

GAMBARAN *ACTIVE PROCRASTINATION* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Elsa Gabriella & Flaviana Rinta Ferdian

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia
Corresponding author: flaviana.ferdian@atmajaya.ac.id

ABSTRACT

Completing a thesis is a key requirement for undergraduate students, but the process often presents various challenges. In response, some students engage in maladaptive behaviors such as procrastination. While traditionally viewed as detrimental, recent studies have identified a positive form of procrastination called active procrastination. This involves intentionally delaying tasks, feeling motivated under time pressure, meeting deadlines, and achieving satisfactory results. Active procrastination can serve as a productive strategy with potential benefits for undergraduates. This study explored the prevalence and levels of active procrastination among thesis-writing undergraduates. Data were collected from 298 students across universities in Indonesia using convenience sampling. The Active Procrastination Scale-Bahasa Indonesia by Purwanto and Natalya (2019) was employed to measure active procrastination. Findings revealed that thesis students generally exhibit low levels of active procrastination. Additionally, no significant gender differences were observed. The study also found significant correlations among the dimensions of active procrastination. These results suggest that promoting active procrastination may help students adopt a more adaptive approach to managing thesis-related challenges.

Keywords: *active procrastination, undergraduate students, thesis*

PENDAHULUAN

Skripsi masih menjadi syarat untuk mendapatkan gelar Strata Satu (S1) (Harun, 2021). Skripsi merupakan karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa berdasarkan hasil kajian pustaka, penelitian lapangan, ataupun hasil eksperimen (Mansur, 2009). Dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa dapat mengalami berbagai macam masalah. Dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa dapat mengalami berbagai macam masalah dari faktor internal maupun eksternal. Beberapa di antaranya adalah kesulitan menentukan judul skripsi, kesulitan mencari referensi,

tidak cukup waktu mengerjakan serta istirahat, rasa malas, demotivasi, kelelahan, kurangnya biaya, gangguan konsentrasi, dan lingkungan yang kurang mendukung (Etika & Hasibuan, 2016).

Mahasiswa, terutama yang berasal dari budaya kolektif, juga seringkali merasakan stres dari adanya faktor eksternal, seperti tuntutan keluarga (terutama orang tua). Penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa dari Asia menunjukkan bahwa sebagian besar stres yang didapatkan oleh mahasiswa adalah dari keinginan mereka untuk mendapatkan hasil yang baik, dan memuaskan orang tua mereka. Pencapaian

akademis dilihat sebagai sesuatu tugas yang harus dilakukan oleh anak dan menjadi sesuatu yang dibanggakan di keluarga, sedangkan kegagalan dilihat sebagai sesuatu yang memalukan. Oleh karena itu, faktor budaya dapat berpengaruh pada cara mahasiswa menghadapi sebuah tugas, terutama yang bernilai tinggi, seperti skripsi. Mahasiswa skripsi menaruh tekanan kepada dirinya sendiri untuk mendapatkan hasil yang baik untuk memenuhi tuntutan dan ekspektasi akademis dari keluarga (Tan & Yates, 2011).

Dalam menghadapi masalah yang ada, mahasiswa seringkali melakukan perilaku yang tidak adaptif, seperti menghindar, tidak mengerjakan, dan secara sengaja melupakan mengerjakan skripsi. Beberapa bentuk maladaptif yang disebutkan di atas termasuk ke dalam perilaku prokrastinasi (Putri & Savira, 2013). Prokrastinasi pada mahasiswa biasanya berbentuk penghindaran terhadap tugas akademik ke aktivitas lainnya, lalu kembali mengerjakan tugas akademik di waktu yang lain (Hensley, 2016). Banyaknya tugas dengan tenggat waktu yang berbeda membuat mahasiswa lebih rentan dalam melakukan prokrastinasi (Popoola dalam Jami & Afzal, 2018).

Pada mahasiswa skripsi, prokrastinasi seringkali menjadi salah satu masalah yang krusial (Pratama et al., 2023). Supriyantini dan Nufus (2018) melihat bahwa dari 307 mahasiswa Universitas Sumatera Utara yang sedang mengerjakan skripsi, 24% diantaranya memiliki tingkat prokrastinasi akademik pada kategori rendah, 44% pada kategori sedang, dan 32% pada kategori

tinggi. Selain itu, penelitian yang dilakukan terhadap 61 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi Jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo menunjukkan bahwa 34.4% memiliki tingkat prokrastinasi sedang, 60.7% memiliki tingkat prokrastinasi berat, dan 4.9% memiliki tingkat prokrastinasi sangat berat (Soeli et al., 2022). Melalui data-data di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi masih cukup tinggi dan merupakan masalah yang belum terselesaikan.

Penelitian-penelitian terdahulu membuktikan bahwa perilaku prokrastinasi berdampak negatif pada individu. Penelitian dari Beutel et al., (2016) melihat bahwa prokrastinasi diasosiasikan dengan tingkat stres, depresi, kecemasan, kelelahan yang tinggi, serta kepuasan hidup yang rendah. Perilaku prokrastinasi juga dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik individu terutama ketika sudah mendekati tenggat waktu (Tice & Baumeister, 1997). Pada konteks mahasiswa, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi juga ditemukan memiliki indeks prestasi kumulatif dan nilai yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang tidak melakukan prokrastinasi (Klassen et al., 2008). Terdapat pula beberapa dampak prokrastinasi pada mahasiswa skripsi, antara lain terlambat menyelesaikan studi, tidak menyelesaikan studi sama sekali, dan terhambatnya mencetak mahasiswa berkualitas yang siap berpartisipasi ke masyarakat (Ahmad et al., 2021).

Chu dan Choi (2005) membagi prokrastinasi menjadi dua jenis, yaitu *passive procrastination* dan *active procrastination*

yang berbeda secara kognitif, afektif, dan perilaku. Seseorang yang melakukan *passive procrastination* (prokrastinasi pasif) melakukan penundaan terhadap tugas secara negatif karena mereka tidak mampu mengambil keputusan dan beraksi atas keputusan secara cepat (Chu & Choi, 2005). Ketika tenggat waktu sudah dekat, maka individu yang melakukan *passive procrastination* akan juga merasa tertekan dan merasa pesimis terhadap hasil yang didapatkan (Ferrari et al. dalam Chu & Choi, 2005). Pada akhirnya, mereka lebih mudah untuk menyerah dan gagal menyelesaikan suatu tugas.

