



Pengembangan Instrumen Pengukuran Prokrastinasi Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Ketut Sudianing ^{1*)}, Kadek Suranata ², Kadek Ari Dwiawati ³

Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia ¹²³

*) Correspondence Author, e-mail: kadek.suranata@undiksha.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan alat ukur dan menguji kelayakannya sehingga menghasilkan instrumen yang valid dan reliabel dalam mengukur tingkat prokrastinasi pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penelitian ini disusun dengan menggunakan prosedur model penelitian pengembangan (*Research & Development*) dengan model pengembangan oleh Thiagarajan yaitu 4D (four-D): *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *develop* (pengembangan), dan *disseminate* (penyebarluasan). Subyek dalam penelitian pengembangan ini meliputi 5 pakar, yakni 3 dosen bimbingan konseling FIP Undiksha dan 2 guru bimbingan konseling di SMP Laboratorium dan SMP N 1 Banjar. Metode analisis data yang digunakan adalah uji validitas isi, uji validitas empiris dan uji reliabilitas. Pada uji validitas isi menggunakan rumus Formula Lawshe (1975), yaitu *Content Validity Ratio* (CVR) dan *Content Validity Indeks* (CVI) dengan hasil $\sum CVR = 40$ dan CVI 1. Untuk uji validitas empiris, diperoleh melalui hasil uji coba instrumen kepada responden sebanyak 200 siswa. Diketahui bahwa hasil uji validitas empiris yaitu $r_{hit} > r_{tab}$ dengan rumus *pearson product moment* melalui aplikasi SPSS, yang berarti semua butir instrumen memiliki status yang valid atau terpakai. Lalu pada uji reliabilitas, hasil perhitungan menunjukkan koefisien reliabilitas instrumen pengukuran prokrastinasi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebesar 0.938 dengan responden sebanyak 200 siswa, apabila dibandingkan dengan r_{tab} sebesar 0.244 pada taraf signifikansi 0.05% maka $r_{hitung} \geq r_{tab}$ sehingga instrumen dapat dikatakan reliabel.

Kata Kunci: Pengembangan, Pengukuran Prokrastinasi

Article History: Received on 09/06/2021; Revised on 10/06/2021; Accepted on 30/07/2021; Published Online: 10/10/2021.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2021 by author.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu upaya yang bertujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan potensi yang dimiliki setiap individu berlangsung seumur hidup sesuai dengan nilai dan kebudayaan yang ada dalam masyarakat. Pendidikan individu bisa dilaksanakan melalui pendidikan yang bersifat formal, informal dan nonformal. Dalam era globalisasi sekarang teknologi semakin canggih sehingga banyak fenomena yang kerap terjadi di kalangan pelajar salah satunya yaitu prokrastinasi akademik. Perkembangan tersebut mempunyai dua dampak yaitu positif dan negatif yang sangat berpengaruh besar dalam diri individu setiap pelajar.

Prokrastinasi yang bersifat positif apabila penundaan yang dilakukan pada saat yang tepat disertai dengan alasan yang kuat dan memiliki tujuan yang pasti. Sedangkan prokrastinasi yang bersifat negatif apabila dilakukan tanpa tujuan yang pasti, tanpa disertai dengan suatu alasan yang kuat dan berguna sehingga akan berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Misalnya seperti menunda tugas karena ingin main game online

atau mengakses jejaring sosial. Menurut (Ferrari et al., 1995) Prokrastinasi yang bersifat positif disebut sebagai *Functional Procrastination* dan prokrastinasi yang bersifat negatif disebut sebagai *Dysfunctional Procrastination*.

Berdasarkan konotasi positif dan negatif maka dengan demikian prokrastinasi lebih mengarah pada *Dysfunctional Procrastination* atau prokrastinasi negatif. Salah satu dampak negatifnya adalah meningkatnya kecenderungan siswa dalam menunda pekerjaan dengan beralih melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat di luar kegiatan akademik. Fenomena ini ditunjukkan dengan kebiasaan siswa sebelum belajar menghabiskan waktu berjam-jam bermain game online, menonton televisi, bermain tiktok dan mengakses jejaring sosial. Siswa lebih senang melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat di luar akademik dari pada mengerjakan tugas sekolah atau mengulang pembelajaran yang telah dijelaskan oleh guru

Prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa tidak terjadi dengan sendirinya tetapi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa itu sendiri. Misalnya siswa menganggap bahwa tugas merupakan sesuatu yang membosankan, kurang menarik dan takut gagal sehingga lebih memilih kegiatan yang menyenangkan daripada harus mengerjakan tugas. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa itu sendiri. Misalnya ajakan teman sebaya, lingkungan dan kegiatan yang lebih menarik siswa untuk meninggalkan tugasnya.

