



## **PERAN KONTROL DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS UDAYANA**

**Tri Singgih Dewi Marella Widiarta, Komang Rahayu Indrawati**

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Udayana. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan survei menggunakan kuesioner. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 107 mahasiswa aktif yang sedang mengambil mata kuliah skripsi. Instrumen yang digunakan terdiri dari tiga skala, yaitu skala prokrastinasi akademik, kontrol diri, dan dukungan sosial teman sebaya. Data dianalisis menggunakan teknik regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya secara simultan berperan signifikan dalam menurunkan prokrastinasi akademik dengan kontribusi sebesar 74,9%. Secara parsial, kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya juga berpengaruh negatif signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan kontrol diri yang baik dan dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih rendah. Hasil ini dapat menjadi acuan dalam pengembangan program intervensi yang bertujuan meningkatkan efektivitas belajar mahasiswa tingkat akhir.

**Kata Kunci:** prokrastinasi akademik, kontrol diri, dukungan sosial teman sebaya, mahasiswa tingkat akhir.

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan proses sadar dan terencana yang bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang memungkinkan peserta didik

mengembangkan potensi dirinya secara optimal, termasuk kemampuan spiritual, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak, dan keterampilan (Undang-Undang No. 20 Tahun 2003). Mahasiswa, sebagai

---

\*Correspondence Address : [marellawidiarta@student.unud.ac.id](mailto:marellawidiarta@student.unud.ac.id)

DOI : 10.31604/jips.v12i6.2025. 2434-2440

© 2025UM-Tapsel Press

peserta didik di perguruan tinggi, memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan pendidikan dengan memenuhi berbagai syarat akademik, salah satunya adalah menyusun skripsi sebagai tugas akhir (Sasmito & Partini, 2013). Skripsi menjadi representasi kemampuan mahasiswa dalam melakukan kajian ilmiah dan merupakan syarat kelulusan yang diatur pula dalam Keputusan Rektor Universitas Udayana Nomor 1026/UN14/HK/2023 serta Permendikbud No. 3 Tahun 2020.

Namun dalam praktiknya, banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam manajemen waktu, yang berujung pada kecenderungan untuk menunda pengerjaan skripsi. Kondisi ini dikenal sebagai prokrastinasi akademik, yaitu perilaku penundaan secara sadar dan berulang terhadap tugas-tugas akademik (Setiani et al., 2018). Prokrastinasi ini berdampak pada kegagalan menyelesaikan tugas tepat waktu dan dapat mempengaruhi kualitas akademik serta kesejahteraan psikologis mahasiswa (Ferrari & Díaz-Morales, 2007); (You, 2015). Selain itu, prokrastinasi juga dapat menyebabkan gangguan fisik seperti gangguan tidur dan menurunnya imunitas tubuh (Burka & Yuen, 2008).

Beberapa faktor diduga berperan dalam terjadinya prokrastinasi akademik. Faktor internal seperti kontrol diri memainkan peranan penting. Kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengarahkan dan mengatur perilaku ke arah yang menguntungkan (Lazarus, 1976); (Uzun et al., 2020). Individu dengan kontrol diri yang tinggi cenderung mampu menyelesaikan tugas tepat waktu dan menekan dorongan untuk menunda (Purwanti & Lestari, 2016); (Dinata & Supriyadi, 2019). Sebaliknya, kegagalan dalam kontrol diri berkorelasi dengan meningkatnya

perilaku prokrastinasi akademik ((Ariely & Wertenbroch, 2002).

Selain faktor internal, faktor eksternal juga turut mempengaruhi. Salah satunya adalah dukungan sosial, khususnya dari teman sebaya. Dukungan sosial didefinisikan sebagai bentuk perhatian, penghargaan, dan bantuan dari orang lain yang membuat individu merasa dihargai dan diterima ((King, 2014); (Sarafino & Smith, 2011). Mahasiswa, yang umumnya berada pada fase dewasa awal, cenderung lebih banyak berinteraksi dan menggantungkan dukungan emosional pada teman sebaya (Papalia et al., 2008). Dukungan ini terbukti dapat menurunkan persepsi stres dan meningkatkan motivasi akademik (Lin, 2009); (Livana et al., 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk meneliti lebih lanjut bagaimana peran kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kedua faktor tersebut berkontribusi secara signifikan terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Universitas Udayana. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah pada bidang psikologi pendidikan serta menjadi dasar bagi institusi pendidikan dalam merancang intervensi yang relevan.

