

## Bertumbuh dan Mendapat Nilai Bagus? Peran Personal Growth Initiative, Motivasi Ekstrinsik, dan Prokrastinasi Akademik

### *Growing and Getting Good Grades? Interplay Personal Growth Initiative, Extrinsic Motivation, and Academic Procrastination*

Ika Raharja Salim<sup>1)\*</sup> dan Livia Yuliawati<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Research and Community Development, Universitas Ciputra Surabaya

<sup>2)</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Ciputra Surabaya

Diterima 09 Juli 2021 / Disetujui 10 Desember 2021

#### ABSTRACT

*The inability of students to plan is one of the causes of academic procrastination behavior. The ability to plan can emerge from within the individual, which is described in the personal growth initiative or PGI. This study was conducted to see whether there is an influence from the individual's internal as seen from the personal growth initiative on academic procrastination behavior. Academic motivation is also an interesting variable to mediate the effect of personal growth initiative on academic procrastination, especially in this study out of three types of academic motivation, external was the chosen one. So that this study is able to show the influence on the behavior of academic procrastination in terms of the inner self which is mediated by the individual outside. The study was conducted by taking samples from six universities in Surabaya, public and state university (N = 207). Data was taken using online and offline questionnaires. The results showed that PGI did not affect academic procrastination ( $\beta c' = - 0.004$ ) either directly or through the mediation of extrinsic academic motivation ( $\beta b = - 0.002$ ), but the results of data analysis showed that there was an effect of PGI on extrinsic academic motivation ( $\beta a = 0.459$ ).*

**Keywords:** *Personal Growth Initiative; Academic Motivation; Academic Procrastination; College Students; Surabaya*

#### ABSTRAK

Ketidakmampuan mahasiswa dalam merencanakan merupakan salah penyebab perilaku prokrastinasi akademik. Kemampuan merencanakan dapat muncul dari dalam diri individu, yang mana hal ini dijelaskan dalam personal growth initiative atau PGI. Penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah ada pengaruh dari internal diri individu yang dilihat dari personal growth initiative (PGI) terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Motivasi akademik juga menjadi variabel yang menarik untuk memediasi pengaruh personal growth initiative terhadap prokrastinasi akademik, terlebih dalam penelitian ini dari tiga jenis motivasi akademik yang dipilih adalah motivasi akademik eksternal. Sehingga penelitian ini mampu menunjukkan pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang ditinjau dari dalam diri yang dimediasi oleh luar diri individu. Penelitian dilakukan dengan mengambil sampel di enam universitas swasta dan negeri di Surabaya (N = 207). Data diambil menggunakan kuisioner online dan offline. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PGI tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik ( $\beta c' = - 0,004$ ) baik secara langsung maupun melalui mediasi motivasi akademik ekstrinsik ( $\beta b = - 0,002$ ), namun hasil analisis data menunjukkan adanya pengaruh PGI terhadap motivasi akademik ekstrinsik ( $\beta a = 0,459$ ).

**Kata Kunci:** *Personal Growth Initiative; Motivasi Akademik; Prokrastinasi Akademik; Mahasiswa; Surabaya*

#### PENDAHULUAN

Prokrastinasi akademik dapat didefinisikan sebagai kesukarelaan menunda suatu pengerjaan tugas yang berkaitan dengan studi, walaupun individu menyadari konsekuensi yang negatif dari perilaku tersebut (Steel & Klingsieck, 2016). Beberapa

penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi memberikan dampak negatif baik secara psikologis maupun akademis (Beck, Koons, & Milgrim, 2000; Chen et al., 2016; Kim & Seo, 2015; Solomon & Rothblum, 1984; Solomon, Rothblum & Murakami, 1986; Steel, 2007; Shi et al., 2019). Prokrastinasi akademik sering dilakukan mahasiswa, dimana 50% - 95% mahasiswa melakukan prokrastinasi (Kim & Seo, 2015). Penelitian

\*Korespondensi Penulis:  
ika.salim@ciputra.ac.id

yang dilakukan di Indonesia juga menunjukkan 62% dari mahasiswa masuk kedalam kategori tingkat prokrastinasi akademik tinggi (Purnama & Muis, 2014). Nampaknya, dampak buruk yang ada ternyata tidak membuat mahasiswa mengurangi prokrastinasi.

Banyak pemicu yang dapat mengakibatkan peningkatan perilaku prokrastinasi akademik. Penggunaan sosial media merupakan salah satunya. Penggunaan sosial media yang awalnya mempermudah individu dalam berkomunikasi justru menjadi penyebab mahasiswa menunda pengerjaan tugas dan lebih memilih menghabiskan waktu menggunakan sosial media (Maryani & Arifin, 2012; Pychyl et al., 2000; Grund et al. 2012; Perrin, 2015). Di Indonesia dari 54,8% pengguna internet, untuk rentang usia 19-34 tahun merupakan usia pengguna internet yang paling tinggi yaitu dari 49,52% (Kominfo, 2018). Tidak hanya sosial media, keaktifan mahasiswa dalam mengikuti kegiatan organisasi juga menjadi salah satu pemicu perilaku prokrastinasi akademik (Margareta & Wahyudin, 2019; Jannah & Muis, 2014; Iswahyudi & Wahyudin, 2019).

