



## INTUISI Jurnal Psikologi Ilmiah

<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/intuisi>

### ANALISIS DESKRIPTIF FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI PENYELESAIAN SKRIPSI PADA MAHASISWA STRATA SATU FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG ANGKATAN 2001 DAN 2002

Novianta Kuswandi✉

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

#### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima 15 September 2009  
Disetujui 29 Oktober 2009  
Dipublikasikan 1 November  
2009

*Keywords:*  
Prokrastinasi penyelesaian  
skripsi

#### Abstrak

Perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi nampaknya dilakukan oleh mahasiswa strata 1 FIP UNNES angkatan 2001 dan 2002. Fenomena ini tentunya harus segera diatasi mengingat efek buruk dari prokrastinasi yang tidak hanya dialami oleh pelaku sendiri, tapi juga jurusan dan pemerintah. Langkah pertama untuk mengatasi fenomena ini adalah menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi. Melihat fenomena tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa S1 FIP UNNES angkatan 2001 dan 2002. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan total sampling. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 63 orang. Pada saat pelaksanaan penelitian ternyata hanya terkumpul data dari 55 orang. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala prokrastinasi penyelesaian skripsi. Analisis data dilakukan dengan persentase. Penelitian ini menemukan bahwa faktor eksternal lebih mempengaruhi perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi. Sub faktor yang paling menyebabkan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi dari faktor eksternal adalah kontrol lingkungan rendah, disusul banyak tugas, kurang informasi tentang tugas, kurang tersedia alat, dan kemampuan yang dimiliki diragukan orang. Sedangkan, sub faktor dari faktor internal yang paling menyebabkan perilaku prokrastinasi adalah relaxed type, disusul learned helplessness, tense afraid type, pasif, locus of kontrol external. Berdasarkan simpulan di atas maka disarankan bagi mahasiswa berkepribadian tense afraid type untuk mengatasi ketakutan akan kegagalan dengan mengubah sudut pandang masalah. Mahasiswa dengan tipe pasif disarankan untuk lebih asertif. Mahasiswa berkepribadian relaxed type disarankan untuk mencari teman yang rajin melakukan bimbingan. Mahasiswa dengan learned helplessness disarankan untuk mengamati gaya bimbingan dosen pembimbing. Mahasiswa dengan locus of control external disarankan mengubah persepsi akan hasil. Dosen pembimbing hendaknya mampu memberikan motivasi agar pengerjaan skripsi bisa menjadi pengalaman menarik. Jurusan disarankan agar mampu mengoptimalkan peran sebagai pengontrol yang baik.

© 2009 Universitas Negeri Semarang

## PENDAHULUAN

Tahun 1997, Ellis dan Knaus melakukan penelitian tentang perilaku menunda-nunda waktu mengejakan tugas akademik dengan sengaja dan berulang-ulang (prokrastinasi). Berdasarkan penelitian, Ellis dan Knaus (dalam Ferrari, dkk, 1995: 71) menemukan 25% - 75% mahasiswa di seluruh dunia melakukan prokrastinasi akademik. Solomon dan Rothblum kemudian meneruskan penelitian tentang prokrastinasi ini pada tahun 1984. Hasilnya cukup mencengangkan, karena jumlah pelaku prokrastinasi membengkak menjadi 95% (Solomon dan Rothblum dalam Green, 1995: 362). Para pelajar maupun mahasiswa di Indonesia pun tidak lepas dari angka tersebut. Terbukti berdasarkan penelitian Rizvi, dkk., (1997: 67) pada tahun 1997 ditemukan bahwa 69% mahasiswa Fakultas Psikologi UGM melakukan prokrastinasi akademik, bahkan 11% di antaranya digolongkan pada taraf berat.

Perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa seringkali dapat ditemukan pada lamanya proses penyelesaian skripsi. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Suhapti dan Wimbarti (1999: 1) yang meneznukan bahwa rata-rata masa studi mahasiswa Psikologi UGM adalah 6,5 tahun dan salah satu faktor yang menentukan lamanya masa studi adalah skripsi. Handayani (2005 : 3) juga mengungkapkan bahwa pada tahun akademik 2004/2005 jumlah mahasiswa yang terdaftar di UNIKA Soegijopranoto sebanyak 6649 dimana 1298 (19,5%) orang di antaranya merupakan mahasiswa yang sudah berkuliah selama lebih dari lima tahun, dan 10 orang di antaranya telah kuliah selama lebih dari 10 tahun.