### **Landasan Teori**

Prokrastinasi akademik merupakan bentuk perilaku penundaan yang dilakukan individu secara sadar dan berulang terhadap tugas-tugas akademik, seperti menunda mengerjakan skripsi, tugas kuliah, atau belajar untuk ujian. Prokrastinasi ini dapat berdampak negatif terhadap performa akademik mahasiswa, termasuk penurunan prestasi dan gangguan kesejahteraan psikologis

seperti stres, gangguan tidur, serta menurunnya daya tahan tubuh (Ferrari & Díaz-Morales, 2007); (Burka & Yuen, 2008). You (2015) menambahkan bahwa mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi cenderung memperoleh hasil akademik yang lebih rendah dibandingkan mereka yang mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Prokrastinasi akademik tidak hanya berdampak pada pencapaian akademik, tetapi juga menjadi indikator kegagalan dalam manajemen waktu dan tanggung jawab pribadi.

Salah satu faktor internal yang berperan dalam prokrastinasi akademik adalah kontrol diri. Kontrol diri mengacu pada kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku agar sejalan dengan tujuan jangka panjang (Lazarus, 1976); (Uzun et al., 2020). Individu dengan kontrol diri yang tinggi memiliki kecenderungan lebih besar untuk mengatur waktu dan menyelesaikan tugas secara efektif, sedangkan individu dengan kontrol diri rendah lebih rentan menunda-nunda tugas. Penelitian oleh Dinata & Supriyadi (2019) menunjukkan bahwa kontrol diri berperan signifikan dalam menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Hal ini diperkuat oleh temuan (Ariely & Wertenbroch (2002) yang menyatakan bahwa semakin tinggi kontrol diri seseorang, semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi.

Faktor eksternal lain yang juga berkontribusi terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik adalah dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial merujuk pada rasa diperhatikan, dihargai, dan diterima dalam jaringan sosial yang memungkinkan individu merasa tidak sendiri dalam menghadapi tekanan akademik ((King, 2014); (Sarafino & Smith, 2011). Pada fase dewasa awal, mahasiswa cenderung lebih dekat dengan teman sebayanya dan

menjadikan mereka sebagai sumber utama dukungan emosional (Papalia et al., 2008). Dukungan ini dapat meningkatkan motivasi belajar, menurunkan stres, dan menumbuhkan rasa tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas. Penelitian oleh (Livana et al., 2022) dan Lin (2009) membuktikan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari teman sebaya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan motivasi akademik yang lebih tinggi, sehingga mengurangi kecenderungan prokrastinasi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan deskriptif korelasional untuk mengetahui peran kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Udayana. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Udayana angkatan 2016–2020 yang sedang mengambil mata kuliah skripsi. Penentuan subjek dilakukan menggunakan teknik non-probability sampling jenis purposive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 107 orang, sesuai dengan pertimbangan dari rumus yang dikemukakan oleh (Field, 2009).

Tiga variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah: prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat, serta kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya sebagai variabel bebas. Masing-masing variabel diukur menggunakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori yang relevan. Skala prokrastinasi akademik mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Ferrari et al (1995) skala kontrol diri merujuk pada konsep dari Averill (dalam Risnawati & Ghufro (2019), dan skala dukungan sosial teman sebaya berdasarkan dimensi dari (Sarafino & Smith (2011).

Semua skala disusun menggunakan model Likert dengan empat pilihan jawaban (Sangat Tidak Setuju hingga Sangat Setuju).