Keragaman pemicu ini sebenarnya dipengaruhi oleh ketidakmampuan individu dalam merencanakan dan kegagalan dalam melaksanakan rencana yang dibuat (Pychyl & Sirois, 2016). Mampu tidaknya individu dalam merencanakan sebenarnya dijelaskan dalam konsep *Personal Growth Initiative* (PGI) yang dikemukakan oleh Christine Robitschek. *Personal Growth Initiative* (PGI) dapat didefinisikan sebagai adanya keaktifan dan intensi seseorang untuk terlibat dalam proses pengembangan diri (Robitschek, 1998). Individu yang memiliki tingkat PGI yang tinggi secara sadar menyadari pentingnya pengembangan diri. Mereka secara sadar memberikan dorongan untuk mengubah diri mereka ke arah yang mereka inginkan, berbeda dengan orang yang memiliki PGI yang rendah yang sangat rentan untuk menjadi kurang percaya diri akan kemampuannya dalam mengatasi tantangan yang ada (Shorey, Little, Snyder, Kluck, & Robitschek, 2007). Peneliti menduga PGI dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan PGI yang tinggi memiliki kemungkinan untuk menekan prokrastinasi

akademik karena memiliki keinginan bertumbuh secara aktif sehingga mengarahkan mereka pada kesiapan menghadapi fase kehidupan. Penelitian yang dilakukan oleh Robitschek (1998) juga menjelaskan bahwa mahasiswa dengan PGI yang tinggi juga menunjukkan kebijaksanaan dalam mengambil langkah dan berperan secara optimal dalam perencanaan yang dibuat dengan membuat tahapan yang dapat dilaksanakan dan rasional serta spesifik tentang tujuan yang akan dicapai.

Dalam setting pendidikan, dikenal juga istilah motivasi akademik, motivasi akademik dapat didefinisikan sebagai keinginan mahasiswa (yang ditunjukkan dalam pendekatan, kegigihan dan minat) terhadap pelajaran akademik, yang dimana kompetensi mahasiswa diukur berdasarkan standar performa yang ada (McClelland, et. al., 1961). Yurtseven dan Dogan (2019) mengungkapkan bahwa adanya kemungkinan kurangnya motivasi akademik dapat mempengaruhi peningkatan prokrastinasi akademik. Motivasi akademik terdiri dari intrinsik, ekstrinsik dan amotivasi, dimana intrinsik merupakan dorongan dari dalam diri individu, sementara ekstrinsik merupakan dorongan luar diri dan amotivasi merupakan individu yang tidak memiliki dorongan baik dari dalam maupun luar (Vallerand, 1992). Dalam penelitian ini, peneliti memilih menggunakan motivasi akademik ekstrinsik, dimana Deci dan Ryan (2002) mengungkapkan bahwa motivasi ekstrinsik dapat didefinisikan sebagai bentuk dorongan melakukan sesuatu untuk mendapatkan imbalan dari luar atau berbagai bentuk konsekuensi positif lain yang berasal dari luar diri individu. Pemilihan dimensi ekstrinsik ini didasarkan pada penelitian sebelumnya yang sudah menggunakan motivasi intrinsik (Burhan, Rapi & Kusyairy, 2017). Selain itu peneliti menduga adanya kemungkinan motivasi akademik ekstrinsik yang tinggi dalam diri individu yang memiliki PGI yang rendah, seperti orientasi mendapat nilai untuk lulus atau lingkungan sosial sebagai dorongan untuk menyelesaikan pengerjaan tugas. Dorongan dari luar ini memunculkan adanya kemungkinan individu tetap melakukan prokrastinasi akademik, karena penyelesaian tugas hanya berorientasi nilai bukan proses.

Segala cara mungkin dilakukan untuk mencapai hal tersebut.

### **Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik atau *procrastination* berasal dari bahasa latin yaitu *procrastinare*. *Procrastinare* terdiri dari dua kata, kata pertama yaitu *pro* yang memiliki arti bergerak kedepan, sementara kata kedua *crastinus* berarti keputusan pada hari besok. Dari bahasa latin tersebut, prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai menunda atau menangguhkan sampai hari berikutnya (Burka & Yuen, 2008).

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan meninggalkan, menunda atau menghindari penyelesaian tugas (Tuckman 1991). Tuckman dan Sexton (1992) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda atau menghindari kegiatan di bawah kendali seseorang serta kurangnya atau tidak adanya kinerja mandiri. Definisi prokrastinasi akademik dari penelitian lain yaitu Ferrari et.al. (1995) adalah bentuk penundaan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan kewajiban akademik. Prokrastinasi akademik juga didefinisikan sebagai bentuk perilaku menunda yang merujuk pada kesukarelaan atau keputusan individu melakukan penundaan terhadap tindakan yang berkaitan dengan studi, meskipun memiliki kesadaran akan konsekuensi yang negatif (Steel & Klingsieck, 2016).