Berbeda dengan konsep prokrastinasi yang tradisional, individu yang melakukan *active procrastination* mampu beraksi atas keputusan secara cepat. Mereka juga secara sengaja menunda mengerjakan sebuah tugas untuk mengerjakan tugas lainnya yang penting. Individu yang melakukan *active procrastination* juga lebih nyaman bekerja di bawah tekanan waktu dan dapat menyelesaikan tugas dengan tenggat waktu yang singkat (Chu & Choi, 2005). Oleh karena itu, *active procrastination* didefinisikan sebagai perilaku prokrastinasi, ketika seseorang menunda pekerjaan atau tugasnya secara sengaja dan sadar, memiliki preferensi untuk bekerja di bawah tekanan waktu, mampu menepati tenggat waktu, serta merasakan keuntungan dari hal tersebut (Choi & Moran, 2009; Chu & Choi, 2005).

Active procrastination tersendiri dibagi menjadi empat dimensi yang berbeda, yaitu: *preference for pressure* (preferensi terhadap tekanan), *intentional decision to procrastinate* (keputusan yang disengaja

untuk menunda), *ability to meet deadlines* (kemampuan untuk menepati tenggat waktu), dan *outcome satisfaction* (kepuasan terhadap hasil). *Preference for pressure* adalah kecenderungan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk merasa termotivasi dan tertantang ketika diberikan tekanan waktu. Mahasiswa merasa lebih senang dengan tekanan waktu dan termotivasi dari kebutuhan intrinsik, yaitu tantangan, serta tuntutan ekstrinsik, yaitu untuk menyelesaikan skripsi secara tepat waktu. *Intentional decision to procrastinate* adalah kecenderungan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk menunda pengerjaan sebuah tugas dengan mengubah jadwal sesuai dengan tuntutan eksternal secara sengaja (Choi & Moran, 2009).

Ability to meet deadlines adalah kemampuan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk memperhitungkan waktu dan usaha untuk menyelesaikan sebuah tugas dengan tepat waktu. *Outcome satisfaction* adalah kepuasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi terhadap hasil tugasnya setelah memanfaatkan waktu secara efektif dan efisien. Walaupun melakukan prokrastinasi, mahasiswa skripsi yang melakukan prokrastinasi aktif biasanya merasa puas dengan hasilnya walaupun diselesaikan dekat dengan tenggat waktu (Choi & Moran, 2009).

Perilaku *active procrastination* juga dapat menjadi strategi *coping* yang adaptif serta produktif. Dibandingkan *passive procrastination*, individu yang melakukan *active procrastination* cenderung memakai *task-oriented coping*, yaitu strategi penyelesaian masalah dengan berfokus pada

masalah itu sendiri ketika di bawah tekanan stres (Choi & Moran, 2009). Individu yang melakukan *active procrastination* juga ditemukan memiliki temperamen dan karakter yang lebih baik, serta tingkat *emotional intelligence* yang tinggi. Mereka ditemukan dapat lebih memahami emosi yang sedang dialami, dapat meregulasi emosi tersebut, dan menghindari dari stres (Zohar et al., 2019).

Terdapat beberapa penemuan sebelumnya yang melihat bahwa perilaku *active procrastination* dapat bermanfaat bagi individu yang melakukannya. Penelitian dari Habelrih dan Hicks (2015) menemukan bahwa tingkat *well-being* yang tinggi dapat memprediksi perilaku *active procrastination*. Perilaku penundaan dapat menjadi sebuah strategi *coping* yang dipakai oleh individu dalam menghadapi pikiran ataupun situasi yang menimbulkan stres. Adapun, penelitian dari Wu (2018) melihat bahwa perilaku *active procrastination* berhubungan positif dengan *active coping* dan *perceived stress* yang rendah. Ditemukan juga bahwa mahasiswa yang melakukan *active procrastination* cenderung mendapatkan nilai yang lebih tinggi dibandingkan yang melakukan *passive procrastination* (Choi & Moran, 2009; Corkin et al., 2011).

Adapun, penelitian dari Steel (2007) juga melihat perilaku prokrastinasi sebagai suatu hal yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, dan dapat dikurangi atau ditanggulangi melalui intervensi. Oleh karena itu, berdasarkan manfaat-manfaat yang telah dipaparkan, penting bagi mahasiswa skripsi untuk mengadopsi jenis

prokrastinasi yang adaptif, yaitu *active procrastination*.

Penelitian dari Angelia (2022) meneliti gambaran *active procrastination* pada mahasiswa sarjana di Indonesia. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Angelia (2022) menunjukkan tingkat *active procrastination* pada mahasiswa sarjana dikategorikan rendah. Adapun, penelitian dari Habelrih dan Hicks (2015) meneliti *well-being* dan hubungannya dengan *active* serta *passive procrastination* pada mahasiswa universitas di Australia. Hasil dari penelitian dari Habelrih dan Hicks (2015) menunjukkan bahwa *active procrastination* dan *passive procrastination* merupakan dua konstruk yang berbeda, serta perilaku *active procrastination* dapat menjadi salah satu tanda *well-being* yang sehat.

Terdapat pula penelitian yang menghubungkan motivasi akademik dengan *active procrastination* terhadap siswa Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 di Tasikmalaya (Apriliani & Djamhoer, 2022). Sementara itu, Zohar et al. (2019) meneliti perilaku *active procrastination* dan hubungannya dengan temperamen serta karakter seseorang.

Sejauh ini belum banyak ditemukan penelitian mengenai gambaran *active procrastination* terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa skripsi cenderung melakukan *active procrastination* sebagai salah satu strategi produktivitas yang adaptif, tingkat *well-being* yang tinggi, tingkat *active coping* yang tinggi dan *perceived stress* yang rendah, serta hasil akademis yang tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin meneliti

active procrastination pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan metode kuantitatif deskriptif serta teknik analisis deskriptif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain survei. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa strata satu yang sedang mengerjakan skripsi berusia 18 sampai 25 tahun di Indonesia. Peneliti menerapkan pendekatan *non-probability sampling*, yaitu *convenience sampling*.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui kuesioner daring dengan jenis alat ukur sikap (*attitude test*). Alat ukur yang digunakan adalah *Active Procrastination Scale* milik Choi dan Moran (2009) yang telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Purwanto dan Natalya (2019), yaitu APS-Bahasa Indonesia. Alat ukur APS-Bahasa Indonesia terdiri atas 15 *item* berbentuk pernyataan dengan respon skala Likert dengan rentang 1 (Sangat Tidak Setuju) sampai dengan 7 (Sangat Setuju). Terdapat empat dimensi dari *active procrastination* yang diukur dalam APS-Bahasa Indonesia, yaitu *outcome satisfaction*, *preference for pressure*, *intentional decision to procrastinate*, dan *ability to meet deadlines*. Terdapat beberapa *item* yang dinilai oleh peneliti perlu disesuaikan dengan konteks skripsi, seperti *item* 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, dan 16. *Item* tersebut mengandung kata ‘tugas’, sehingga perlu diganti dengan kata ‘skripsi’ atau ‘proses skripsi’.