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner online menggunakan Google Form untuk memudahkan proses pengisian dan penyimpanan data. Sebelum pengambilan data utama, instrumen penelitian diuji validitas isi melalui expert judgement dan validitas konstruk melalui analisis korelasi item-total menggunakan SPSS 26.0 for Windows. Reliabilitas instrumen diukur menggunakan koefisien Cronbach Alpha, dengan batas minimal reliabilitas sebesar 0,60 (Ghozali, 2018).

Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi linier berganda untuk melihat kontribusi simultan dan parsial dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Sebelum melakukan analisis regresi, dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov), uji linearitas, dan uji multikolinearitas. Kategori tingkat prokrastinasi akademik, kontrol diri, dan dukungan sosial teman sebaya ditentukan berdasarkan kategori pengkategorian Azwar (2012) dengan menggunakan nilai mean dan standar deviasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir Universitas Udayana. Subjek penelitian berjumlah 107 mahasiswa aktif angkatan 2016–2020 yang sedang mengambil mata kuliah skripsi. Subjek didominasi oleh mahasiswa perempuan (52,3%) dan mayoritas berasal dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis (23,4%) serta angkatan 2019 (49,5%).

**Tabel 1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	51	47,7%
Perempuan	56	52,3%
Total	107	100%

Sumber: Data Primer, 2025

Sebelum pengambilan data utama, dilakukan uji coba terhadap instrumen penelitian yang terdiri dari tiga skala: prokrastinasi akademik, kontrol diri, dan dukungan sosial teman sebaya. Validitas isi diuji melalui penilaian ahli, dan beberapa aitem diperbaiki untuk memperjelas pemahaman responden. Uji diskriminasi dan reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh skala memiliki koefisien reliabilitas sangat tinggi ( $\alpha > 0,90$ ), yang menunjukkan bahwa instrumen layak digunakan dalam penelitian utama.

**Tabel 1 Koefisien Reliabilitas Instrumen Penelitian**

No	Skala Instrumen	Jumlah Aitem	Aitem Valid	Koefisien Cronbach's Alpha
1	Prokrastinasi Akademik	48	44	0,965
2	Kontrol Diri	32	27	0,925
3	Dukungan Sosial Teman Sebaya	54	48	0,974

Sumber: Hasil Uji Coba Instrumen, 2025

Setelah validasi alat ukur, data dikumpulkan dari 107 responden. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah (86,92%), kontrol diri tinggi (85,05%), dan persepsi dukungan sosial teman sebaya juga tinggi (85,05%).

**Tabel 2 Kategorisasi Tingkat Prokrastinasi Akademik, Kontrol Diri, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Variabel	Kategori Rendah (N)	Kategori Rendah (%)	Kategori Sedang (N)	Kategori Sedang (%)	Kategori Tinggi (N)	Kategori Tinggi (%)
Prokrastinasi Akademik	93	86,92%	10	9,35%	4	3,73%
Kontrol Diri	16	14,95%	0	0,00%	91	85,05%
Dukungan Sosial Teman Sebaya	0	0,00%	16	14,95%	91	85,05%

Sumber: Hasil Analisis Deskriptif, 2025

Data penelitian diuji asumsi klasik terlebih dahulu. Uji normalitas menunjukkan bahwa data seluruh variabel terdistribusi normal ( $p = 0,147$ ). Uji linearitas menunjukkan hubungan linear antara kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. Uji multikolinearitas menunjukkan bahwa tidak terjadi korelasi tinggi antar variabel bebas ( $VIF = 2,493$ ;  $Tolerance = 0,401$ ), sehingga model regresi berganda dinyatakan layak digunakan.