Burka dan Yuen (2008), mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik terbentuk karena adanya pengaruh beberapa faktor-faktor diantaranya : konsep diri, keyakinan diri, tanggung jawab, kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, adanya pemberontakan terhadap kontrol dari figur yang memiliki otoritas, kesulitan dalam pengambilan keputusan, kurangnya tuntutan dari tugas yang diberikan, standar yang melebihi kemampuan individu yang mengerjakan. Menurut Argiropoulou dan Ferrari (2015), faktor penyebab prokrastinasi akademik ada empat, diantaranya, takut akan kegagalan, tingkat kesulitan tugas, tekanan lingkungan sosial dan ketidakmampuan mengatur waktu.

Tingkat kesulitan tugas menjadi salah satu pemicu dalam prokrastinasi akademik,

Steel (2007) berpendapat bahwa secara alami manusia akan menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan, *task aversiveness* atau seberapa tidak menyenangkannya sebuah tugas dapat meningkatkan prokrastinasi akademik.

### **Personal Growth Initiative**

*Personal Growth Initiative* didefinisikan sebagai memiliki intensi untuk terlibat secara aktif dalam proses perkembangan diri. Proses perkembangan diri ini meliputi komponen kognitif dari self-efficacy, dimana didalamnya terdapat kepercayaan, sikap dan nilai-nilai yang mendukung PGI (Robitschek, 1998). Inisiatif untuk bertumbuh atau *Personal Growth Initiative* (PGI) merupakan konstruk yang dikemukakan oleh Robitschek (1998), dimana PGI ini pertama kali dicetuskan atas dasar adanya pandangan tentang tujuan dari sebuah konseling, dimana individu diharapkan dapat mempelajari proses mengembangkan diri (*Personal Growth*) yang akhirnya bisa diterapkan ke seluruh aspek hidup (Patterson & Welfel, 1994). Beberapa teori dalam psikologi memunculkan ide tentang perkembangan diri sepanjang rentang hidup. Teori humanistik mendukung pandangan bahwa individu harus mengembangkan diri ketika berbicara tentang "*the good life*" (Rogers, 1961) dan aktualisasi diri (Maslow, 1970) sebagai sebuah bentuk pendekatan mengenai kehidupan. Selain teori humanistik, Erikson (1950) juga mengemukakan bahwa dalam sepanjang hidup manusia akan terus berkembang.

*Personal growth* sendiri dapat dibentuk dengan proses perkembangan, proses lingkungan dan proses yang disengaja (Prochaska & Di Ciemete, 1986). Menurut De Carvalho (1990), individu yang memiliki kesadaran dan memiliki intensi untuk terlibat dalam proses akan melihat adanya pilihan ketika mereka dihadapkan dengan tekanan dari lingkungan. Lebih lanjut mereka akan memiliki kemampuan untuk mengikuti persepsi pilihan, yaitu secara aktif memilih jalan dimana mereka akan bertumbuh.

Inisiatif individu untuk mengembangkan diri ini mengarah kepada proses perubahan yang melibatkan perubahan kognitif, perilaku, atau aspek-aspek dalam

hidup individu (Robitschek, 2003). Keterlibatan aktif individu dalam perkembangan diri serta adanya intensi, menunjukkan PGI tidak hanya berbentuk dorongan-dorongan, tetapi juga adanya perilaku individu sebagai wujud usaha untuk mengaktualisasikan dorongan-dorongan tersebut (Robitschek & Cook, 1999). Dapat disimpulkan bahwa individu dengan PGI yang tinggi memiliki kecenderungan mengembangkan diri di segala aspek kehidupannya serta melihat peluang-peluang yang ada sebagai dorongan untuk berkembang.

*Personal Growth Initiative Scale-II* atau PGIS-II yang membahas 4 dimensi utama (Robitschek et.al, 2012) :

1. *Readiness for change* (Kesiapan untuk perubahan)

Dimensi ini melihat kesiapan individu dalam membuat perubahan dalam kehidupannya, termasuk didalamnya ketika ia menyadari waktu atau kapan ia harus berkembang.

2. *Planfulness* (Perencanaan)

Dimensi ini mengacu pada kemampuan individu membuat perencanaan dan tujuan yang realistis dalam proses mengembangkan dirinya.

3. *Using resource* (Memberdayakan sumber yang ada)

Dimensi ini mengacu pada kemampuan individu untuk berinisiatif memanfaatkan sumber-sumber dari luar yang dimiliki individu untuk membantu individu dalam proses pengembangannya.

