



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 15927-15937

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Problem Focused Coping dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir UKSW yang Menyusun Tugas Akhir

Marella Ardelia Sulistyorini^{1✉}, Dewita Karema Sarajar²

Universitas Kristen Satya Wacana

Email: marellasltyo19@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Prokrastinasi adalah ketidakmampuan pengaturan diri individu yang mengakibatkan dilakukannya penundaan pekerjaan secara sengaja. Salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah *problem focused coping*. Penelitian merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah partisipan sebanyak 130 mahasiswa akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang menyusun tugas akhir. Skala yang digunakan yaitu *Cope* oleh Carver (1989) dan *Tuckman Procrastination Scale (TPS)* oleh B.W. Tuckman (1991). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan antara *problem focused coping* dan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi -0,490 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian ini diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan *problem focused coping* dalam menghadapi tekanan sehingga dapat mengurangi kecenderungan prokrastinasi akademik dalam pengerjaan tugas akhir.

Kata Kunci: *Prokrastinasi Akademik, Problem Focused Coping, Mahasiswa Akhir*

Abstract

Procrastination is the self-regulatory failure that results in the intentional delay of work. One of the influencing factors of procrastination is problem-focused coping. This study is a quantitative correlational research aiming to investigate the relationship between problem-focused coping and academic procrastination. The participants in this study were 130 final-year students at Satya Wacana Christian University who were working on their final assignments, selected through purposive sampling. The instruments used were Carver's Cope Inventory (1989) and the Tuckman Procrastination Scale (TPS) by B.W. Tuckman (1991). The findings reveal a significant negative correlation between problem-focused coping and academic procrastination, with a correlation coefficient of -0.490 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). This research suggests that enhancing problem-focused coping strategies among students facing academic pressures could reduce tendencies toward academic procrastination in completing final assignments.

Keywords: Academic Procrastination, Problem-Focused Coping, Final-Year Students

PENDAHULUAN

Mahasiswa tingkat akhir adalah orang yang sedang menjalani perkuliahan disuatu perguruan tinggi dan sudah berada pada semester akhir. Menurut Djamarah (2002) sebagai seorang mahasiswa dituntut untuk bisa menyelesaikan proses studinya dalam jangka waktu tertentu sehingga seorang mahasiswa harus dapat mengatur waktu dengan baik agar semua kewajiban dan tanggung jawab sebagai seorang mahasiswa dapat berjalan lancar. Salah satu tuntutan dan tanggung jawab yang dihadapi oleh mahasiswa akhir S1 adalah menyelesaikan penulisan skripsi atau tugas akhir (Umriana, 2019).

Menurut Indarti (2012) Tugas Akhir (TA) adalah suatu karya tulis ilmiah yang berisi tentang fakta dan ulasan yang mendalam dari suatu topik untuk memenuhi syarat penyelesaian program sarjana (S1). Mahasiswa yang akan menyelesaikan pendidikan sarjananya pada Program S1 Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) juga diwajibkan melakukan registrasi mata kuliah Tugas Akhir (TA) di setiap semester melalui Sistem Informasi Akademik Satya Wacana (SIASAT). Tugas Akhir (TA) terdiri dari beberapa tahapan diantaranya adalah seminar proposal, seminar hasil dan publikasi. Hal yang membedakan mata kuliah lain dengan TA adalah prosedur belajar dalam TA berlangsung secara individual sedangkan matakuliah lain berlangsung secara klasikal atau berkelompok oleh karena itu mahasiswa harus bisa secara mandiri untuk melakukan pemecahan masalah yang dihadapi dalam proses pengerjaan tugas akhir (Ningrum, 2011)

Tugas akhir sering dianggap sebagai tugas yang berat dan tidak heran jika mahasiswa sering mengalami kesulitan dalam penulisan tugas akhir (Putri & Savira, 2014). Menurut

Ningrum (2011) ada berbagai macam kesulitan yang dialami oleh mahasiswa diantaranya, mahasiswa masih kesulitan untuk berkomunikasi dengan dosen pembimbing, kesulitan mendapatkan literatur dari penelitian sebelumnya, kesulitan memilih atau menentukan judul, masih kurang pemahannya dalam menyusun metodologi penelitian serta pembagian waktu dalam pengerjaan revisi. Masalah dan kesulitan yang dihadapi saat proses penyelesaian tugas akhir apabila tidak segera diatasi dengan baik dapat menimbulkan kecenderungan untuk menunda saat dihadapkan dengan tugas yang ada. Penundaan penyelesaian tugas akhir ini disebut juga dengan prokrastinasi akademik (Kagan, dkk 2010).