Perilaku prokrastinasi akademik dalam hal penyelesaian skripsi juga dapat ditemukan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang (FIP UNNES). Bentuk nyata prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa S1 angkatan 2001 dan 2002 FIP UNNES adalah tidak segera selesainya tugas skripsi, walaupun mereka telah mengambil mata kuliah skripsi sebanyak empat sampai dengan enam kali. Disisi lain mahasiswa S1 FIP UNNES angkatan 2001 dan 2002 bisa dikatakan sebagai prokrastinator karena memenuhi aspek-aspek prokrastinasi yang dikemukakan Ferrari. Aspek-aspek tersebut adalah suka menunda untuk memulai maupun penyelesaian tugas yang dihadapi, terlambat mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan (Ferrari, dkk, 1995: 105-120). Contoh

perilaku prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa S1 FIP UNNES angkatan 2001 dan 2002 adalah menunda merevisi proposal skripsi, walaupun sudah disetujui dosen pembimbing. Contoh lain adalah adanya kesenjangan waktu antara kontrak bimbingan yang disepakati mahasiswa dan dosen pembimbing dengan kinerja actual yang dilakukan.

Fenomena di atas tentunya *urgent* untuk diteliti mengingat kerugian yang dialami berbagi pihak karena perilaku prokrastinasi. Pihak pertama pemerintah, beban subsidi pendidikan harus dikeluarkan pemerintah karena UNNES belum menjadi badan hukum pendidikan seperti yang dilakukan UGM, ITB, UI, maupun universitas berbadan hukum pendidikan lain. Pihak kedua adalah jurusan, berupa akreditasi yang terancam diturunkan. Hal ini dikarenakan salah satu syarat akreditasi jurusan adalah adanya keseimbangan antara mahasiswa yang masuk dengan mahasiswa yang keluar (lulus).

Pihak ketiga yang mengalami kerugian adalah pelaku sendiri. Kerugian tersebut berupa hilangnya kesempatan (*monetary loss*). Kerugian lain menurut Burka dan Lenora (1988: 119) adalah *government penalty (droup out)*, ketegangan dengan keluarga, dan konflik dengan dosen pembimbing, *self-criticism*, depresi, kecemasan, ketidakmampuan menikmati kegiatan lain, perasaan bersalah, *tension*, panik, kelelahan psikis, dan penyakit psikis (Burka dan Lenora, 1988: 119). Semb, Glik, Spencer (dalam Rizvi, dkk, 1997: 54) menambahkan perilaku prokrastinasi juga bisa mengakibatkan turunnya motivasi belajar. Di sisi lain seorang prokrastinator juga terancam memperoleh nilai pas-pasan atau bahkan kurang (Loekmono, 1994: 85).

## Prokrastinasi

Kata prokrastinasi sendiri berasal dari bahasa Latin "*crastinuse*" yang mendapat awalan "*pro*", sehingga memunculkan kata *procrastination*. Awalan "*pro*" berarti mendorong maju atau bergerak maju, sedangkan "*crastinuse*" berarti keputusan hari esok. Sehingga menurut asal katanya, istilah *procrastination* berarti menanggulkan atau menunda sampai hari berikutnya (Rachmahana, 2001: 132).

Sebagai orang yang pertama kali mempopulerkan istilah prokrastinasi pada tahun 1967, Brown dan Holzman (dalam Rizvi, dkk, 1997: 53) mendefinisikan prokrastinasi sebagai kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Definisi ini menunjuk pada seseorang yang mempunyai kecenderungan

untuk menunda, atau tidak segera memulai suatu pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan, atau tugas. Prokrastinator tidak peduli dengan tugas yang dihadapi, menyita waktu untuk penyelesaian tugas tepat waktu. Akhirnya gagal penyelesaian tugasnya. Burka dan Lenora (1998: 5) menjelaskan bahwa definisi prokrastinasi dari Brow dan Holzman di atas baru bisa diberikan pada seseorang jika perilaku menunda-nunda tersebut sudah menjadi kebiasaan. Area-area yang sering kali ditunda pengerjaannya oleh pelajar menurut Solomon dan Rothblum (dalam Ferrari, dkk, 1995 : 48) antara lain kinerja akademik secara keseluruhan, menghadiri pertemuan, kinerja administratif, membaca, tugas mengarang (*writing a term paper*) dan belajar menghadapi ujian.