4. *Intentional behavior*

Dimensi ini mengacu pada kemampuan individu memunculkan perilaku dan usaha yang dibutuhkan dalam proses pengembangan

### **Motivasi Akademik Ekstrinsik**

Dalam teori McClelland et. al. (1961), motivasi akademik didefinisikan sebagai keinginan mahasiswa terhadap pelajaran akademik, yang dimana kompetensi mahasiswa diukur berdasarkan standar performa yang ada. Menurut Deci dan Ryan (2008), motivasi merupakan variabel yang

penting dalam penelitian, terutama di bidang akademik. Motivasi akademik dibentuk berdasarkan *Self-Determination Theory* (SDT) (Deci dan Ryan, 2000), dimana SDT memiliki peran penting dalam menjelaskan teori akademik motivasi (Vallerand et. al, 1992). Deci dan Ryan (2000) mendefinisikan motivasi akademik sebagai sebuah kontinum, dimulai dari *amotivation* bergerak melalui motivasi ekstrinsik, dan mencapai tingkat motivasi tertinggi yaitu motivasi intrinsik. Namun dalam penelitian ini, peneliti hanya menggunakan motivasi akademik ekstrinsik, untuk menguji pengaruh motivasi dari luar diri individu. Motivasi ekstrinsik dapat didefinisikan sebagai bentuk dorongan melakukan sesuatu untuk mendapatkan imbalan dari luar atau berbagai bentuk konsekuensi positif lain yang berasal dari luar diri individu (Deci & Ryan, 2002). Motivasi akademik ekstrinsik terdiri dari tiga dimensi :

1. *External Regulation* (EMER)

Merupakan performa yang dilakukan untuk memuaskan pihak eksternal atau kemungkinan mendapatkan imbalan atau hukuman dari pihak eksternal.

2. *Introjected Regulation* (EMIN)

Merupakan perilaku yang muncul karena individu mulai menginternalisasi alasan dari kegiatan yang individu tersebut lakukan. Internalisasi yang dilakukan bukan karena munculnya kesadaran dari dalam diri individu, melainkan pengaruh dari luar individu. Sebagai contoh, individu melakukan kegiatan belajar karena merupakan kewajiban yang dilakukan sebagai seorang mahasiswa yang baik.

3. *Identified Regulation* (EMID)

Merupakan bentuk motivasi ekstrinsik yang lebih otonom, atau ditentukan sendiri, dan melibatkan orang yang mengaitkan kepentingan pribadi dengan perilaku tersebut.

Peneliti menduga adanya pengaruh PGI terhadap prokrastinasi, dimana semakin tinggi PGI mahasiswa maka hal tersebut dapat menurunkan prokrastinasi akademik. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh kemampuan merencanakan, kemampuan manajemen waktu, respon emosional dan kemampuan mengatur skala prioritas (Malik,



Iqbal, Yasin, & Shahzadi, 2013; Deniz, Tras, & Aydagon, 2009). Kurangnya kemampuan merencanakan ini kemungkinan juga menunjukkan rendahnya tingkat PGI, beberapa penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan PGI yang tinggi lebih memperhatikan pengembangan dirinya dan memiliki kebijaksanaan dalam melangkah menuju arah yang jelas serta mengoptimalkan diri dalam menyusun perencanaan secara aktif menuju tujuan atau capaiannya (Robitscheck, 1998 ; Shorey, Little, Snyder, Kluck, & Robitscheck, 2007). Hal ini menunjukkan bahwa kurang mampunya mahasiswa menyusun perencanaan dan menetapkan prioritas bisa jadi disebabkan oleh PGI yang rendah, sehingga menyebabkan perilaku menunda atau prokrastinasi.

Hal lain yang diduga peneliti mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah bagaimana mahasiswa memaknai pengerjaan dan proses penyelesaian tugas. Roig dan DeTommaso (1995) menyebutkan adanya korelasi positif antara prokrastinasi akademik dengan plagiarisme dan menyontek saat ujian. Munculnya perilaku plagiat dan menyontek ini menunjukkan sebuah bentuk kurangnya kontribusi mahasiswa dalam menjalankan proses akademik. Meyers et al. (2015) mengungkapkan bahwa individu dengan PGI yang rendah menunjukkan sedikit kontribusi dalam proses mengerjakan sesuatu. Peneliti menduga bahwa mahasiswa melihat penyelesaian tugas hanya sebagai sebuah bentuk kewajiban yang harus diselesaikan dan tidak memaknai proses dari pengerjaan tugas, mahasiswa dengan prokrastinasi akademik yang tinggi cenderung melihat penyelesaian tugas hanya demi nilai, sehingga perilaku plagiat dan menyontek muncul karena lebih memudahkan mahasiswa daripada harus belajar. Hal ini juga didukung dengan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki prokrastinasi melakukan penundaan karena tugas yang dikerjakan sulit (Solomon & Rothblum, 1984). Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki kecenderungan menunda, menyelesaikan tugas karena adanya rasa takut akan hukuman atau konsekuensi (Thakkar, 2009).