Sebelum alat ukur digunakan, peneliti terlebih dahulu melakukan analisis *item*. Analisis *item* dilakukan dengan menghitung *Corrected-Item Total Correlation* dengan hasil berkisar dari 0.356 – 0.764. Hasil analisis *item* menunjukkan bahwa *item-item* sudah baik dengan $p < 0.05$. Uji reliabilitas dilakukan dengan menghitung *Cronbach Alpha* untuk setiap dimensinya dengan hasil yang berkisar di antara 0.643 – 0.824. Penelitian ini mengacu pada kriteria dari Hair et al. (dalam Purwanto & Natalya, 2019) yang menyatakan bahwa nilai *Cronbach Alpha* 0.6 masih dapat diterima terutama jika hasil analisis *item* diatas 0.3. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa alat ukur APS-Bahasa Indonesia memiliki indeks reliabilitas yang reliabel.

Pengumpulan data dilakukan secara individual serta daring melalui *Google Form* yang disebarakan kepada partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian dan bersedia mengisi. *Google Form* yang disebarakan terdiri atas beberapa bagian, yaitu *informed consent*, pertanyaan konfirmasi kriteria responden, data diri, dan alat ukur APS-Bahasa Indonesia. Pertanyaan konfirmasi kriteria responden dilakukan untuk menghindari responden yang tidak sesuai. Jika dalam salah satu pertanyaan tersebut seorang responden menjawab ‘Tidak’, maka responden akan langsung dibawa ke bagian akhir untuk *submit*.

HASIL

Gambaran Demografis

Sampel dari penelitian ini merupakan mahasiswa strata satu berumur 18 sampai 25 tahun di Indonesia yang sedang menjalani

proses skripsi. Total responden yang didapatkan melalui pengambilan data adalah 315 responden. Setelah meninjau kembali data yang telah didapatkan, terdapat sejumlah 298 responden yang telah bersedia mengisi dan sesuai dengan kriteria penelitian. Responden yang didapatkan digolongkan berdasarkan jenis kelamin, usia, asal provinsi, asal universitas, dan fakultas.

Mayoritas responden memiliki jenis kelamin perempuan, yaitu 248 responden (83.2%). Jika dilihat dari usia, mayoritas responden memiliki usia 21 tahun, yaitu 123 responden (41.3%). Melalui hasil yang didapatkan pula, tidak terdapat responden berumur 18 tahun yang sedang menjalani proses skripsi. Responden juga mayoritas sedang bertempat tinggal di provinsi DKI Jakarta, dengan 78 responden (26.2%). Mayoritas responden berasal dari universitas swasta, yaitu 157 responden (52.7%). Terakhir, responden mayoritas sedang menjalani perkuliahan sarjana di jurusan kuliah sosial dan humaniora (soshum), yaitu 169 responden (56.7%).

Analisis Deskriptif

Hasil analisa deskriptif pada Tabel 1 menunjukkan bahwa dimensi *ability to meet deadlines* memiliki nilai rata-rata tertinggi (M = 4.613), serta dimensi *preference for pressure* memiliki nilai rata-rata terendah (M = 2.824). Rata-rata yang didapatkan lalu dibandingkan dengan nilai median dari skala Likert APS-Bahasa Indonesia, yaitu 4. Pertama, dimensi *outcome satisfaction* pada mahasiswa skripsi memiliki kecenderungan rendah dengan nilai rata-rata 3.133. Kedua, dimensi *preference for pressure* pada

mahasiswa skripsi memiliki kecenderungan rendah dengan nilai rata-rata 2.824. Ketiga, dimensi *intentional decision to procrastinate* pada mahasiswa skripsi memiliki kecenderungan rendah dengan nilai rata-rata 3.465 dibawah median. Terakhir, dimensi *ability to meet deadlines* memiliki kecenderungan tinggi dengan nilai rata-rata 4.613 berada di atas median. Nilai rata-rata dari skor keseluruhan dari *active procrastination* pada mahasiswa skripsi memiliki kecenderungan rendah dengan nilai rata-rata 3.152 berada di bawah median. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi dalam *active procrastination* memiliki tingkat yang cenderung rendah dengan nilai di bawah median, kecuali dimensi *ability to meet deadlines*.

Tabel 1
Statistik Deskriptif Active Procrastination

Dimensi	N	M	SD	Min	Max
<i>Outcome Satisfaction</i>	298	3.133	1.084	1.000	7.000
<i>Preference for Pressure</i>	298	2.824	1.168	1.000	6.25
<i>Intentional Decision to Procrastinate</i>	298	3.465	1.515	1.000	7.000
<i>Ability to Meet Deadlines</i>	298	4.613	1.326	1.500	7.000
Keseluruhan	298	3.152	0.724	1.600	5.867

Analisis Tambahan Perbedaan Active Procrastination berdasarkan Jenis Kelamin

Peneliti ingin membandingkan perbedaan *active procrastination* pada laki-laki dan perempuan. Peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas untuk menentukan metode uji beda dari variabel *active procrastination* terhadap jenis kelamin.

Tabel 2

Hasil Uji Shapiro-Wilk variabel Active Procrastination berdasarkan Jenis Kelamin

Dimensi	Laki-laki		Perempuan		Metode Statistik
	<i>Shapiro-Wilk</i>	Interpretasi	<i>Shapiro-Wilk</i>	Interpretasi	
<i>Outcome Satisfaction</i>	.965	Tidak normal	.982*	Normal	<i>Mann-Whitney</i>
<i>Preference for Pressure</i>	.915	Tidak normal	.971	Tidak normal	<i>Mann-Whitney</i>
<i>Intentional Decision to Procrastinate</i>	.944	Tidak normal	.969	Tidak normal	<i>Mann-Whitney</i>
<i>Ability to Meet Deadlines</i>	.947	Tidak normal	.973	Tidak normal	<i>Mann-Whitney</i>

Keterangan. * $p > .05$

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 2, didapatkan bahwa seluruh dimensi pada variabel *active procrastination* memiliki data yang berdistribusi tidak normal, kecuali pada dimensi *outcome satisfaction* dengan mahasiswa skripsi berjenis kelamin perempuan. Oleh karena itu, peneliti menentukan bahwa seluruh perhitungan uji beda akan menggunakan metode *Mann-Whitney*.