Prokrastinasi menurut Ferrari, dkk (dalam Rizvi, dkk, 1997: 54) dapat digolongkan menjadi dua, yaitu *functional procrastination* yang merupakan penundaan pengerjaan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lengkap dan akurat, kedua *disfunctional procrastination* merupakan penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah. *Disfunctional procrastination* kemudian dibagi menjadi dua yaitu *decisional procrastination* dan *behavioral procrastination*. Lebih jauh lagi, Bruno (1998: 90-95) membagi prokrastinasi menjadi lima jenis, yaitu: penundaan fungsional, penundaan disfungsional, penundaan kronis, penundaan jangka panjang, penundaan jangka pendek.

Seseorang yang sama-sama melakukan aktivitas menunda mengerjakan tugas, belum tentu mereka adalah prokrastinator. Karena menurut Solomon dan Rothblum (dalam Rizvi, dkk, 1997: 53) seorang baru bisa dikatakan sebagai prokrastinator jika hampir selalu meninggalkan tugas-tugas, hampir selalu mengalami masalah karena tingkat kecemasan yang tinggi, berkaitan dengan tindakan menunda atau meninggalkan tugas dengan usaha yang nyata. Secara lebih lengkap Millgram, dkk (dalam Ferrari, dkk, 1995: 11) menjelaskan bahwa label prokrastinasi baru bisa diberikan jika seseorang melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang dikerjakan, menunda untuk memulai maupun penyelesaian kerja pada tugas yang dihadapi, adanya kesenjangan kerja antara rencana dan kinerja aktual, dan terlambat mengerjakan tugas.

Berdasarkan teori *cognitive-behavioral*, perilaku prokrastinasi disebabkan adanya pikiran irasional berupa penetapan standar yang terlalu tinggi. Sedangkan kemampuan yang dimiliki tidak sebanding, sehingga timbul keyakinan bahwa kegagalan itu sesuatu yang tidak dapat dihindari,

Secara lebih rinci Rachmahana (2001: 134) menjelaskan bahwa perilaku prokrastinasi disebabkan karena kepercayaan irasional, *locus of control external*, *learned helplessness*, dan perfeksionisme.

Tokoh *cognitive-behavioral* lain yaitu, Solomon dan Rothblum (dalam Rachmahana, 2001: 134) juga mengemukakan bahwa seseorang melakukan tindakan prokrastinasi dikarenakan adanya pikiran irasional, berupa perasaan takut gagal (*fear of failure*), pasif, kurang berhati-hati (*impulsiveness*), dan perfeksionis. Hampir sama dengan tokoh *cognitive-behavioral* lain, Sapadin dan Maguire (1996: 12-16) mengemukakan bahwa seorang prokrastinator sering kali ditandai dengan adanya salah satu kondisi kepribadian yang bisa berupa perfeksionis, pemimpi (*Dreamer*), pengkhawatir (*Worrier*), penyibuk (*Overdoer*), penentang (*Defier*), pembuat onar (*Crisismaker*). Secara ringkas Tucker-Ladd (2001: www.mentalhealth.net. Diunduh 1 Juli 2007) menggolongkan penyebab prokrastinator dalam dua tipe, yaitu *relaxed type* atau pencari kesenangan, dan *tense-afraid type* atau orang yang terlalu takut akan kegagalan.

Faktor penyebab yang dikemukakan oleh para ahli di atas kemudian disempumakan oleh Ferrari, dkk. Secara global Ferrari, dkk (1995: 88) mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi disebabkan oleh dua hal, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor-faktor penyebab prokrastinasi menurut Ferrari, dkk., (1995: 88) tersebut di antaranya faktor internal berupa kondisi fisik (kelelahan), dan kondisi psikologis (ketidaktertarikan individu pada tugas, kepribadian perfeksionis, percaya diri terlalu rendah, takut sukses atau gagal, ragu-ragu, dan *locus of control external*, rendahnya *self-efficacy*). Sedangkan faktor eksternal yang menyebabkan perilaku prokrastinasi adalah kurang tersedianya alat, kurang informasi tentang tugas, banyaknya tugas, tempat tidak nyaman.