Adanya rasa takut akan hukuman dan konsekuensi ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari luar diri mahasiswa yang mendorong mahasiswa dalam pengerjaan dan penyelesaian tugas. Peneliti menduga adanya motivasi akademik yang bersifat ekstrinsik yang dapat menjembatani PGI dan prokrastinasi akademik. Klassen dan Kuzucu (2009), mengemukakan bahwa motivasi dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik. Shia (2016), mengemukakan bahwa motivasi ekstrinsik mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu bukan karena nilai atau proses dari sebuah pekerjaan tetapi karena adanya hadiah atau hukuman sebagai hasil dari penyelesaian tugas yang dilakukan. Berdasarkan penelitian sebelumnya, peneliti menduga dengan adanya motivasi akademik ekstrinsik, membuat mahasiswa dengan PGI yang rendah mendapatkan dorongan untuk menyelesaikan tugas. Namun peneliti menduga bahwa karena dorongan datang dari luar diri mahasiswa maka penyelesaian tugas tidak lagi dimaknai proses pengerjaannya tetapi hanya dilakukan sebatas karena takut akan hukuman yang diberikan. Karena dorongan berasal dari luar diri, maka mahasiswa akan melakukan berbagai cara untuk mempersingkat proses pengerjaan atau penyelesaian tugas. Sementara itu pada mahasiswa dengan PGI yang tinggi, tidak membutuhkan motivasi dari luar diri, karena mahasiswa dengan PGI yang tinggi memiliki kemampuan merencanakan dan lebih memaknai proses pengerjaan tugas sebagai bagian dari pengembangan diri daripada mengejar hadiah atau takut akan hukuman (Shorey, Little, Snyder, Kluck, & Robitscheck, 2007).

## METODE PENELITIAN

### Partisipan

Mahasiswa merupakan populasi dalam penelitian ini, dengan kriteria yaitu mereka dengan rentang usia 18-24 dan terdaftar sebagai mahasiswa dalam suatu institusi pendidikan di Surabaya.

### Prosedur

Pemilihan populasi ini berdasarkan pada variabel yang ingin diteliti berhubungan dengan akademik. Sampel dalam penelitian

ini sejumlah 398 mahasiswa, dimana penetapan ini didapatkan dengan menggunakan rumus *slovin*. Perhitungan dilakukan berdasarkan pemilihan secara acak untuk memilih universitas negeri dan universitas swasta jumlah mahasiswa aktif di universitas negeri yang dipilih adalah 38.540 dan universitas swasta 29.192, sehingga didapatkan jumlah keseluruhan yaitu 67.732. Perhitungan juga menggunakan *margin error* 0,05, maka subjek yang dibutuhkan untuk penelitian ini adalah 398 mahasiswa aktif di Surabaya.

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini adalah *quota sampling*. *Quota sampling* digunakan karena adanya keterbatasan izin pengambilan data di universitas yang akan dijadikan populasi penelitian ini. Dengan menggunakan *quota sampling*, jika peneliti sudah memenuhi kuota yang ditetapkan yaitu 398 mahasiswa, maka sudah dianggap memenuhi sampel. Penggunaan *quota sampling* ini juga memungkinkan peneliti mengambil sampel tanpa memperhitungkan rasio atau membagi berapa jumlah yang harus didapatkan dari universitas negeri dan universitas swasta. Jumlah yang akan diambil dari masing-masing universitas yaitu dengan perbandingan rasio 50:50, sehingga berdasarkan jumlah subjek yaitu 398, maka peneliti akan mengambil subjek di universitas negeri sebanyak 199 subjek dan di universitas swasta sebanyak 199 subjek.

### Instrumen

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur prokrastinasi akademik adalah IPS (*Irrational Procrastination Scale*) yang dikonstruksi oleh Steel (2010) dan sudah divalidasi oleh Prayitno et al. (2013), dengan reliabilitas Cronbach's alpha 0,880, yang mana setelah di uji reliabilitas oleh peneliti mendapatkan Cronbach's alpha 0,774. Pengukuran PGI dalam penelitian diukur menggunakan alat ukur yang dikonstruksi oleh Robitschek (2012), dengan reliabilitas Cronbach's alpha 0,9 - 0,94, yang mana setelah di uji reliabilitas oleh peneliti Cronbach's alpha 0,724 - 0,829. Pengukuran motivasi akademik ekstrinsik menggunakan AMS yang dikonstruksi oleh Vallerand et al. (1992) yang sudah divalidasi

oleh Purwanto dan Natalya (2018), yang selanjutnya akan disebut sebagai AMS-E reliabilitas Cronbach's alpha 0,746, yang mana setelah di uji reliabilitas oleh peneliti Cronbach's alpha 0,793 - 0,862.

### Analisis Data

Analisa data dalam penelitian ini akan menggunakan program statistik SPSS versi 20. Tahap pertama, peneliti akan melakukan uji normalitas yaitu dengan menggunakan *kolmogorov smirnov*, dimana data akan dianggap berdistribusi normal jika  $p > 0,05$ . Tahap selanjutnya adalah uji linearitas, setelah itu peneliti akan menggunakan analisis regresi Kausal *step* oleh Baron dan Kenny (1986).

Langkah pertama, peneliti menguji pengaruh PGI terhadap prokrastinasi akademik dengan regresi sederhana. Langkah kedua, pengaruh PGI terhadap motivasi akademik ekstrinsik diuji melalui regresi sederhana. Langkah ketiga, dengan uji regresi ganda, pengaruh PGI dan motivasi akademik ekstrinsik terhadap prokrastinasi akademik.