Menurut Bernard (1991) Faktor-faktor yang menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik diantaranya karena adanya : kecemasan, depresi diri, marah terhadap orang lain, stress dan kelelahan, kesulitan untuk menolak permintaan orang lain, ketidakmampuan mengatur waktu, lingkungan tidak terorganisasi dengan baik, mempunyai toleransi stress yang rendah, kurangnya pengetahuan akan tugas, kecenderungan untuk mencari kenyamanan.

Selain beberapa temuan di atas, peneliti juga menemukan fakta yang diperoleh dari pelaksanaan Praktek Pengenalan Lapangan (PPL) dan Interensip BK di SMP Laboratorium Undiksha. Permasalahan prokrastinasi akademik juga dialami oleh siswa SMP Laboratorium Undiksha. Hal ini ditunjukkan dengan munculnya berbagai permasalahan yang dialami oleh siswa seperti : ada beberapa siswa yang sering tidak mengikuti pembelajaran secara daring atau terlambat, siswa tidak mengerjakan tugas atau mengumpulkan tugas lewat batas waktu yang ditentukan.

Kondisi Prokrastinasi sangat berpengaruh bagi kesuksesan dan pencapaian prestasi akademik siswa, maka bimbingan dan konseling merupakan bagian yang berperan penting untuk membantu siswa dalam upaya penyelenggaraan pendidikan di sekolah, bimbingan dan konseling memiliki urgensi untuk mengurangi Prokrastinasi pada siswa. Hal tersebut sejalan dengan tujuan dari bimbingan konseling yang tercantum dalam Permendikbud No. 111 Tahun 2014, yakni dalam membantu peserta didik untuk mencapai perkembangan dan kepribadian yang optimal dan utuh, baik dalam aspek pribadi, sosial, karir, dan belajar. Oleh karena itu guru bimbingan dan konseling memiliki tanggung jawab dan kewajiban untuk memperjatkan kesejahteraan psikologis siswa, khususnya dalam mengurangi prokrastinasi siswa.

Oleh sebab itu diperlukan adanya pengembangan instrumen pengukuran prokrastinasi untuk membantu siswa dalam mengurangi terjadinya prokrastinasi. Dengan adanya instrument tersebut dapat membantu guru bimbingan konseling dalam memberikan layanan kepada peserta didik untuk mengetahui prokrastinasi yang di miliki oleh siswa serta membantu guru BK untuk memberikan layanan yang tepat pada siswa.

METODE

Prosedur pengembangan dalam penelitian ini mengikuti model pengembangan 4D yang dikemukakan oleh (Thiagarajan,1976) yang terdiri dari empat tahap yaitu *define, design, develop, dan disseminate*.

Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah instrument pengukuran prokrastinasi sedangkan valiabel penelitiannya adalah validitas isi, validitas butir dan reliabilitas instrument pengukuran prokrastinasi. Adapun responden dalam penelitian dan pengembangan ini yaitu siswa kelas VII dan VIII SMP Laboratorium undiksha, SMP N 1 Seririt dan SMP N 1 Banjar.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode angket (daftar pernyataan) adalah cara akumulasi informasi yang dilaksanakan dengan membagikan kelengkapan pernyataan yang akan dijawab seseorang (Sudijono, 2010). Angket pengukuran prokrastinasi disusun untuk mengukur kelayakan atau validitas dari produk yang telah dikembangkan. Pada penelitian ini untuk menguji validitas isi suatu butir pernyataan dapat dibuktikan dengan menggunakan formula (Lawshe, 1975). Tentang *content validity rtio* (CVR) dan *content validity Indeks* (CVI) dengan melibatkan lima orang pakar/praktisi dengan alternatif penilaian sebagai berikut :

a) Kriteria Penilaian tanggapan Validator

Adapun kriteria pemberian skor pada tanggapan validator yakni sebagai berikut :

