92. Hal ini dapat terlihat bahwa yang memiliki nilai korelasi tinggi adalah aspek eksternal, jadi menurut analisis lisrel data kuantitatif

yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah faktor eksternal.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada salah satu mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman angkatan 2016 yang berinisial MK. Subjek MK mengatakan bahwa dirinya melakukan penundaan mengerjakan tugas dikarenakan banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen, serta kurangnya motivasi dalam mengerjakan tugas, akhirnya semakin tugas menumpuk maka niat mengerjakan akan semakin berkurang, namun MK mengatakan bahwa, semangat mengerjakan tugas tersebut ada jika dekat waktu pengumpulan. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu dapat berupa tugas yang banyak (*overloaded tasks*) yang menuntut penyelesaian yang hampir bersamaan Bruno (dalam Fauziah, 2015).

Penumpukan tugas, tugas yang banyak seperti tugas individu atau tugas kelompok membuat mahasiswa bingung tugas mana yang harus didahulukan yang pada akhirnya tertunda dan tugas dikerjakan jika sudah mendekati waktu pengumpulan faktor inilah yang seringkali membuat mahasiswa sering menunda menyelesaikan tugas mereka. Ferrari *et al* (dalam Muyana 2017) mengungkapkan prokrastinasi disebabkan karena tugas yang menumpuk, terlalu banyak dan harus segera dikerjakan, sehingga penundaan tugas yang satu dapat menyebabkan tugas lain tertunda.

Perilaku prokrastinasi akademik dapat muncul pada kondisi lingkungan tertentu (Ghufron 2017). Kondisi yang menimbulkan stimulus tertentu bisa menjadi *reinforcement* bagi munculnya perilaku prokrastinasi. Kondisi yang *lenient* atau rendah dalam pengawasan akan mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik (Ghufron 2017). Kondisi lingkungan belajar dimana perilaku prokrastinasi tidak mendapatkan *punishment* akan cenderung membuat seorang siswa mengulang perilaku tersebut. Perilaku yang berulang-ulang ini pada akhirnya dapat membentuk kebiasaan untuk melakukan prokrastinasi, terlebih bila didukung oleh rendahnya pengawasan dalam lingkungan belajar yang cenderung tidak berubah. Faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan (Ghufron 2017).

Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan terhadap salah satu subjek berinisial MG dirinya menyatakan bahawa lebih suka untuk menunggu rekan sekelasnya menyelesaikan tugas terlebih dahulu untuk dijadikan referensi dalam

menyelesaikan tugas. Selama kuliah dan tinggal di kost jauh dari orang tua serta keluarga terdekat menyebabkan berkurangnya pengawasan terhadap dirinya sehingga seringkali terpengaruh ajakan teman untuk *hang out*, bermain game, nonton sehingga enggan untuk belajar, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya. Perkembangan prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh paparan dan interaksi dengan orangtua yang berfungsi sebagai model, instruktur, dan penguat dari perilaku tertentu (Mahasneh, *et al* 2016).