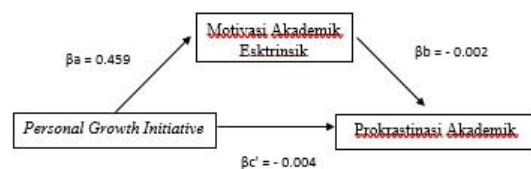
### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini peneliti menggunakan beberapa uji asumsi, diantaranya adalah uji normalitas, uji linearitas dan uji multikolinearitas. Uji normalitas didapatkan dengan melihat sig. pada *kolmogorov smirnov*. Hasil yang didapatkan adalah 0,006 sehingga sebaran data tergolong tidak normal ( $p < 0,05$ ). Setelah itu, peneliti melakukan uji linearitas dengan hasil 0,941, yang berarti data tidak linear ( $p > 0,05$ ). Selanjutnya untuk uji multikolinearitas, hasil yang didapatkan adalah tidak terjadi multikolinear karena nilai *tolerance* 0,787 ( $< 0,10$ ) dan nilai VIF (Variance Inflation Factor) 1,271 ( $VIF < 10$ ).

Setelah melakukan uji asumsi klasik, peneliti melanjutkan pada uji hipotesis terhadap data. Walaupun uji normalitas menunjukkan data tidak normal dan uji linearitas menunjukkan data tidak linear, uji hipotesis tetap dilakukan karena beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa

pengaruh dari uji normalitas dan uji linearitas hanya berdampak sedikit bahkan tidak memberikan dampak (Boneau, 1986; Scharfshneider & Lonigan, 2010).

Setelah dilakukan uji regresi hasil yang didapatkan adalah tidak ada pengaruh antar variabel dan tidak terjadinya mediasi. Hasil uji regresi antara variabel PGI dan Prokrastinasi Akademik menunjukkan tidak ada pengaruh karena nilai signifikansi 0,940, hasil uji regresi antara variabel PGI dan Motivasi Akademik Ekstrinsik menunjukkan adanya pengaruh karena nilai signifikansi 0,000 dan untuk hasil uji regresi berganda antara PGI dan AMS-E (Motivasi Akademik Eksternal) dengan PA (Prokrastinasi Akademik) menunjukkan tidak terdapat pengaruh karena nilai signifikansi 0,997. Gambar 1 menunjukkan hasil uji regresi.



Gambar 1. Hasil analisis uji regresi

Gambar 1 menunjukkan bahwa tidak terjadinya pengaruh baik secara langsung maupun melalui mediasi. Hal ini dikarenakan pengaruh langsung PGI terhadap prokrastinasi tidak signifikan ( $\beta c' = -0.004$ ), sementara itu untuk pengaruh mediasi juga tidak menunjukkan adanya pengaruh ( $\beta a \times \beta b = -0.0009$ ) karena nilai Beta pengaruh langsung lebih besar daripada pengaruh mediasi ( $-0.004 > -0.0009$ ).

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa PGI dan AMS-E tidak mempengaruhi Prokrastinasi Akademik, akan tetapi antara PGI dan AMS-E terdapat pengaruh. Hal ini menunjukkan ada tidaknya PGI dan Motivasi Akademik Ekstrinsik, tidak mempengaruhi peningkatan atau penurunan Prokrastinasi Akademik. Peneliti juga menyertakan hasil uji hipotesis berupa nilai  $R^2 = 0.000$ ,  $F(2.204) = 0.003$  dan  $p = 0.997$ .

Berdasarkan pada rangkaian hasil uji regresi pada model mediasi tersebut dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini (H1) yang berbunyi “Motivasi Akademik Ekstrinsi memediasi pengaruh *Personal*

*Growth Initiative* terhadap Prokrastinasi Akademik” ditolak.

Peneliti juga melakukan analisis regresi tambahan terhadap pengaruh antara PGI dan AMS-E, yang mana memiliki pengaruh pada saat di uji regresi (sig. : 0,000). Adanya pengaruh antara PGI dan AMS-E ini menjadi alasan bagi peneliti untuk melakukan uji regresi tambahan. Pada proses uji regresi tambahan ini dilakukan berdasarkan jenis kelamin, dimana total skor PGI dan AMS-E pada laki-laki dan perempuan di uji regresi secara terpisah. Hasil dari uji regresi terlampir pada **tabel 1**.

**Tabel 1**

Tabel Hasil Uji Regresi PGI dan AMS-E dengan pengelompokan jenis kelamin

Durasi Belajar	Sig.	Beta	R Square	B
PGI →AMS-E (Laki-laki)	0.000	0.659	0.434	0.749
PGI →AMS-E (Perempuan)	0.000	0.390	0.152	0.341

Berdasarkan pada tabel 4.21, dapat dilihat bahwa pada jenis kelamin laki-laki, dimana nilai  $R^2$  pada laki-laki lebih ditinggi dibandingkan nilai B pada perempuan.

Setelah melakukan uji regresi, peneliti melakukan uji tabulasi silang yang berfungsi untuk melihat hubungan antara data demografi responden dengan variabel dependen atau Prokrastinasi Akademik yang bersifat kategori. Hasil tabulasi silang terlampir pada tabel 5, dimana berdasarkan hasil tabulasi silang dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin dan angkatan tidak signifikan dalam mempengaruhi Prokrastinasi Akademik. Namun usia dan jenis universitas memberikan pengaruh.