**Tabel 3 Hasil Uji Asumsi Klasik Penelitian**

Jenis Uji Asumsi	Variabel yang Diuji	Indikator	Hasil	Kesimpulan
Uji Normalitas	Prokrastinasi Akademik, Kontrol Diri, Dukungan Sosial	Sig. Kolmogorov-Smirnov	0,147	Data berdistribusi normal
Uji Linearitas	Kontrol Diri & Dukungan Sosial → Prokrastinasi Akademik	Linearity = 0,000; Deviation > 0,05	Linearity signifikan, Deviation OK	Hubungan bersifat linear
Uji Multikolinearitas	Kontrol Diri & Dukungan Sosial Teman Sebaya	Tolerance ≥ 0,1; VIF ≤ 10	Tolerance = 0,401; VIF = 2,493	Tidak terjadi multikolinearitas

Sumber: Hasil Pengolahan Data, 2025

Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama berperan signifikan terhadap prokrastinasi akademik ( $F = 155,174$ ;  $p < 0,001$ ). Nilai  $R^2$  sebesar 0,749 mengindikasikan bahwa kedua variabel bebas menjelaskan 74,9% variasi prokrastinasi akademik, sementara 25,1% sisanya

dipengaruhi oleh faktor lain di luar model.

Temuan ini mendukung pandangan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Kontrol diri membantu mahasiswa mengelola waktu dan tanggung jawab, sedangkan dukungan sosial teman sebaya memberikan dorongan emosional yang membantu mereka tetap fokus menyelesaikan tugas. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyoroti pentingnya kedua faktor ini dalam konteks akademik.

**Tabel 4 Hasil Regresi Linier Berganda**

Statistik Uji	Nilai	Keterangan
Nilai F	155,174	Signifikan
Sig. (p-value)	0,000	$p < 0,001$ (model regresi signifikan)
R (Korelasi)	0,865	Korelasi kuat antara variabel X dan Y
$R^2$ (Koeff. Determinasi)	0,749	Kontribusi kontrol diri dan dukungan sosial sebesar 74,9%
Sisa Variabel Lain	0,251 (25,1%)	Dipengaruhi oleh faktor lain di luar model

Sumber: Hasil Pengolahan Data, 2025

Secara parsial, kontrol diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik ( $B = -0,987$ ;  $p < 0,001$ ). Artinya, semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah kecenderungan individu untuk menunda tugas akademik. Hal ini sejalan dengan temuan Ariely & Wertenbroch (2002) yang menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri tinggi memiliki kecenderungan menunda yang rendah. Demikian pula, dukungan sosial teman sebaya juga berperan negatif signifikan ( $B = -0,183$ ;  $p = 0,005$ ). Semakin tinggi dukungan yang diterima, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami prokrastinasi.

**Tabel 5 Hasil Uji Hipotesis Minor dan Garis Regresi Linear Berganda**

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error				
(Constant)	176,021	6,260			28,119	0,000
Kontrol Diri (X1)	-0,987	0,112	-0,682		-8,793	0,000
Dukungan Sosial Teman Sebaya (X2)	-0,183	0,048	-0,222		-2,863	0,005

Secara keseluruhan, hipotesis mayor dan dua hipotesis minor dalam penelitian ini diterima. Kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya terbukti berperan dalam menurunkan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir. Hasil ini juga mendukung studi sebelumnya oleh Rachmawan et al (2021) dan Lin (2009) yang menyimpulkan bahwa mahasiswa dengan kontrol diri tinggi dan dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki stres lebih rendah dan komitmen akademik lebih baik.

Kecenderungan prokrastinasi yang rendah pada sebagian besar responden dapat dikaitkan dengan kemampuan mereka mengatur diri serta dukungan positif dari lingkungan sosial. Namun, perlu diperhatikan bahwa masih terdapat sebagian kecil mahasiswa dengan skor prokrastinasi tinggi, yang mengindikasikan perlunya perhatian dan intervensi lebih lanjut, khususnya pada aspek penguatan internal self-regulation dan pembangunan komunitas pendukung antar mahasiswa. Keterbatasan penelitian ini terletak pada ruang lingkup variabel yang terbatas dan distribusi subjek yang tidak merata antar fakultas. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi, seperti efikasi diri, beban akademik, atau faktor motivasional. Dengan demikian, hasil penelitian ini menguatkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir dapat diminimalkan melalui penguatan kontrol diri dan peningkatan dukungan sosial dari teman

sebaya. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pendampingan atau intervensi psikologis di lingkungan kampus guna meningkatkan efektivitas belajar dan kelulusan mahasiswa tepat waktu.