Tabel .01Kriteria Penilaian Angket Responden

Kriteria	Skor
Relevan	1
Tidak Relevan	0

b) Menghitung nilai *Content Validity Ratio* (CVI)

Rumus dari formula *content validity ratio* (CVR)

$$CVR = \frac{n_e - \frac{N}{2}}{\frac{N}{2}}$$

Keterangan:

CVR : *Content Validity Ratio*

n_e : Jumlah Penulis yang memberikan Penilaian

N : Banyaknya Penulis

Ketentuan :

- 1) Saat $N_e < \frac{1}{2} N$ maka $CVR < 0$ (gugur/tidak valid)
- 2) Saat $N_e < \frac{1}{2} N$ maka $CVR = 0$ (gugur/tidak valid)
- 3) Saat $N_e < \frac{1}{2}$ maka $CVR > 0$ (diterima/valid)

Kriteria valid tidaknya butir pernyataan menggunakan acuan nilai minimum CVR berdasarkan jumlah panelis. Isi butir pernyataan dikatakan valid apabila memiliki $CVR \geq 0,40$

c) Menghitung *Content Validity Index* (CVI) dengan rumus sebagai berikut:

Setelah mengidentifikasi butir pernyataan pada angket dengan menggunakan CVR, CVI dihitung untuk memperoleh perhitungan secara keseluruhan jumlah butir pernyataan. Rumus *Content Validity Index*/CVI :

$$CVI = \frac{(\sum CVR)}{K}$$

Sumber :Lawshe (1975)

Keterangan :

CVI : *Content Validity Index*

$\sum CVR$: Jumlah *Content Validity Ratio*

k : Banyaknya Butir soal/pernyataan

$$CVI = \frac{(\sum CVR)}{K}$$

$$CVI = \frac{40}{40} = 1$$

40

Hasil dari perhitungan CVI adalah berupa rasio angka 0-1. Angka tersebut dapat dikategorikan sebagai berikut.

Tabel 02. Kategori Hasil Perhitungan CVI

Rentang	Kategori
0-0,33	Tidak Sesuai
0,34-0,67	Sesuai
0,68-1	Sangat Sesuai

Validitas butir instrument dilakukan dalam rangka melakukan uji coba pengukuran untuk dapat mengetahui ketepatan dari setiap butir soal atau pernyataan dan memperbaiki alat ukur atau instrument yang telah dibuat apakah terdapat butir yang harus dibuang, diperbaiki, atau diganti, guna memperoleh alat ukur atau instrument yang dapat dipercaya. Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan korelasi *product moment* dengan taraf signifikansi (0,05) ditemukan $r_{tabel} = 0,12$ butir instrument akan dinyatakan valid apabila $r_{hit} > r_{tabel}$ (Ghozali, 2018)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Reliabilitas adalah kekonsistenan alat tes dalam mengukur suatu instrument tes dapat dikatakan reliabel apabila memberikan hasil yang tetap sama bila diujikan berulang kali. Reliabilitas berkaitan dengan ketepatan dan keajegan suatu tes. Instrument yang reliabel belum tentu dapat dikatakan valid akan tetapi instrument yang dinyatakan valid sudah pasti akan dinyatakan reliabel. Pengujian reliabilitas instrument merupakan syarat untuk pengujian validitas instrument. Oleh karena itu, meskipun instrument sudah dikatakan valid, akan tetap dilakukan pengujian realibilitas instrument.

Butir soal yang diuji reliabilitasnya adalah butir yang dinyatakan valid sedangkan yang tidak valid tidak disertakan dalam pengujian reliabilitas. Untuk melakukan pengujian reliabilitas instrument dapat dilakukan dengan rumus *Alpha Cronbach*.

Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$r_{tt} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left[\frac{SD_t^2 - \sum (SD_i^2)}{SD_t^2} \right]$$

Dasar pengambilan keputusan :

- 1) Apabila r alpha positif dan r alpha > t table maka kuesioner tersebut dinyatakan reliabel.
- 2) Apabila r alpha positif dan r alpha < t table maka perangkat kuesioner dinyatakan tidak reliable

Tabel 03. Klasifikasi reliabilitas

Reliabilitas	Klasifikasi
$0,9 < r_h 1$	Sangat Tinggi
$0,7 < r_h 0,9$	Tinggi
$0,4 < r_h 0,7$	Sedang
$0,2 < r_h 0,2$	Rendah
$0,00 < r_h 0,2$	Sangat rendah

HASIL DAN DISKUSI

Ferrari menjelaskan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dilihat dari berbagai sudut pandang yaitu: (1) prokrastinasi merupakan seriap perbuatan untuk menunda mengerjakan tugas tanpa memperlmasalahakan tujuan dan alasan penundaan. (2) prokrastinasi merupakan suatu pola perilaku atau kebiasaan yang mengarah kepenundaan yang dilakukan sudah merupakan respon yang menetap seseorang dalam

menghadapi tugas dan biasanya disertai dengan keyakinan yang rasional. (3) prokrastinasi sebagai suatu tarit kepribadian, tidak hanya perilaku menunda tetapi melibatkan struktur mental yang saling terkait.

Sebagai suatu perilaku atau kebiasaan penundaan, prokrastinasi terdapat didalam indikator dengan beberapa cirri, pernyataan ini menurut (Ferrari et al., 1995; Steel, 2007). Cirri atau aspek prokrastinasi dapat di bedakan menjadi empat yaitu, *Perceived time* , *Intention – acti on*, *Emotional distress* dan *Perceived ability*.

Tolak ukur valid atau tidaknya isi soal/butir pernyataan rubric, dapat menggunakan acuan nilai minimum CVR berdasarkan jumlah panelis. Isi butir soal/pernyataan akan dinyatakan valid apabila memiliki $CVR \geq 0.40$ berdasarkan hasil perhitungan CVR diatas diperoleh hasil CVR yaitu sebesar 40, maka dapat disimpulkan $CVR \geq 40$, sehingga butir soal/pernyataan Prokrastinasi dinyatakan Valid. Sehingga mendapatkan hasil validitas isi dari 40 butir soal/pernyataan telah divalidasi oleh 5 pakar/validator yang telah menyatakan bahwa butir soal/pernyataan tersebut mendukung validitas instrument. Kemudian hasil CVR akan diperoleh hasil CVI yang merupakan rata-rata dari CVR semua *item*. Hasil CVI yang diperoleh yaitu sebesar (1) yang artinya “**sangat sesuai**” soal/pernyataan dengan objek yang dianalisa.

Hasil Validitas Empirik instrument yang di uji coba berjumlah 40 butir/ item pernyataan. Jumlah responden yang digunakan dalam uji validitas empiris/ validitas butir yaitu 200 orang responden. Data hasil uji validitas butir dianalisis menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan bantuan aplikasi SPSS. Adapun hasil perhitungan validitas butir instrument dapat di lihat pada table dibawah ini.

Table 0.4 Hasil Uji Validitas Empiris

No.	Item Soal	R hitung	R tabel	Keterangan
1	Item Soal 1	0,404	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
2	Item Soal 2	0,664	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
3	Item Soal 3	0,368	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
4	Item Soal 4	0,452	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
5	Item Soal 5	0,433	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
6	Item Soal 6	0,546	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
7	Item Soal 7	0,687	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
8	Item Soal 8	0,353	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
9	Item Soal 9	0,374	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
10	Item Soal 10	0,489	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
11	Item Soal 11	0,665	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
12	Item Soal 12	0,453	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)

13	Item Soal 13	0,632	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
14	Item Soal 14	0,262	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
15	Item Soal 15	0,667	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
16	Item Soal 16	0,705	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
17	Item Soal 17	0,498	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
18	Item Soal 18	0,707	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
19	Item Soal 19	0,462	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
20	Item Soal 20	0,531	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
21	Item Soal 21	0,367	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
22	Item Soal 22	0,628	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
23	Item Soal 23	0,531	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
24	Item Soal 24	0,466	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
25	Item Soal 25	0,433	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
26	Item Soal 26	0,475	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
27	Item Soal 27	0,248	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
28	Item Soal 28	0,628	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
29	Item Soal 29	0,642	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
30	Item Soal 30	0,669	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
31	Item Soal 31	0,67	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
32	Item Soal 32	0,412	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
33	Item Soal 33	0,634	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
34	Item Soal 34	0,429	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
35	Item Soal 35	0,628	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
36	Item Soal 36	0,65	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
37	Item Soal 37	0,304	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
38	Item Soali 38	0,628	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
39	Item Soal 39	0,298	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
40	Item Soal 40	0,242	0,138	Valid (Rhitung > R tabel)
Jumlah Butir yang Valid				40
Jumlah Item yang Tidak Valid				0
Presentase Item yang Valid				100.00%
Presentase Item yang Tidak Valid				0.00%

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan rumus korelasi product moment dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS diperoleh nilai r hitung untuk setiap instrumen seperti pada tabel 1 di atas. Jika dibandingkan dengan nilai R tabel = 0,138 maka nilai R hitung untuk setiap item lebih besar, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan valid.