Fenomena prokrastinasi akademik sangat umum terjadi pada kalangan mahasiswa terutama pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir. Hal ini didukung dan diperkuat dengan penelitian oleh Burka dan Yuen (2008) ditemukan bahwa prokrastinasi sudah menjadi perilaku konsisten pada mahasiswa dan menembus 75%. Selain itu terdapat penelitian dari Bruno (Triana, 2013) yang dimana hasilnya menjawab mahasiswa sebanyak 60 % masih melakukan prokrastinasi akademik sebagai kebiasaan didalam kehidupan mahasiswa. Secara umum kata prokrastinasi disebut sebagai suatu tingkah laku yang tidak efektif dalam penggunaan waktu (Sari, 2013) Dampak negatif dari penundaan tugas ini adalah banyaknya waktu yang terbuang sia-sia (Damri,dkk. 2017).

Menurut Bernard (dalam Caturmada, 2008) faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu kekhawatiran atau kecemasan terhadap tugas yang ada, ketidakpercayaan diri dalam menghadapi tekanan, kurangnya toleransi terhadap ketidaknyamanan, sulit keluar dari zona nyaman, kecenderungan akan pengaturan waktu yang tidak baik, lingkungan yang tidak mendukung, ketidaktahuan seseorang bagaimana mengerjakan tugas atau pekerjaan yang ada, tidak bisa memberikan penolakan terhadap tugas-tugas lain yang seharusnya tidak ia kerjakan, Keadaan dimana seseorang marah, menolak dan menentang orang lain dan yang terakhir adalah keadaan ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi tekanan atau stress dari lingkungan (*coping*).

Menurut Nevid, Rothus, & Greene (2005) kurangnya strategi *coping* pada individu dalam menghadapi sumber tekanan atau masalah menjadi salah satu penyebab dari prokrastinasi akademik. Salah satu strategi yang dapat dilakukan dalam menghadapi masalah dan memecahkan kesulitan yang dihadapi saat menyusun tugas akhir adalah dengan melakukan *problem focused coping*. Menurut Carver (1989) *problem focused coping* adalah penyelesaian masalah atau pemecahan perkara dengan mengerjakan sesuatu untuk mengurangi sumber terjadinya stress. Dengan adanya *problem focused*

coping dapat membantu individu dalam mengubah atau menghilangkan sumber masalah (stressor) dengan cara menghadapi situasinya secara langsung (Makie, 2006).

Berdasarkan tinjauan literatur dan penelitian sebelumnya, menunjukkan hubungan antara prokrastinasi akademik dan *problem focused coping* salah satunya hasil dari penelitian Syarkiki & Ariati (2014) ditemukan hubungan negatif antara *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMA Islam Hidayatullah. Selanjutnya adapun hasil penelitian oleh Hasanah & Rahmi (2022) ditemukan memiliki hubungan negatif signifikan antara strategi *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik. Adapun penelitian yang berbeda yang dilakukan oleh Ulfa & Yeni (2022) dimana ditemukan bahwa *problem focused coping* memberikan pengaruh yang kecil pada prokrastinasi akademik yaitu hanya sebesar 27% dan sumbangan efektif terbanyak diberikan oleh *emotion focused coping* yakni sebanyak 73% yang berarti *Problem Focused Coping* bukan merupakan satu-satunya hal yang dominan dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Berdasarkan gambaran latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang menyusun tugas akhir.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat (korelasi) antara variabel independent (x) yaitu *problem focused coping* dan variabel dependen (y) yaitu prokrastinasi akademik. Penelitian ini menggunakan uji validitas isi (*content validity*) oleh *expert judgement* yaitu dosen pembimbing. Analisis aitem dilakukan menggunakan *corrected item total correlation* dengan kriteria batasan nilai $r > 0,30$ dan menggunakan bantuan dari *software IBM SPSS 26.0 for windows*. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan skala dalam bentuk kuesioner secara online melalui *google form*.