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan dukungan sosial teman sebaya memiliki peran penting dalam menurunkan kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa dengan tingkat kontrol diri yang baik serta dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya cenderung lebih mampu menghindari penundaan tugas akademik. Temuan ini menegaskan bahwa pengelolaan diri dan dukungan dari lingkungan sosial sebaya merupakan kombinasi yang efektif dalam membantu mahasiswa menyelesaikan tugas akhir secara tepat waktu.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana atas segala dukungan akademik dan administratif selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan yang berharga, serta kepada seluruh responden mahasiswa Universitas Udayana yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

ariely, D., & Wertenbroch, K. (2002). Procrastination, Deadlines, And Performance: Self-Control By Precommitment. *Psychological Science*, 13(3), 219-224. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00441>

- Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Belajar.
- Burka, & Yuen. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It Now*. Hachette+ Orm.
- Dinata, & Supriyadi. (2019). Hubungan Kontrol Diri, Beban Kerja, Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Udayana Yang Bekerja Part Time. *Jurnal Psikologi Udayana* 6(1), 873-885.
- Ferrari, J. R., & Díaz-Morales, J. F. (2007). Perceptions Of Self-Concept And Self-Presentation By Procrastinators: Further Evidence. *The Spanish Journal Of Psychology*, 10(1), 91-96. <https://doi.org/10.1017/S113874160000634x>
- Ferrari, Johnson, & Mccown. (1995). *Procrastination And Task Avoidance, Theory, Research And Treatment*. New York: Plenum Press.
- Field. (2009). *Discovering Statistics Using Spss: Introducing Statistical Method*.
- Ghozali. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program Ibm Spss 23*.
- King. (2014). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif (Terjemahan)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lazarus. (1976). *Patterns Of Adjustment*. Tokyo: Mcgraw-Hill, Kogakusha Ltd.
- R. S. (1976). *Patterns Of Adjustment*. Tokyo: Mcgraw-Hill, Kogakusha Ltd.
- Lin, C. H. (2009). Exploring Facets Of A Social Network To Explicate The Status Of Social Support And Its Effects On Stress. *Social Behavior And Personality: An International Journal*, 37(5), 701-710. <https://doi.org/10.2224/Sbp.2009.37.5.701>
- Livana, P. H., Hidayah, N., Wiyono, B. B., & Ramli, M. (2022). Need For Guidance And Counseling Services At Higher Education Institutions In Indonesia. *International Journal Of Health Sciences*, 291-309. <https://doi.org/10.53730/Ijhs.V6ns4.5514>
- Papalia, Old, & Feldman. (2008). *Human Development (10th Ed)*. New York: Mcgraw-Hill.
- Purwanti, & Lestari. (2016). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 1 Sungai Ambawang. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 5(8), 1-15.
- Rachmawan, R. S., Mahastuti, D., & Rahmania, A. M. (2021). Kontrol Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 62-77. <https://doi.org/10.30649/Jpp.V4i2.62>
- Risnawati, & Ghufron. (2019). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruzz Media.
- Sarafino, & Smith. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Usa: Johnwiley & Sons.
- Sasmito, R. Y., & Partini, P. (2013). Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Prokrastinasi Preyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta [S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/27941/>
- Setiani, N., Santoso, B., & Kurjono, K. (2018). Self Regulated Learning And Achievement Motivation To Student Academic Procrastination. *Jurnal Manajerial*, 17(1), Article 1. <https://doi.org/10.17509/Manajerial.V17i1.9759>
- Uzun, Leblanc, & Ferrari. (2020). Relationship Between Academic Procrastination And Self-Control: The Mediation Role Of Self-Esteem. *College Student Journal*, 54(3), 309-316.
- B., Leblanc, S., & Ferrari. J. R. (2020). Relationship Between Academic Procrastination And Self-Control: The Mediation Role Of Self-Esteem. *College Student Journal*, 54(3), 309-316.
- You, J. W. (2015). Examining The Effect Of Academic Procrastination On Achievement Using Lms Data In E-Learning. *Journal Of Educational Technology & Society*, 18(3), 64-74.