Green dan Tuckman (2002: www.mwsc.edu. Diunduh 1 Juli 2007) menambahkan bahwa lingkungan yang rendah pengawasannya juga bisa menjadi salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi. Pendapat ini dikuatkan dan dilengkapi oleh Burka dan Lenora (1988: 89-101) yang menambahkan empat faktor eksternal lain yang bisa menjadikan seseorang menjadi prokrastinator, yaitu adanya tekanan dari luar, seseorang meragukan kemampuan yang dimiliki prokrastinator, lingkungan terlalu rendah kontrolnya, dan tidak adanya informasi yang cukup.

## METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian

kuantitatif deskriptif. Penelitian kuantitatif deskriptif merupakan penelitian yang melukiskan variabel demi variabel, satu demi satu (Rakhmat, 2007: 25). Secara lebih jelas, Sugiyono (2003: 50) menjelaskan bahwa penelitian merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan antara variabel satu dengan variabel yang lain.

### Populasi

Populasi dalam penelitian berjumlah 63 orang. Dengan jumlah populasi yang kurang dari 63 orang maka dalam penelitian ini tidak menggunakan sampel. Kesamaan sifat khas dari populasi penelitian ini berupa, merupakan mahasiswa strata satu di FIP UNNES, merupakan mahasiswa angkatan 2001 dan 2002, sedang mengambil mata kuliah skripsi, telah mengambil mata kuliah skripsi sebanyak empat sampai dengan enam semester.

### Alat ukur

Variabel dalam penelitian ini hanya ada satu yaitu prokrastinasi. Variabel sendiri adalah fenomena yang bervariasi dalam bentuk, kualitas, kuantitas, mutu standar dan sebagainya (Bungin, 2005: 59). Variabel juga dapat didefinisikan sebagai objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2002:99). Lebih jelasnya, variabel merupakan sebuah konsep yang mempunyai nilai sehingga dapat diamati dan diukur (Rakhmat, 2007: 12).

Untuk mengukur variabel prokrastinasi menggunakan skala *Likert* yang dinamakan "Skala Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi." Alternatif jawaban yang digunakan dalam skala ini berjumlah lima alternatif jawaban yang terdiri dari kontinuitas : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral

(N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Nilai bergerak dari 5 sampai 1 untuk item yang *favorable* dan 1 sampai 5 untuk item yang *unfavorable*.

Untuk mengukur validitas peneliti menggunakan *product moment* dari Person. Validitas ini dicari dengan mengkorelasikan antara skor tiap-tiap item dengan skor total skala. Sedangkan, untuk mencari reliabilitas dari nilai yang diperoleh sekelompok individu dalam kesempatan yang berbeda dengan tes yang sama ataupun yang itemnya ekuivalen dilakukan dengan pendekatan satu kali pengukuran. Artinya, seperangkat tes akan diberikan kepada sekelompok subjek sebanyak satu kali lalu dengan cara tertentu dihitung estimasi reliabilitas tes tersebut (Suryabrata, 2004: 30). Cara yang dilakukan untuk menguji reliabilitas dengan pendekatan satu kali pengukuran pada penelitian ini adalah dengan menggunakan rumus *Alpha*.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan pada 63 subjek yang direncanakan ternyata hanya bisa didapatkan data dari 55 subjek saja. Hal ini dikarenakan adanya beberapa kendala, antara lain subjek tidak bersedia mengisi skala, subjek tidak mengembalikan skala, subjek susah dilacak keberadaannya.

Item skala dalam penelitian ini dinyatakan valid jika tingkat signifikasinya lebih kecil dari *alpha*-nya 0,05. Berdasarkan kriteria tersebut maka jumlah item yang valid sebanyak 50 item. Tingkat signifikansi yang paling tinggi dari kelima puluh item tersebut adalah 0,041, yaitu item no 119. Sementara itu terdapat 90 item tidak valid. Tingkat signifikansi paling rendah dari 90 item itu adalah 0,051, yaitu item no 57. Tabel berikut merupakan distribusi item-item yang dinyatakan valid. Sedangkan, Koefisien reliabilitas skala prokrastinasi penyelesaian skripsi dengan menggunakan rumus *alpha* adalah sebesar 0,8573. Be-