Problem focused coping diukur menggunakan skala *Cope* dari Carver (1989) dengan jumlah total 18 aitem dan reliabilitas *cronbach alpha* (α) sebesar 0,912. Sedangkan pada variabel prokrastinasi akademik diukur menggunakan skala dari *Tuckman Procrastination Scale* (TPS) yang dikembangkan oleh B.W. Tuckman (1991) dengan jumlah total 25 aitem dan reliabilitas *cronbach alpha* (α) sebesar 0,887. Alat ukur yang digunakan pada kedua

variabel ini menggunakan model skala skala *Likert*, dengan 4 kategori jawaban yaitu, SS (sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang masih atau menyusun tugas akhir. Berdasarkan data yang sudah diperoleh peneliti melalui pengambilan data di setiap Fakultas Universitas Kristen Satya Wacana dan Bagian Administrasi dan Registrasi Akademik Universitas Kristen Satya Wacana pada tahun 2023, jumlah total mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana yang sedang mengerjakan Tugas Akhir kurang lebih ada sebanyak 2.407 mahasiswa. Berdasarkan jumlah populasi tersebut peneliti mengambil jumlah sampel untuk penelitian ini sebanyak 130 orang. Dasar pengambilan jumlah sampel ini menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 10%. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan kriteria atau pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019). Kriteria dalam sampel penelitian ini adalah Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir selama lebih dari 6 bulan atau lebih dari 2 semester.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi Akademik menurut Tuckman (1991) adalah ketidakmampuan pengaturan diri individu yang mengakibatkan dilakukannya penundaan pekerjaan secara sengaja atau tidak langsung mengerjakan sesuatu yang seharusnya diselesaikan. Menurut Tuckman (1991) terdapat 3 aspek prokrastinasi akademik, yaitu:

a) *General self-description of the tendency to delay or put off doing things*

Pembuang waktu. Ini merupakan kecenderungan untuk membuang waktu atau menunda menyelesaikan tugas dengan sengaja dan lebih memilih melakukan tugas atau kegiatan bukan prioritas.

b) *A tendency to experience difficulty doing unpleasant things*

Merasa berkeberatan menyelesaikan hal-hal yang tidak disukai sehingga melakukan penghindaran terhadap tugas yang tidak menyenangkan tersebut.

c) *A tendency to blame others for one's own plight*

Kecenderungan mencari kesalahan orang lain atas kesulitan yang dirasakan diri sendiri saat menyelesaikan tugas yang ada.

Problem Focused Coping

Definisi *problem focused coping* menurut Carver (1989) adalah penyelesaian masalah atau pemecahan perkara dengan mengerjakan sesuatu untuk mengurangi sumber terjadinya stress. Menurut Carver (1989) *problem focused coping* memiliki beberapa aspek yang saling berkaitan, yaitu:

a) *Active coping* (*coping* aktif)

Strategi aktif yang digunakan sebagai kemampuan mengontrol atau mengatasi penyebab tekanan atau stress yang ada.

b) *Planning* (perencanaan)

Merupakan strategi berpikir mengenai rencana apa yang harus dilakukan dalam bertindak dan berpikir untuk mengendalikan masalah yang dihadapi.

c) *Suppression of Competing Activities* (mengurangi aktivitas persaingan)

Merupakan strategi untuk mengurangi hal yang dapat menjadi faktor pengganggu dalam proses coping atau untuk lebih memfokuskan diri kepada cara menghadapi permasalahan yang ada.

d) *Restraint coping* (pengendalian)

Keadaan dimana seseorang mampu untuk mengendalikan dirinya pada situasi-situasi tertentu. Individu mampu untuk bertindak sesuai dengan waktu yang tepat sehingga individu mampu secara efektif untuk menghadapi stressor yang ada.

e) *Seeking Social Support for Instrumental Reasons* (mencari dukungan sosial)

Yaitu keadaan dimana seseorang berusaha untuk mendapatkan saran bantuan atau informasi yang diperlukan untuk mengatasi stres.

Hasil

Berdasarkan hasil kuesioner didapatkan total ada 14 Fakultas yang mengisi kuesioner yaitu Fakultas Bahasa dan Seni, Fakultas Biologi, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Fakultas Hukum Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Komunikasi, Fakultas Interdisiplin, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Psikologi, Fakultas Sains dan Matematika, Fakultas Teknik Elektronika dan Komputer, Fakultas Pertanian dan Bisnis, Fakultas Teknologi Informasi, dan Fakultas Teologi.

Tabel 1 Hasil Statistik Deskriptif

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Problem Focused Coping</i>	130	26	72	46,73	12,363
Prokrastinasi Akademik	130	31	90	60,51	14,973

Berdasarkan hasil statistik deskriptif tabel 1, dapat diketahui pada variabel *problem focused coping* didapatkan nilai minimum sebesar 26 sedangkan nilai maksimum sebesar 72 dengan nilai rata-rata atau mean sebesar 46,73 dan *standard* deviasi sebesar 12,363. Pada variabel prokrastinasi akademik didapatkan nilai minimum sebesar 31 sedangkan nilai maksimum sebesar 90 dengan nilai rata-rata atau mean sebesar 60,51 dan standar deviasi sebesar 14,973.