Dapat dilihat bahwa hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada dimensi *outcome satisfaction* antara mahasiswa skripsi laki-laki dan perempuan ($U = 5471.000$, $n_1 = 50$, $n_2 = 248$, $p > .05$). Pada dimensi *preference for pressure*, hasil uji menunjukkan bahwa tidak terdapat

perbedaan yang signifikan terhadap mahasiswa skripsi laki-laki dan perempuan ($U = 5497.000$, $n_1 = 50$, $n_2 = 248$, $p > .05$). Sementara itu, pada dimensi *intentional decision to procrastinate* juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap mahasiswa skripsi laki-laki dan perempuan ($U = 6152.500$, $n_1 = 50$, $n_2 = 248$, $p > .05$). Terakhir, pada dimensi *ability to meet deadlines* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap mahasiswa skripsi laki-laki dan perempuan ($U = 5501.00$, $n_1 = 50$, $n_2 = 248$, $p > .05$). Berdasarkan hasil uji beda *Mann-Whitney*, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor *active procrastination* antara mahasiswa skripsi laki-laki dan perempuan.

Tabel 3

Hasil Uji Mann-Whitney variabel Active Procrastination berdasarkan Jenis Kelamin

Dimensi	Statistik	Laki-Laki (N=50)	Perempuan (N=248)	<i>U</i>	<i>p</i>
<i>Outcome Satisfaction</i>	<i>Mean</i>	11.720	12.694	5471.000	.189
	<i>SD</i>	3.511	4.472		
<i>Preference for Pressure</i>	<i>Mean</i>	10.720	11.411	5497.000	.205
	<i>SD</i>	4.945	4.616		
<i>Intentional Decision to Procrastinate</i>	<i>Mean</i>	10.320	10.411	6152.500	.932
	<i>SD</i>	4.863	4.487		
<i>Ability to Meet Deadlines</i>	<i>Mean</i>	17.720	18.601	5501.000	.208
	<i>SD</i>	6.014	5.149		

Keterangan. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Analisis Tambahan Korelasi antara Setiap Dimensi Active Procrastination

Dalam hal ini, peneliti ingin melihat korelasi antara setiap dimensi pada variabel *active procrastination*. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dapat dilihat pada Tabel 3, maka metode korelasi yang akan digunakan adalah *Spearman*. Berikut merupakan hasil uji korelasi *Spearman* pada setiap dimensi *active procrastination*.

Berdasarkan hasil korelasi *Spearman*, dimensi *outcome satisfaction* memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *preference for pressure* ($r = .515$, $n = 298$, $p < .001$, *two-tailed*, $r^2 = .265$) dan *ability to meet deadlines* ($r = .189$, $n = 298$, $p < .01$, *two-tailed*, $r^2 = .036$). Adapun, dimensi *outcome satisfaction* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *intentional*

decision to procrastination ($r = .089$, $n = 298$, $p > .05$, *two-tailed*). Dimensi *preference for pressure* memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *intentional decision to procrastinate* ($r = -.179$, $n = 298$, $p < .01$, *two-tailed*, $r^2 = .032$) dan *ability to meet deadlines* ($r = .411$, $n = 298$, $p < .001$, *two-tailed*, $r^2 = .169$). Sementara itu, dimensi *intentional decision to procrastinate* memiliki hubungan yang signifikan dengan *ability to meet deadlines* ($r = -.420$, $n = 298$, $p < .001$, *two-tailed*, $r^2 = .176$). Melalui hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi pada *active procrastination* berhubungan secara signifikan, kecuali dimensi *outcome satisfaction* dengan *intentional decision to procrastinate*.

Tabel 4

Hasil Korelasi Spearman Setiap Dimensi Active Procrastination

Dimensi		OS	PP	IDP	AMD
<i>Outcome Satisfaction</i>	<i>Spearman's rho</i>	-	.515***	.089	.189**
<i>Preference for Pressure</i>	<i>Spearman's rho</i>	.515***	-	-.179**	.411***
<i>Intentional Decision to Procrastinate</i>	<i>Spearman's rho</i>	.411***	-.179**	-	-.420***
<i>Ability to Meet Deadlines</i>	<i>Spearman's rho</i>	.189**	.411***	-.420***	-

Keterangan. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, OS: *Outcome Satisfaction*, PP: *Preference for Pressure*, IDP: *Intentional Decision to Procrastinate*, AMD: *Ability to Meet Deadlines*.

DISKUSI

Hasil uji statistik deskriptif pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa skripsi memiliki tingkat *outcome satisfaction*, *preference for pressure*, dan *intentional decision to procrastinate* yang rendah, serta tingkat *ability to meet deadlines* yang tinggi. Mahasiswa skripsi juga ditunjukkan memiliki tingkat *ability to meet*

deadlines yang lebih tinggi, serta tingkat *preference for pressure* yang lebih rendah dibandingkan dimensi lainnya.

Dimensi *ability to meet deadlines* merupakan kemampuan mahasiswa skripsi dalam memperhitungkan waktu serta usaha agar tugas selesai sesuai dengan tenggat waktu (Choi & Moran, 2009). Dalam konteks mahasiswa skripsi, tingginya tingkat *ability to meet deadlines* berarti mahasiswa skripsi

mampu mengelola waktu serta usaha agar proses skripsi selesai sesuai dengan tenggat waktu. Kemampuan mahasiswa skripsi dalam menyelesaikan proses skripsi sesuai dengan tenggat waktu ini juga merupakan salah satu komponen yang membedakan *active procrastination* dengan *passive procrastination*. *Ability to meet deadlines* berkorelasi secara positif dengan resiliensi, sifat kepribadian *conscientiousness* (sikap kehati-hatian), dan stabilitas emosi pada individu (Choi & Moran, 2009). Chu dan Choi (2005) menyatakan bahwa seseorang yang melakukan *active procrastination* lebih gigih dan mampu menyelesaikan suatu tugas yang berdekatan dengan tenggat waktu dibandingkan seseorang yang melakukan *passive procrastination*. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa dimensi *ability to meet deadlines* merupakan ciri adaptif yang membedakan *active procrastination* dengan *passive procrastination*.

Peneliti menduga bahwa tingginya tingkat *ability to meet deadlines* dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti sifat kepribadian *conscientiousness* (sikap kehati-hatian) dan *self-regulated learning* (pembelajaran yang diatur sendiri). Penelitian terdahulu oleh Kim dan Seo (2013) melihat bahwa *active procrastination* berhubungan dengan *effort regulation*, yaitu kecenderungan untuk mempertahankan fokus dan usaha terhadap suatu tujuan, walaupun terdapat distraksi-distraksi yang mungkin muncul. Adapun, sifat kepribadian *conscientiousness* ditemukan memiliki korelasi yang kuat dengan dimensi *ability to meet deadlines* (Choi & Moran, 2009; Zhou,

2019; Kim et al., 2017). Seseorang dengan sifat kepribadian *conscientiousness* yang tinggi dideskripsikan sebagai orang yang terorganisir, disiplin, memperhatikan detail, penuh dengan pertimbangan, dan berhati-hati (John & Srivastava, 1999). Ditemukan pula oleh Kim et al. (2017) bahwa mahasiswa dengan sifat kepribadian *conscientiousness* melakukan penundaan secara sengaja dalam proses mencapai tujuan akhirnya.