**Tabel 2**

Tabel Chi Square Data Demografi dengan Prokrastinasi Akademik

Chi Square	Value	Sig.
Jenis Kelamin →PA	1.665	0.645
Usia →PA	17.747	0.007
Jenis Universitas →PA	9.914	0.019

Angkatan →PA	16.634	0.164
Jenis Kelamin →PA	1.665	0.645

Walaupun hasil analisis regresi bertolak belakang dengan hipotesis dalam penelitian ini, akan tetapi terdapat beberapa argumen yang mampu menjelaskan hubungan antar variabel:

### **Hubungan antara PGI dengan Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan hasil uji regresi, PGI tidak mempengaruhi prokrastinasi akademi., Ada kemungkinan individu dengan tingkat PGI yang tinggi akan tetap melakukan prokrastinasi akademik. Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang dapat mendukung kemungkinan penjelasan ini, di antaranya:

Pertama, peneliti menduga bahwa prokrastinasi akademik tetap dilakukan oleh individu dengan PGI yang tinggi dikarenakan penundaan yang dilakukan merupakan strategi belajar. Ferrari (1991) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan yang baik secara akademis lebih sering melakukan penundaan daripada mahasiswa dengan kemampuan kurang baik. Schraw, Wadkins dan Olafson (2007) juga menunjukkan bahwa kemampuan yang baik dalam merencanakan, dimana salah satu responden dalam penelitian tersebut menyatakan “*berikan saya kebebasan untuk melakukan prokrastinasi selama yang saya butuhkan karena saya selalu mampu mengejar ketika saya mau*”. Lebih lanjut dijelaskan bahwa prokrastinasi akademik tidak hanya memunculkan karakter yang merugikan tetapi juga karakter yang menguntungkan, seperti *cognitive efficiency* dan *peak experience* (Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007). *Cognitive efficiency* merupakan sebuah bentuk dimana individu memaksimalkan pembelajaran dalam waktu yang minimal, sementara *peak experience* merupakan sebuah momen dimana individu dapat bekerja secara optimal karena merasakan tekanan dari perilaku menunda (Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Schraw, Wadkins, dan Olafson (2007) ini tidak hanya mematahkan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa

prokrastinasi hanya memunculkan karakteristik negatif (Solomon & Rothblum, 1984; Solomon, Rothblum & Murakami, 1986; Beck, Koons, & Milgrim, 2000; Kim & Seo, 2015; Chen et al., 2016; Shi et al., 2019; Patrzek et al., 2014), tetapi penelitian ini juga mendukung argumen peneliti bahwa prokrastinasi merupakan strategi belajar.

Kedua, peneliti menduga adanya aspek lain yang dianggap lebih penting bagi individu dalam membantu proses perkembangan diri daripada aspek akademik. Hal ini memunculkan adanya kemungkinan individu mengalokasikan sebagian besar dari waktunya untuk melakukan kegiatan yang dianggap membantu proses perkembangan dirinya daripada mengerjakan tugas akademik. Yakunina et al. (2013), menjelaskan bahwa individu yang memiliki PGI yang tinggi memiliki kecenderungan untuk lebih terlibat dan lebih memperhatikan perkembangan diri dibandingkan dengan orang yang memiliki PGI yang rendah. Namun keterlibatan dalam proses perkembangan tidak hanya melibatkan aspek akademik saja, Ayub dan Iqbal (2012) menjelaskan ketika individu secara aktif melibatkan diri dalam perkembangan dirinya, maka ia akan berusaha untuk mengembangkan diri di berbagai aspek hidupnya. Berdasarkan penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa ada kemungkinan responden penelitian ini tidak berfokus pada pengembangan diri di bidang akademis saja namun pada aspek lainnya. Aspek lain yang dapat membantu perkembangan diri individu salah satunya adalah mengikuti kegiatan organisasi, Alhimi, Arneliwati dan Misrawati (2014) menemukan bahwa kegiatan organisasi dianggap sebagai bentuk pengembangan diri dan peningkatan kompetensi individu. Namun terdapat penelitian yang mengungkapkan bahwa keikutsertaan individu dalam sebuah organisasi secara signifikan dapat meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik (Margareta & Wahyudin, 2019; Jannah & Muis, 2014; Iswahyudi & Wahyudin, 2019). Adanya kemungkinan tersebut menggambarkan bahwa responden tetap melakukan prokrastinasi akademik walaupun memiliki tingkat PGI yang tinggi.



Ketiga, pengukuran PGI digunakan untuk menggambarkan pengembangan diri individu dalam berbagai aspek kehidupan (Ayub & Iqbal, 2012) dan tidak secara spesifik pada akademik, hal ini mungkin menjadi faktor yang dapat menjelaskan mengapa PGI tidak cukup kuat mempengaruhi prokrastinasi akademik.