Setelah melakukan uji validitas butir/ validitas empiris, maka dilanjutkan dengan melakukan uji reliabilitas. Uji reliabilitas adalah uji yang dilakukan untuk dapat mengetahui apakah variabel instrument reliable atau tidak, reliabilitas instrument diuji menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, instrument yang dibuat akan dinyatakan valid apabila nilai hasil perhitungan reliabilitas $\geq$ standar *Alpha Cronbach* (0,70).

Data dalam uji reliabilitas pengukuran prokrastinasi pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) diperoleh dengan melakukan uji coba pada 200 responden yang diambil secara random dari 3 sekolah yaitu, SMP Laboratorium Unduksha, SMP N 1 Seririt dan SMP N 1 Banjar instrument di sebarakan melalui *Google form* dengan bantuan guru BK setelah mendapatkan persetujuan dari Kepala Sekolah dimasing – masing sekolah. Hasil pengujian reliabilitas instrument pengukuran prokrastinasi dapat dilihat dari table di bawah ini.

Tabel 0.5 Output Hasil Analisis Reliabilitas Instrumen Pengukuran Prokrastinasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.938	40

Reliabilitas instrument diuji menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Berdasarkan hasil analisis data indeks reliabilitas instrument tersebut adalah 0,938. Nilai tersebut kemudian dibandingkan dengan kriteria yang dijadikan acuan pada table 3.4. Berdasarkan kriteria yang digunakan dapat disimpulkan bahwa instrument yang di uji cobakan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang instrument pengukuran prokrastinasi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memenuhi kriteria kualitas instrument yang baik dengan hasil validitas isi (1) ,validitas butir yang dinyatakan valid dengan 40 jumlah item dan di temukan r table (0,138) dan reliabilitas 0,938 dengan kategori sangat tinggi.

REFERENSI

- Bernard M. E. (1991). *Procrastinate later How to motivate yourself to do it now*. Melbourne: Schwartz & Wilkinson.
- Bruno, F.J., (1998). *Stop Procrastinating : Pahami & Hentikan Kebiasaan Anda Menunda-nunda* (terj. AR. H. Sitanggang). Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Burka, J.B. & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*. Newyork: Perseus Books.
- Burka, J.B & Yuen, L.M. (2008). *Procrastination*. Cambridge: Da Capo Press
- Choi, J.N dan Sarah. V.N. (2009). Why Not Procrastinate? Development and Validation of a New Active Procrastination Scale. *Journal of Social Psychology*. (2) 195-211.
- Ferrari, J.R, Judith L.J dan William G.M. (1995). *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press
- Ferrari, J.R., Johnson, J.L & Mc. Cown, W.G., (1995). *Procrastination And Task Viodance*. New York : Plenum Press.
- Kartowagiran, B. (2009). Penyusunan Instrumen Kinerja SMK-SBI Universitas Negeri Yogyakarta. *Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta, November*, 1–20.
- Knaus. W. (2010). *End Procrastination Now! Get It Done with a Proven Psychological Approach*. New York: The McGraw Hill Companies.
- Lawshe, C. H. (1975). a Quantitative Approach To Content Validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563–575. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x>
- Sardiman. (2012). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Solomon, L.j., & Rothblum, E.D. (1989). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*. Vol.31. Diakses tanggal 17 November 2009 dari http://all.successcenterohio-state.edu/references/procrastinator_APA_paper.htm.
- Steel.(2007). The Nature Of Procrastination: A Meta- analutic an Theoritical Review of Quintessential Self- Regulatory. *Psychological Bulletin*. 133, 65-94.
- Sudijono. (2010). *Metode Penelitian*. Rajawali Pers.