Tabel 2 Kategorisasi *Problem Focused Coping*

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$59,09 \leq X$	Tinggi	23	17,7%
$34,37 \leq X < 59,09$	Sedang	82	63,1%
$X < 34,37$	Rendah	25	19,2%
	Jumlah	130	100%

Berdasarkan tabel 2, diperoleh data bahwa *problem focused coping* mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana paling banyak pada kategori sedang berjumlah 82 responden dengan persentase 63.1%. Hal ini menunjukkan partisipan yaitu mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana terkadang masih cenderung kurang memiliki kemampuan untuk mengontrol tekanan dan masih cenderung kurang memiliki strategi berpikir dalam bertindak menyelesaikan masalah yang dihadapi secara langsung.

Tabel 3 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$75,48 \leq X$	Tinggi	22	16,9%
$45,54 \leq X < 75,48$	Sedang	82	63,1%
$X < 45,54$	Rendah	26	20%
	Jumlah	130	100%

Berdasarkan tabel 3 diperoleh data bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana paling banyak pada kategori sedang berjumlah 82 responden dengan persentase 63.1%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana terkadang masih memiliki kecenderungan untuk membuang waktu atau menunda melakukan sesuatu, dan terkadang masih merasa berkeberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas.

Tabel 4 Uji Normalitas

	KS-Z	Sig.	Keterangan
<i>Problem Focused Coping</i>	0,084	0,024	Tidak Normal
Prokrastinasi Akademik	0,109	0,001	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 4, diketahui variabel *problem focused coping* menunjukkan KS-Z sebesar 0,084 dengan nilai sig = 0,024 ($p > 0,05$). Sedangkan variabel prokrastinasi Akademik menunjukkan KS-Z sebesar 0,109 dengan nilai sig = 0,001 ($p > 0,05$). Sehingga dapat dikatakan bahwa nilai pada kedua variabel *problem focused coping* dan prokrastinasi akademik berdistribusi tidak normal.

Tabel 5 Uji Linearitas

ANOVA TABLE			Sum of squares	df	Mean squares	F	Sig.
<i>Problem Focused Coping</i>	Between	(Combined)	14981,195	39	384,133	2,380	0,000
*Prokrastinasi Akademik	Groups	Linearity	6781,173	1	6781,173	43,783	0,000
		Deviation From Linearity	8200,021	38	215,790	1,393	0,102
	Within		1393,298	90	154,881		
	Groups						
	Total		28920.492	129			

Berdasarkan hasil uji linearitas pada tabel 5, diketahui hasil F beda = 1,393 dan nilai signifikansi sebesar 0,102 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa variabel Prokrastinasi Akademik dan *Problem Focused Coping* memiliki hubungan linear.

Tabel 6 Uji Korelasi

Variabel	<i>Spearman's rho</i>	Sig.	Keterangan
<i>Problem Focused Coping</i> - Prokrastinasi Akademik	-0,490	0,000	$P < 0,05$ (signifikan)

Berdasarkan hasil uji korelasi pada tabel 6, diketahui nilai koefisien korelasi antara Prokrastinasi Akademik dan *Problem Focused Coping* adalah = -0,490 dan nilai signifikansi = 0,000 ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan variabel Prokrastinasi Akademik dan *Problem Focused Coping* memiliki hubungan negatif yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi Prokrastinasi Akademik maka semakin rendah *Problem Focused Coping*,

begitu juga sebaliknya semakin rendah Prokrastinasi Akademik maka semakin tinggi *Problem Focused Coping*.

Menurut Bernard (2008) salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik adalah ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi tekanan atau sumber masalah (*stress & fatigue*). Dalam hal ini masalah atau kesulitan yang menghambat proses penyelesaian tugas akhir mahasiswa merupakan sumber tekanan atau stressor sehingga mahasiswa perlu memiliki strategi atau kemampuan untuk menghadapi masalah (*coping*) yang tepat dalam penulisan tugas akhir (Ningrum, 2011). *Problem focused coping* adalah hal yang tepat dilakukan karena salah satu aspek dari *problem focused coping* digunakan sebagai proses pengambilan langkah aktif untuk menghadapi sumber masalah (*stressor*) yang dihadapi seseorang (Carver, 1989).