Dalam konteks mahasiswa skripsi, tingginya tingkat *ability to meet deadlines* dapat berhubungan dengan keinginan mahasiswa untuk mendapatkan hasil yang baik secara akademis. Keterlambatan dalam mengumpulkan proses skripsi dapat mengakibatkan mahasiswa untuk menunda kelulusannya sendiri. Untuk menghindari hal tersebut, mahasiswa skripsi secara berhati-hati memperhatikan usaha dan waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan proses skripsi, serta mempertahankan fokus agar proses skripsi terkumpul tepat dengan tenggat waktu.

Peneliti juga melihat bahwa tingkat *outcome satisfaction*, *preference for pressure*, dan *intentional decision to procrastinate* yang rendah pada mahasiswa skripsi menjadi hal yang cukup menarik. Dimensi *intentional decision to procrastinate* merupakan perilaku mahasiswa skripsi yang secara sengaja menunda pekerjaannya sesuai dengan tuntutan eksternal (Choi & Moran, 2009). Adanya tingkat yang rendah pada dimensi *intentional decision to procrastinate* mengindikasikan bahwa mahasiswa skripsi kurang memiliki kecenderungan untuk menunda pekerjaannya secara sengaja. Peneliti menduga bahwa hasil ini

mengindikasikan bahwa mahasiswa skripsi cenderung bekerja dengan manajemen waktu yang lebih terstruktur dengan menetapkan tujuan di awal, dibandingkan fleksibel dengan tuntutan eksternal yang muncul (Choi & Moran, 2009).

Salah satu hal yang menurut peneliti dapat menjelaskan perilaku *intentional decision to procrastinate* secara teoritis pada mahasiswa skripsi adalah *self-efficacy*. Perilaku penundaan seringkali dikorelasikan dengan tingkat *self-efficacy* mahasiswa secara negatif (Corkin et al., 2011). Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi pula bahwa mereka akan mencapai hasil yang diinginkan, sehingga mereka memiliki kecenderungan yang kecil untuk menunda (Supriyantini & Nufus, 2018). Tingkat *self-efficacy* mahasiswa skripsi juga dapat mempengaruhi persepsi mahasiswa terhadap tugas. Menurut Corkin et al. (2014), mahasiswa yang melihat sebuah tugas sebagai tantangan dapat menurunkan rasa bosan pada mahasiswa, sehingga menurunkan tingkat prokrastinasi, dan juga sebaliknya, yaitu meningkatkan rasa kesulitan pada mahasiswa, sehingga meningkatkan prokrastinasi.

Sifat kepribadian *conscientiousness* secara teoritis juga ditunjukkan memiliki korelasi dengan dimensi *intentional decision to procrastinate*. Mahasiswa yang memiliki sifat kepribadian *conscientiousness* dapat mengatur perilakunya melalui kesengajaan untuk menunda agar dapat memenuhi tenggat waktu (Zhou, 2019). Selain itu, ditemukan pula sifat kepribadian *agreeableness* yang rendah lebih cenderung

melakukan penundaan secara sengaja. Zhou (2019) berpendapat bahwa mereka lebih mampu dan yakin dalam membuat keputusan, seperti melakukan prokrastinasi secara sengaja. Begitu juga sebaliknya, bahwa secara teoritis mahasiswa dengan sifat kepribadian *agreeableness* yang tinggi akan cenderung lebih mudah terdistraksi dan gelisah dengan adanya tenggat waktu yang mendatang, sehingga cenderung tidak melakukan prokrastinasi secara sengaja. Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, peneliti melihat bahwa perilaku prokrastinasi secara sengaja merupakan sebuah pilihan yang dapat didasari oleh *self-efficacy*, manajemen waktu, dan sifat kepribadian.

Adapun, dimensi *preference for pressure* merupakan kecenderungan mahasiswa skripsi untuk lebih termotivasi oleh perasaan tertantang karena adanya tekanan waktu (Choi & Moran, 2009). Rendahnya tingkat *preference for pressure* pada mahasiswa skripsi mengindikasikan bahwa mahasiswa kurang menikmati perasaan tertantang yang disebabkan oleh tuntutan internal untuk menghadapi tantangan dan tuntutan eksternal untuk menyelesaikan tugas sesuai dengan tenggat waktu (Deci & Ryan, dalam Choi & Moran, 2009). Motivasi mahasiswa skripsi secara teoritis dapat dipengaruhi oleh budaya Indonesia, yaitu budaya dengan tingkat sosial yang tinggi. Mahasiswa skripsi dapat lebih termotivasi oleh adanya *performance approach goals*. Artinya, mahasiswa skripsi kurang merasa tertantang oleh adanya tekanan waktu karena mereka lebih termotivasi oleh keinginan untuk menunjukkan kemampuannya, menjadi lebih

unggul dibanding mahasiswa skripsi lainnya, dan mencapai penilaian sosial yang lebih baik oleh orang di sekitarnya (Dekker dan Fischer, 2008). Hal ini juga sesuai dengan penelitian dari Tan dan Yates (2011), yang menjelaskan bahwa mahasiswa dari negara Asia cenderung memberikan tekanan kepada diri sendiri karena adanya ekspektasi dan tuntutan untuk berperformas baik secara akademis dari keluarga mereka. Oleh karena itu, penjelasan di atas menunjukkan bahwa adanya tekanan dan tantangan selama mengerjakan skripsi menurunkan kondisi psikologis mahasiswa skripsi tersebut (Freedman & Edwards, dalam Choi & Moran, 2009).