**Tabel 1.** Norma Kelompok Tiap Faktor Penyebab Prokrastinasi

No.	Faktor	Persentase	Kategori
		< 64,43 %	Rendah
1.	Internal	64,42% - 76,74%	Sedang
		>76,75 %	Tinggi
		< 61,99 %	Rendah
2.	Eksternal	61,99% - 71, 25%	Sedang
		>71,26 %	Tinggi

**Tabel 2.** Norma Kelompok Tiap Sub Faktor dari Faktor Eksternal

No.	Faktor	Persentase	Kategori
1.	Kepribadian <i>tense afraid type</i>	< 41,8 %	Rendah
		41,9 % - 61,8%	Sedang
		> 61,9 %	Tinggi
2.	Kelelahan	-	Rendah
		-	Sedang
		-	Tinggi
3.	Pasif	< 47,3 %	Rendah
		47,4 % -65,5 %	Sedang
		> 65,6 %	Tinggi
4.	Kepribadian <i>relaxed type</i>	< 45,5 %	Rendah
		45,6 % - 58,2 %	Sedang
		> 58,3 %	Tinggi
5.	<i>Learned helplessness</i>	< 29,1 %	Rendah
		29,2 % - 69,1 %	Sedang
		> 69,2 %	Tinggi
6.	<i>Locul of control external</i>	< 47,3 %	Rendah
		47,5 % - 70,9 %	Sedang
		> 71,0 %	Tinggi

**Tabel 3.** Persentase dan Kategori Sub-Faktor dari Faktor Internal

No.	Sub Variabel	Skor yang didapat	Skor Mak	Persen	Kategori
1.	Kepribadian <i>tense afraid type</i>	1699	3300	51,49 %	Sedang
2.	Kelelahan	-	-	-	-
3.	Pasif	737	1375	53,60 %	Sedang
4.	Kepribadian <i>relaxed type</i>	161	275	58,55 %	Tinggi
5.	<i>Learned helplessness</i>	844	1375	61,38 %	Sedang
6.	<i>Locul of control external</i>	441	825	53,46 %	Sedang

sarnya koefisien tersebut menunjukkan bahwa instrument ini tingkat rebiabilitas tinggi, karena mendekati 1,00.

Penelitian ini menemukan bahwa norma kelompok faktor internal dan faktor eksternal dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan kategori di atas maka dapat diketahui bahwa faktor internal penyelesaian skripsi dengan persentase sebesar 54,29% berada dalam kategori rendah. Sedangkan, faktor eksternal penyebab prokrastinasi penyelesaian skripsi dengan persentase sebesar 55,52% berada dalam

kategori rendah. Walaupun sama-sama dalam kategori rendah, namun persentase faktor eksternal prokrastinasi penyelesaian skripsi mendekati batas kategori sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor eksternal lebih mempengaruhi perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa S1 FIP UNNES angkatan 2001 dan 2002.

Temuan kedua dari data yang dikumpulkan adalah berupa norma kelompok dari sub faktor dari faktor internal dapat dilihat pada tabel 2.

Berdasarkan kategori tersebut maka per-



**Tabel 4.** Norma Kelompok Tiap Sub Faktor Dari Faktor Eksternal

No.	Faktor	Persentase	Kategori
1.	Kemampuan yang dimiliki diragukan orang	< 41,8 %	Rendah
		41,9 % - 76,4 %	Sedang
		> 76,5 %	Tinggi
2.	Banyak tugas	< 47,3 %	Rendah
		47,4 % - 74,1 %	Sedang
		> 74,2 %	Tinggi
3.	Kurang informasi tentang tugas	< 43,6 %	Rendah
		43,7 % - 74,5 %	Sedang
		> 74,6 %	Tinggi
4.	Kurang tersedia alat	< 38,2 %	Rendah
		38,3 % - 70,9 %	Sedang
		> 71,0 %	Tinggi
5.	Kontrol lingkungan rendah	< 41,8 %	Rendah
		41,9 % - 61,8 %	Sedang
		> 61,9 %	Tinggi

**Tabel 5.** Persentase dan Kategori Sub-Faktor Dari Faktor Eksternal

No.	Sub Variabel	Skor yang didapat	Skor Mak	Persen	Kategori
1.	Kemampuan yang dimiliki diragukan orang	565	1100	51,36 %	Sedang
2.	Banyak tugas	187	275	68 %	Sedang
3.	Kurang informasi tentang tugas	1106	1925	57,46 %	Sedang
4.	Kurang tersedia alat	575	1100	52,27 %	Sedang
5.	Kontrol lingkungan rendah	1231	2200	55,95 %	Sedang

sentase dan kategori sub faktor dari faktor internal dapat dilihat pada tabel 3.