Berdasarkan hal tersebut artinya apabila seseorang mahasiswa menerapkan *problem focused coping* yang baik pada proses penyelesaian tugas akhir maka mahasiswa tersebut akan langsung berusaha mengambil langkah aktif untuk menghadapi dan menyelesaikan sumber masalah sehingga tidak terjadi penundaan pengerjaan tugas akhir. Sedangkan apabila mahasiswa tidak menerapkan *problem focused coping* yang baik maka mahasiswa tersebut akan lebih cenderung untuk sedikit melakukan usaha untuk menyelesaikan masalah tersebut dan cenderung melakukan penundaan atau prokrastinasi dalam pengerjaan tugas akhir.

Sumbangan *problem focused coping* terhadap prokrastinasi akademik yaitu sebesar 24,01%. Hal ini menunjukkan bahwa *problem focused coping* bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, namun masih ada faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 75,99%. Faktor tersebut diantaranya yaitu kekhawatiran atau kecemasan terhadap tugas yang ada, ketidakpercayaan diri dalam menghadapi tekanan, kurangnya toleransi terhadap ketidaknyamanan, sulit keluar dari zona nyaman, kecenderungan akan pengaturan waktu yang tidak baik, lingkungan yang tidak mendukung, ketidaktahuan seseorang bagaimana mengerjakan tugas atau pekerjaan yang ada, tidak bisa memberikan penolakan terhadap tugas-tugas lain yang seharusnya tidak ia kerjakan, keadaan dimana seseorang marah, menolak dan menentang orang lain.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *problem focused coping* mahasiswa maka akan

semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir UKSW yang mengerjakan tugas akhir, begitu juga sebaliknya semakin rendah *problem focused coping* maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir UKSW yang mengerjakan tugas akhir. Selain itu, sebagian besar partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat *problem focused coping* pada kategori sedang, demikian pula pada tingkat prokrastinasi akademik sebagian besar partisipan pada kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2012). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(2), 65-71.
- Asmid, U. A., & Karneli, Y. (2022). Pengaruh Coping Stress terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di FKIP UHAMKA. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 3(1), 8-15. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v3i1.1471>
- Afriyanti, H., & Sofah, R. (2022). Hubungan Antara Strategi Problem Focused Coping Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang* (pp. 142-154).
- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 169-184.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Catrunada, L. (2008). *Skripsi: Perbedaan Kecenderungan Prokrastinasi Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert*. Jakarta: Universitas Gunadarma
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and Task Avoidance. <https://doi.org/10.1007/978.1.4899.0227.6>
- Khoirunnisa, A., Permatasari, D. P. R., Nisa, I., Nahdiyana, M. U., Munir, M. M., & Jannah, U. A. (2022). Analisis Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 6(1), 169-188.
- Modouw, H. B., & Nugroho, P. I. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi Akuntansi Universitas Kristen Satya Wacana.

- Jurnal Akuntansi Profesi, 12(1), 59-66. <http://dx.doi.org/10.23887/jap.v12i1.33283>
- Ningrum, Dwi Widya. (2011). Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada Mahasiswa Ueu Yang Sedang Menyusun Skripsi. 9(1), 41
- Wangid, M. N. (2013). Identifikasi hambatan struktural dan kultural mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan, 6(2).
- Pragholapati, A., & Ulfitri, W. (2019). Gambaran Mekanisme Coping pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung. Humanitas (Jurnal Psikologi), 3(2), 115-126.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. Journal of counseling psychology, 31(4), 503.
- Surijah, E. A., & Sia, T. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. Anima Indonesian Psychological Journal, 22(4), 352-374.
- Syarkiki, H., & Ariati, J. (2014). Hubungan antara problem focused coping dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMA Islam Hidayatullah Semarang. Jurnal Empati, 3(4), 235-244.
- Tuckman, B. W. (1991). The Development and Concurrent Validity of the Procrastination Scale. Educational and Psychological Measurement, 51(2), 473-480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>
- Umriana, A. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. At-Taqaddum, 11(2), 5-10. <https://doi.org/10.21580/at.v11i2.4566>
- Valentsia, G. K. D., & Wijono, S. (2020). Optimisme dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 2(1), 15-22.
- Wahyudhi, Q. I. (2018). Pengaruh Kematangan Sosial terhadap Problem Focused Coping pada Laki-Laki Usia Dewasa Awal. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. Jurnal SosioHumaniora, 5(1).
- Yip, M. C., & Chung, O. L. (2022). Psychometric properties of the Chinese version of procrastination assessment scale for students. Frontiers in Psychology, 2(1), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1016116>.