Terakhir, dimensi *outcome satisfaction* merupakan dimensi yang berhubungan dengan dimensi-dimensi lainnya pada *active procrastination*. Dimensi *outcome satisfaction* merupakan kepuasan mahasiswa skripsi yang didapatkan setelah melakukan *active procrastination*. Rendahnya dimensi *outcome satisfaction* menunjukkan bahwa mahasiswa skripsi kurang mendapatkan atau merasakan perasaan puas atas hasil yang didapatkan. Dimensi ini bergantung pada dimensi-dimensi lainnya dalam *active procrastination*, karena perasaan puas yang dimaksud diraih setelah mahasiswa melakukan penundaan secara sengaja (*intentional decision to procrastinate*), dan melalui tekanan dan tantangan (*preference for pressure*) mereka masih dapat menyelesaikan tugasnya secara tepat waktu (*ability to meet deadlines*), serta meraih hasil yang baik. Oleh karena itu, jika dimensi yang lainnya mendapatkan skor yang rendah,

maka dimensi *outcome satisfaction* akan cenderung rendah pula. Dibandingkan individu yang melakukan *active procrastination*, individu yang melakukan *passive procrastination* kurang dapat mengendalikan fokusnya terhadap satu tugas tertentu, dan cenderung melakukan hal lain yang lebih dipersepsikan menyenangkan dibanding mengerjakan tugas tersebut. Kesenjangan antara yang seharusnya dilakukan oleh mahasiswa dengan yang sebenarnya dilakukan oleh mahasiswa inilah yang menurunkan kualitas hasil dari tugas (Choi & Moran, 2009).

Rendahnya tingkat *preference for pressure* dan *outcome satisfaction* dapat berasal dari tingkat *self-efficacy* mahasiswa skripsi. Ketika dihadapi dengan tantangan, individu yang melakukan *active procrastination* menilai dirinya sendiri dapat bekerja dengan lebih baik dibawah tekanan dan merasa termotivasi ketika menyelesaikan tugas dekat dengan tenggat waktu (Corkin et al., 2011). Selain itu, mahasiswa juga cenderung melakukan *active procrastination* ketika mereka memiliki *academic self-efficacy* yang tinggi, ditambah dengan kemampuan mahasiswa dalam mencapai hasil yang memuaskan secara mudah (Hensley, 2016). Oleh karena itu, tingkat *self-efficacy* mahasiswa skripsi yang rendah dapat membuat mahasiswa tersebut menilai dirinya sendiri tidak bekerja lebih baik dibawah tekanan, sehingga menghasilkan hasil yang kurang memuaskan.

Penelitian ini juga membahas beberapa analisa tambahan mengenai *active procrastination*, seperti perbedaan jenis kelamin dan korelasi antara setiap dimensi

pada *active procrastination*. Pada jenis kelamin, ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat *active procrastination* yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Penemuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Zhou (2019) yang meneliti peran sifat kepribadian dan kebutuhan atas kognisi pada *active procrastination*. Zhou (2019) menemukan bahwa jenis kelamin tidak berhubungan secara signifikan terhadap *active procrastination*. Penelitian lainnya dari Ismail (2016) yang meneliti hubungan *well-being* dan *active* serta *passive procrastination* pada mahasiswa bisnis di Karachi juga mendukung pernyataan ini. Ismail (2016) menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *active procrastination* pada mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Peneliti menduga bahwa tidak terdapatnya perbedaan *active procrastination* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dapat disebabkan karena perilaku *active procrastination* yang lebih berfokus pada penggunaan struktur waktu individu terhadap suatu tugas (Choi & Moran, 2009). *Active procrastination* pada mahasiswa skripsi juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang tidak berfokus pada perbedaan jenis kelamin, seperti *antecedents*, *phenomenon*, *context and situations*, *coping strategies*, serta *consequences* dari prokrastinasi (Schraw et al., 2007).

Melalui faktor-faktor yang telah dijelaskan, peneliti menduga bahwa tindakan mahasiswa skripsi untuk melakukan *active procrastination* lebih bergantung pada persepsi mahasiswa skripsi terhadap proses

skripsi tersebut, bukan berdasarkan jenis kelamin. Persamaan konteks dan situasi (menjalani skripsi) juga dapat membuat adanya persamaan persepsi dari mahasiswa skripsi, baik laki-laki maupun perempuan, dalam menghadapi proses skripsi tersebut. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat *active procrastination* kurang dipengaruhi oleh jenis kelamin mahasiswa skripsi, melainkan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang telah dijelaskan.

Peneliti juga melihat korelasi antara setiap dimensi dalam *active procrastination* pada mahasiswa skripsi. Hasil yang didapatkan sesuai dengan beberapa penelitian terdahulu, seperti oleh Kim et al. (2017), Kim dan Seo (2013), Choi dan Moran (2009), serta Purwanto dan Natalya (2019). Kim et al. (2017) meneliti perbedaan sifat kepribadian dan performa akademik terhadap perilaku *active procrastination* serta *passive procrastination* pada mahasiswa *hospitality management* di Switzerland. Kim dan Seo (2013) meneliti hubungan *flow* dan *self-regulated learning* terhadap *active procrastination* pada mahasiswa dari Korea. Choi dan Moran (2009) meneliti validasi terhadap skala *active procrastination* yang baru dengan responden mahasiswa di Kanada. Terakhir, Purwanto dan Natalya (2019) meneliti validasi terhadap skala *active procrastination* dengan bahasa Indonesia dengan responden mahasiswa psikologi di Surabaya. Keseluruhan penelitian yang didapatkan memiliki konteks responden yang sama dengan penelitian ini, yaitu mahasiswa.

Dimensi *outcome satisfaction* memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *preference for pressure* secara

positif. Hasil yang didapatkan ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu, seperti oleh Kim et al. (2017), Kim dan Seo (2013), Choi dan Moran (2009), serta Purwanto dan Natalya (2019). Peneliti menduga bahwa adanya hubungan positif antara dimensi *outcome satisfaction* dengan *preference for pressure* memiliki arti bahwa adanya tekanan waktu bagi mahasiswa skripsi dapat berpengaruh positif bagi perasaan mahasiswa skripsi terhadap hasil yang dikerjakan. Ketika diberikan tekanan waktu, mahasiswa lebih fokus dan berkonsentrasi saat mengerjakan proses skripsi. Hal ini dikarenakan mahasiswa skripsi ingin mempergunakan waktu secara efektif dan efisien, terutama mendekati tenggat waktu. Peningkatan fokus serta konsentrasi tersebut dapat membuat mahasiswa berperforma lebih baik saat mengerjakan proses skripsi. Hal ini berhubungan dengan salah satu faktor yang dijelaskan oleh Schraw et al. (2007), bahwa perilaku *active procrastination* dipengaruhi oleh kondisi *flow* pada mahasiswa skripsi. Penjelasan ini juga sesuai dengan pendapat Lay et al. (1989) yaitu mahasiswa yang melakukan *active procrastination* memiliki karakteristik yang cocok untuk menghadapi tantangan dan tingkat *flow* yang tinggi. Karakteristik ini pada akhirnya meningkatkan perasaan kesenangan dan lega pada hasil yang dikerjakan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa pun merasa puas dengan hasil skripsi yang dikerjakan ketika diberikan tekanan waktu.