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belumlah sempurna dan masih banyak kekurangan dan kelemahan penelitian. Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji coba skala terlebih dahulu dengan sekelompok orang yang memiliki karakteristik sama dengan sample dalam penelitian yang sebenarnya dikarenakan keterbatasan waktu, dan subjek pada saat itu hendak memasuki minggu tenang sebelum menghadapi ujian semester, sehingga peneliti tidak dapat mengetahui jumlah item yang valid maupun yang gugur dan untuk mendapatkan skala atau alat ukur yang baik sebelum melakukan penelitian yang sebenarnya. Selain itu kurangnya kepedulian dari subjek membuat kesulitan peneliti untuk memperoleh informasi tentang subjek, ruang kelas, maupun jam kuliah untuk melakukan wawancara maupun proses penyebaran skala penelitian. Selain itu untuk hasil penelitian untuk uji parsial seluruh aspek variabel bebas dengan aspek *emosional distress* tidak ada satupun yang berhubungan, hal tersebut berbanding terbalik dengan hasil screening yang dilakukan oleh peneliti yang menunjukkan bahwa tingkat *emosional distress* mahasiswa psikologi universitas mulawarman angkatan 2016 dan 2017 di atas 70%.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif antara kemandirian belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman angkatan 2016 dan 2017, artinya, semakin rendah kemandirian belajar maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin baik kemandirian belajar kemandirian belajar yang dimiliki, maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin rendah.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa
 - a. Sebaiknya lebih mengatur manajemen waktu, manajemen diri dengan baik agar tugas dapat diselesaikan dengan tepat waktu dengan cara membuat skala prioritas untuk pengerjaan tugas.
 - b. Sebaiknya mahasiswa mampu meningkatkan inisiatif dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliahnya dengan mengikuti seminar motivasi belajar dan perencanaan karir.
 - c. Sebaiknya mahasiswa memiliki rasa tanggung jawab yang lebih lagi dalam menjalani proses kuliah agar meminimalisir pengaruh-pengaruh dari luar dirinya untuk menunjang proses belajardan menyelesaikan tugas.
2. Bagi Program Studi Psikologi Univesitas Mulawarman.
 - a. Disarankan Program Studi Psikologi Univesitas Mulawarman dapat menerapkan *directed learning activity*, pelatihan motivasi belajar, dan pelatihan manajemen diri kepada mahasiswa program studi psikologi.
 - b. Untuk mahasiswa baru mendapat pelatihan orientasi karir, pelatihan mengelola hidup merencanakan masa depan (MHMMMD).
 - c. Evaluasi prestasi akademik atau nilai akademik di setiap tahunnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani, F. D., & Laksmiwati, H. (2014). Self-directed learning dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 5(1), 23-29.
- Dalton, J. C., & Crosby, P. C. (2011). Time on Task: The critical role of self-regulating behavior in college student academic success and personal development. *Journal of College & Character*, 12(3), 107.
- Ellinger, A. (2004). The concept of self-directed learning and its implications for human resource development. *Advances in Developing Human Resources*, 6(2), 158-177.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphathic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2, (2), 123 - 132
- Ferari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.
- 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.
- Gibbons. (2005). *The Self-Directed Learning Handbook: Challenging Adolescent Student to Excel*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Ghufron, M. Nur & Rini. R.S. 2017. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunawinata, V. A., Nanik., & Lasmono, H. K. (2008). Perfeksionisme, prokrastinasi akademik & penyelesaian skripsi mahasiswa., *Indonesian Psychological Journal*, 23(3), 256-276.
- Harsono. (2008). Pengantar problem-based learning edisi kedua. Yogyakarta: Medika Fakultas Kedokteran UGM Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*, 5(2), 67-77.
- Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A. (2015). *The Adult Learners: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development (6rd ed)*. London: Routledge Taylor & Francis Group.
- Manning, G. (2007). Self direfted learning: A key component of adult learning theory. *Jurnal of the Washington Institute of China studies*, 2(5), 104-115.
- Mahasneh, A. M., Bataineh, O. T., & Al-Zoubi, Z. H. (2016). The Relationship Between Academic Procrastination and Parenting Styles Among Jordanian Undergraduate University Students. *The Open Psychology Journal*, 9(1), 25-34.
- Muyana, S. (2017). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Jurnal Ilmiah Counsellia*, 8 (1), 45 – 52.
- Nurhayati, E. (2011). *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Sawitri, N. L. (2017). Kontribusi self-directed learning dan motivasi berprestasi terhadap prestasi membaca. *Jurnal Santiaji Pendidikan*, 7(1), 47-54.
- Surijah, E. A., & Sia, T. (2007). Mahasiswa versus tugas prokrastinasi akademik dan

conscientiousness. *Anima, Indonesia
Psychological Journal*, 22(4), 352-374.