Kategori di atas menunjukkan bahwa sub faktor dari faktor internal yang paling dominan adalah sub faktor kepribadian *relaxed type* dengan kategori tinggi. Sub faktor dari faktor internal yang menempati urutan kedua adalah sub faktor *learned helplessness*. Urutan berikutnya adalah kepribadian *tense afraid type*, pasif, dan sub faktor yang paling rendah mempengaruhi perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi adalah *locus of control external*. Temuan ketiga berdasarkan pengolahan data adalah berupa norma kelompok dari sub faktor dari faktor eksternal dapat dilihat pada tabel 4.

Berdasarkan kategori tersebut maka persentase dan kategori sub faktor dari faktor internal dapat dilihat pada tabel 5.

Kategori di atas menunjukkan bahwa sub faktor dari faktor eksternal yang paling dominan adalah sub faktor kontrol lingkungan rendah. Sub faktor dari faktor eksternal yang menempati uru-

tan kedua adalah sub faktor banyak tugas. Urutan berikutnya adalah kurang informasi tentang tugas, kurang tersedia alat, dan sub faktor yang paling rendah mempengaruhi perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi adalah kemampuan yang dimiliki diragukan orang.

#### SIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa faktor eksternal lebih mempengaruhi perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi. Sub faktor dari faktor internal yang paling menyebabkan perilaku prokrastinasi adalah kepribadian *relaxed type*, disusul kemudian *learned helplessness*, kepribadian *tense afraid type*, pasif, dan *locus of control external*. Sedangkan, sub faktor yang paling menyebabkan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi dari faktor eksternal adalah kontrol lingkungan rendah, disusul kemudian banyak tugas, kurang informasi tentang tugas, kurang tersedia alat, dan kemampuan yang dimiliki diragukan orang

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineke Cipta
- Bruno, 1998. *Stop Procrastination: Pahami dan Hentilcan Kebiasaan Anda Menunda-Nunda Waktu* (Terjemahan: AR. H. Sitanggang). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Bungin Burhan.200S. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Prenada Media.
- Burka, and Lenora, 1988. *Procrastination; Why you do it? What to do about it?* Massachusetts: Persues Book
- Ferrari, J.R. Johnson, J.L. & Mc.Crown, W.G. 1995. Procrastinasi dan task avoidance, Theory, Research and Treathment. New York: Plenum Press
- Green. 1995. Minority Student Self-Kontrol of Procrastination. *Journal of College Student Development*. Nomor 36 (361-367). University of Oregon. [www.oregon.edu.pdf](http://www.oregon.edu.pdf). Diunduh 1 Juli 2007
- Green, Tuckman. 2002. Procrastination Across Variables. <http://www.mwsc.edu/psychology/research/psy302/fall96/stephanipage.htm>. Diunduh 1 Juli 2007
- Rachmahana, 2001. Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*. Vol. 2, Nomor 3 (132-147)
- Rakhmat, 2007. *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya Offset
- Rizvi, A. Prawitasari, J.E. Soetjipto, H.P. 1997. Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik
- Tucker-Ladd, 2001 : Procrastination. [www.mental-health.net](http://www.mental-health.net). Diunduh 1 Juli 2007. Mahasiswa. Psikologika Nomor 3 tahun II.
- Sapadin, Maguire Linda. 1996. *It's About Time: The Six Styles of Procrastination and How to Overcome Them*. United States of America: Bodoni Book.
- Suhapti, R. dan Wimbari, S. 1999. Kajian Pelaksanaan Penulisan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. *Laporan Penelitian* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Solomon, L.J & Rothblum, E.D. 1984. Academic Procrastination: Frecuency and Cognitive-Behavior Correlates. *Journal of Counseling Psychology* Vol. 31.
- Tuckman, Lead B.W. 2002. APA Symposium Paper: Chicago 2002. Academic Procrastination; Their Rationalization and Web-Course Performance. [http://www.all.successcenter-ohio-State.edu/references/prokrastinator\\_APA\\_paper.htm](http://www.all.successcenter-ohio-State.edu/references/prokrastinator_APA_paper.htm). Diunduh 1 Juli 2007.