Dimensi *outcome satisfaction* juga memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *ability to meet deadlines* secara

positif. Hasil yang didapatkan ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu, seperti oleh Kim et al. (2017), Kim dan Seo (2013), serta Purwanto dan Natalya (2019). Peneliti menduga bahwa adanya hubungan yang positif antara *outcome satisfaction* dengan *ability to meet deadlines* memiliki arti bahwa mahasiswa skripsi merasa puas ketika dapat berhasil memenuhi tenggat waktu proses skripsi. Mahasiswa skripsi yang telah melakukan *active procrastination* dan tetap berhasil memenuhi tenggat waktu akan merasa puas pula akan hasil yang dikerjakan. Oleh karena itu, kepuasan yang didapatkan oleh mahasiswa dapat berasal dari perasaan lega karena telah berhasil memenuhi tenggat waktu, ataupun perasaan puas karena telah mengatur waktu dengan efektif dan efisien.

Dimensi *outcome satisfaction* memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan dimensi *intentional decision to procrastinate*. Hasil yang didapatkan ini sesuai penelitian-penelitian terdahulu, seperti oleh Kim dan Seo (2013), serta Purwanto dan Natalya (2019). Peneliti menduga bahwa tidak adanya hubungan antara *outcome satisfaction* dengan *intentional decision to procrastinate* menjelaskan bahwa terdapat perbedaan motivasi dari kedua dimensi tersebut. Mahasiswa skripsi dengan tingkat *intentional decision to procrastinate* yang tinggi termotivasi oleh keinginan untuk melakukan hal-hal lain yang bermanfaat dibandingkan menyelesaikan proses skripsi dan merasakan puas atas hal tersebut. Selain itu, peneliti juga menduga adanya perbedaan waktu dari saat *intentional decision to procrastinate* dan *outcome satisfaction* dapat menjelaskan tidak adanya hubungan dari

kedua dimensi tersebut. Perilaku *intentional decision to procrastinate* terjadi sebelum mahasiswa skripsi merasakan *outcome satisfaction*. Adapun, mahasiswa skripsi juga masih dapat merasakan *outcome satisfaction* walaupun tidak melakukan *intentional decision to procrastinate*.

Dimensi *preference for pressure* memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *intentional decision to procrastinate* secara negatif. Hasil yang didapatkan ini menjadi menarik bagi peneliti karena memiliki perbedaan hasil dari penelitian-penelitian terdahulu. Peneliti menduga bahwa adanya hubungan negatif antara dimensi *preference for pressure* dengan *intentional decision to procrastinate* menjelaskan bahwa terdapat perbedaan sumber motivasi dari mahasiswa skripsi. Mahasiswa skripsi dengan *preference for pressure* yang tinggi dapat lebih termotivasi oleh tekanan waktu, sehingga mereka mungkin tidak merasa tertantang ketika secara sengaja menunda suatu pekerjaan. Sebaliknya, mahasiswa skripsi dengan *intentional decision to procrastinate* yang tinggi dapat lebih termotivasi ketika melakukan sesuatu yang bermanfaat terlebih dahulu, dibandingkan termotivasi oleh tekanan waktu. Adapun, penjelasan lainnya yang dapat diduga peneliti adalah perbedaan manajemen waktu yang dilakukan oleh mahasiswa skripsi. Mahasiswa skripsi dengan *preference for pressure* yang tinggi merupakan seseorang yang secara sengaja membentuk situasi dimana mereka akan merasa tekanan waktu. Oleh karena itu, peneliti menduga bahwa mereka juga memiliki manajemen waktu yang lebih

terstruktur dengan memperhatikan tenggat waktu sebuah tugas. Adapun, mahasiswa skripsi dengan *intentional decision to procrastinate* yang tinggi lebih bersikap spontan dan fleksibel dalam mengatur waktu, sehingga menunda sebuah pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan eksternal terlebih dahulu.

Dimensi *preference for pressure* juga memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *ability to meet deadlines* secara positif. Hasil yang didapatkan ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu, seperti oleh Kim dan Seo (2013) serta Purwanto dan Natalya (2019). Peneliti menduga bahwa adanya hubungan yang positif antara *preference for pressure* dan *ability to meet deadlines* menjelaskan bahwa mahasiswa skripsi yang merasa termotivasi oleh tekanan waktu dapat memenuhi tenggat waktu dengan baik. Mahasiswa skripsi yang memiliki *preference for pressure* yang tinggi termotivasi dari tantangan yang didapatkan dari tekanan waktu, dan kebutuhan untuk memenuhi tenggat waktu. Oleh karena itu, mahasiswa skripsi juga melihat tenggat waktu sebagai tantangan yang memotivasi mereka, sehingga mereka mengerjakan proses skripsi secara efisien dan efektif agar dapat memenuhi tenggat waktu yang ada.

Terakhir, dimensi *intentional decision to procrastinate* memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *ability to meet deadlines* secara negatif. Hasil yang didapatkan ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu, seperti oleh Kim et al. (2017) serta Purwanto dan Natalya (2019). Adanya hubungan yang negatif antara *intentional decision to procrastinate* dengan

ability to meet deadlines menjelaskan bahwa semakin mahasiswa skripsi sengaja menunda pekerjaannya, semakin kurang mampu untuk memenuhi tenggat waktu. Peneliti menduga bahwa ketika mahasiswa skripsi secara sengaja menunda pekerjaannya, mereka salah menilai kemampuan dan waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut. Oleh karena itu, mahasiswa skripsi pun tidak mampu untuk memenuhi tenggat waktu yang sudah ditetapkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Schraw et al. (2007) bahwa semakin mahasiswa merasa bahwa keterampilan mengatur waktunya baik, semakin ia akan melakukan prokrastinasi. Adanya kepercayaan bahwa keterampilan waktunya baik yang terlalu tinggi dapat membuat mahasiswa skripsi gagal dalam menepati tenggat waktu.

SARAN

Berdasarkan tinjauan dari pelaksanaan dan metode yang dipakai dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan teknik *probability sampling* agar persebaran variasi aspek demografis partisipan seperti jenis kelamin, umur, dan domisili dapat lebih merata serta menggambarkan populasi (Creswell, 2012). Penelitian selanjutnya juga dapat meneliti faktor jenis kelamin untuk memperdalam hasil penelitian mengenai hubungan faktor demografis dengan tingkat *active procrastination*. Faktor *task-value* juga dapat diperdalam untuk melihat hubungan faktor struktur tugas dengan tingkat *active procrastination*. Selain itu, penelitian

selanjutnya dapat menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan teori empiris mengenai *active procrastination* yang berfokus pada korelasi antara dimensi.

Saran praktis dari penelitian ini ditujukan bagi dua pihak, yaitu bagi mahasiswa skripsi dan bagi praktisi kesehatan mental. Bagi mahasiswa skripsi, disarankan dapat bersikap lebih terbuka mengenai *active procrastination* sebagai suatu metode belajar mandiri yang memiliki manfaat positif. Selain itu, mahasiswa skripsi dapat menerapkan *active procrastination* sebagai bentuk prokrastinasi yang lebih adaptif dan positif, terutama dalam konteks akademis. Salah satu caranya adalah untuk menerapkan strategi pengaturan waktu yang efektif. Bagi praktisi kesehatan mental, dapat menjelaskan mengenai *active procrastination* sebagai salah satu bentuk prokrastinasi bagi klien yang memiliki kesulitan dalam menentukan strategi produktivitas yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., Yusuf Mappesse, M., & Ruslan. (2021). Prokrastinasi Akademik dalam Menulis Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer FT UNM. *Jurnal MediaTIK: Jurnal Media Pendidikan Teknik Informatika Dan Komputer*, 1(2).
- Angelia, T. (2022). *Gambaran Active Procrastination pada Mahasiswa Tingkat Sarjana*. Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Apriliani, S., & Djamhoer, D. T. (2022). Hubungan antara motivasi akademik dengan *active procrastination* di masa pandemi Covid-19 pada siswa SMAN

- 2 Tasikmalaya. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(2), 434–441.
<https://doi.org/10.29313/bcps.v2i3.3087>
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Aufenanger, S., Brähler, E., Dreier, M., Müller, K. W., Quiring, O., Reinecke, L., Schmutzer, G., Stark, B., & Wölfling, K. (2016). Procrastination, distress and life satisfaction across the age range - A German representative community study. *PLoS ONE*, 11(2).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0148054>
- Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *Journal of Social Psychology*, 149(2), 195–212.
<https://doi.org/10.3200/SOCP.149.2.195-212>
- Chu, C. H. A., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance. *Journal of Social Psychology*, 145(3), 245–264.
<https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Corkin, D. M., Yu, S. L., & Lindt, S. F. (2011). Comparing active delay and procrastination from a self-regulated learning perspective. *Learning and Individual Differences*, 21(5), 602–606.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2011.07.005>
- Corkin, D. M., Yu, S. L., Wolters, C. A., & Wiesner, M. (2014). The role of the college classroom climate on academic procrastination. *Learning and Individual Differences*, 32, 294–303.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.04.001>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Pearson.
- Dekker, S., & Fischer, R. (2008). Cultural differences in academic motivation goals: A meta-analysis across 13 societies. *Journal of Educational Research*, 102(2), 99–110.
<https://doi.org/10.3200/JOER.102.2.99-110>
- Habelrih, E. A., & Hicks, R. E. (2015). Psychological well-being and its relationships with active and passive procrastination. *International Journal of Psychological Studies*, 7(3).
<https://doi.org/10.5539/ijps.v7n3p25>
- Hair, J. F., Babin, B. J., & Krey, N. (2017). Covariance-based structural equation modeling in the Journal of Advertising: Review and recommendations. *Journal of Advertising*, 46(1), 163–177.
<https://doi.org/10.1080/00913367.2017.1281777>
- Harun, M. R. (2021). *Hubungan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta .
- Hensley, L. C. (2016). The draws and drawbacks of college students’ active procrastination. In *Journal of College Student Development* (Vol. 57, Issue 4, pp. 465–471). Johns Hopkins University Press.
<https://doi.org/10.1353/csd.2016.0045>
- Ismail, Z. (2016). Psychological well-being and its relationship with active and passive procrastination: A study on students of a business university in Karachi. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*.
<https://doi.org/10.5901/ajis.2016.v5n3p87>

- Jami, H., & Afzal, S. (2018). Prevalence of academic procrastination and reasons for academic procrastination in university students. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(1).
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In *Handbook of personality: Theory and research*, 2nd ed. (pp. 102–138). Guilford Press.
- Kim, E., & Seo, E. H. (2013). The relationship of flow and self-regulated learning to active procrastination. *Social Behavior and Personality*, 41(7), 1099–1114. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.7.1099>
- Kim, S., Fernandez, S., & Terrier, L. (2017). Procrastination, personality traits, and academic performance: When active and passive procrastination tell a different story. *Personality and Individual Differences*, 108, 154–157. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.021>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Lay, C. H., Edwards, J. M., Parker, J. D. A., & Endler, N. S. (1989). An assessment of appraisal, anxiety, coping, and procrastination during an examination period. *European Journal of Personality*, 3(3), 195–208. <https://doi.org/10.1002/per.2410030305>
- Mansur, A. (2009). *Metode penelitian dan teknik penulisan laporan karya ilmiah*. Universitas Padjajaran.
- Pratama, A. P., I, R. H. E., & Setyorini, N. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Kewirausahaan*, 2(1), 82–91. <https://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php/jimak>
- Purwanto, C. V., & Natalya, L. (2019). Tomorrow will always come, I am a last-minute person: Validation of the Active Procrastination Scale-Bahasa Indonesia. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 23(1), 46. <https://doi.org/10.7454/hubs.asia.1130118>
- Putri, D. K. S., & Savira, S. I. (2013). Pengalaman menyelesaikan skripsi: Studi fenomenologis pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 1–14.
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the things we do: A grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99(1), 12–25. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.99.1.12>
- Soeli, Y. M., Yusuf, M. N. S., & Ayuba, P. (2022). Hubungan tingkat stres dengan prokrastinasi pada mahasiswa keperawatan UNG dalam penyusunan skripsi. *Jambura Nursing Journal*.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

- Supriyantini, S., & Nufus, K. (2018). Hubungan Self efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa USU yang Sedang Menyusun Skripsi. *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Social, and Arts (LWSA)*, 1(1), 296–302. <https://doi.org/10.32734/lwsa.v1i1.179>
- Tan, J. B., & Yates, S. (2011). Academic expectations as sources of stress in Asian students. *Social Psychology of Education: An International Journal*, 14(3), 389–407. <https://doi.org/10.1007/s11218-010-9146-7>
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Costs and Benefits of Dawdling. In *Source: Psychological Science* (Vol. 8, Issue 6).
- Zhou, M. (2019). The role of personality traits and need for cognition in active procrastination. *Acta Psychologica*, 199. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2019.102883>
- Zohar, A. H., Shimone, L. P., & Hen, M. (2019). Active and passive procrastination in terms of temperament and character. *PeerJ*, 7. <https://doi.org/10.7717/PEERJ.6988>