### **Hubungan antara PGI dengan Motivasi Akademik Ekstrinsik**

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara PGI dan motivasi akademik. Peneliti menduga peningkatan PGI yang dipengaruhi oleh motivasi akademik ekstrinsik ini dikarenakan adanya tuntutan yang kemudian diproses menjadi sebuah kesadaran akan pentingnya tugas akademik. Vallerand et al. (1992), mengungkapkan bahwa motivasi akademik ekstrinsik khususnya dimensi *external regulation* merupakan bentuk motivasi dimana individu melakukan sesuatu karena adanya tuntutan dari luar. Lebih lanjut Vallerand et al. (1992) memberikan contoh individu yang dipengaruhi oleh *external regulation* melakukan sesuatu dikarenakan adanya tuntutan dari orang tua. Tuntutan ini kemudian menjadi sebuah keharusan yang kemudian individu mulai menginternalisasi tuntutan tersebut sebagai alasan ia melakukan sesuatu, Vallerand et al. (1992) memberikan contoh bentuk internalisasi tuntutan tersebut yaitu ketika individu merasa bahwa menyelesaikan tugas bukan lagi sebuah paksaan tetapi merupakan tanggung jawab yang harus diselesaikan sebagai mahasiswa yang baik.

Dari proses internalisasi ini kemudian muncul dugaan bahwa individu kemudian melihat bahwa penyelesaian tugas menjadi bentuk nyata dari perkembangan diri. Hal ini sejalan dengan definisi pada salah satu dimensi motivasi akademik yaitu *identified regulation* yang mana individu melakukan dan menyelesaikan suatu tugas dikarenakan proses internalisasi yang sampai pada titik dimana individu merasa tugas tersebut dilakukan karena penting bagi dirinya (Vallerand et al., 1992). Pandangan bahwa

tugas menjadi bagian yang penting bagi dirinya, menunjukkan adanya kemungkinan individu merasa nilai yang didapatkan merupakan sebuah bukti keterlibatan dalam proses pengembangan diri. Hal ini juga didukung oleh penelitian Schraw et al. (1995), yang menunjukkan bahwa mahasiswa menyelesaikan tugas karena adanya motivasi ekstrinsik yaitu faktor keinginan untuk membuktikan kemampuan diri.

### **Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Motivasi Akademik Ekstrinsik**

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa motivasi akademik ekstrinsik tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik, namun ada kemungkinan mahasiswa yang memiliki motivasi akademik ekstrinsik tetap melakukan prokrastinasi, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang dapat mendukung, diantaranya:

Pertama, peneliti menduga adanya proses yang terjadi dalam diri individu bahwa pengerjaan tugas hanya sebagai sebuah kewajiban yang harus diselesaikan, adanya hukuman, dan hanya sekedar mengejar nilai sehingga tidak memaknai proses yang ada. Hal ini sejalan dengan definisi *external regulation* dimana individu menyelesaikan pengerjaan tugas karena adanya dorongan dari luar diri individu (Vallerand et al., 1992). Namun tuntutan dari luar tersebut kemudian diinternalisasi oleh individu yaitu ketika individu merasa pengerjaan dan penyelesaian tugas merupakan tanggung jawab mahasiswa yang baik (Vallerand, et al. 1992). Hal ini menunjukkan bahwa motivasi akademik ekstrinsik mampu membantu individu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Kedua, peneliti menduga adanya dukungan dari lingkungan sekitar individu sebagai bentuk dari motivasi akademik ekstrinsik yang kemudian mendorong individu untuk menyelesaikan tugas. Dorongan yang berasal dari luar diri individu merupakan motivasi ekstrinsik (Deci & Ryan, 2000). Curry et al. (1990) menjelaskan bahwa dukungan dari lingkungan sekitar merupakan bentuk dari motivasi ekstrinsik. Paulus (1983), mengemukakan bahwa dengan ditematkannya individu dalam sebuah

kelompok ketika mengerjakan tugas dapat memberikan stimulus bagi individu untuk mengerjakan tugas. Beberapa penelitian sebelumnya juga menyebutkan bahwa adanya kelompok dapat meningkatkan performa individu dalam menyelesaikan tugas (Gillies, 2008; Moreno, 2009; Nagel, 2008). Berdasarkan pada beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dengan adanya dukungan dari kelompok dapat membantu individu dalam menyelesaikan pengerjaan tugas dan meningkatkan performa individu secara akademik, yang kemudian dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik.

Sebagai tambahan, hasil penelitian ini juga bertentangan dengan hasil penelitian Kliengsieck (2013) yang mengungkapkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh adanya motivasi dimana salah satunya motivasi ekstrinsik. Namun hasil penelitian ini justru menunjukkan motivasi ekstrinsik tidak memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

### **Pembahasan Analisis Tambahan**

Berdasarkan pada hasil analisis tambahan terdapat dua hasil yang menarik untuk dibahas lebih lanjut :

Pertama, besarnya kontribusi laki-laki daripada perempuan terkait pengaruh PGI terhadap AMS-E. Walaupun beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan tidak adanya pengaruh antara jenis kelamin dengan PGI (Robitscheck et al., 2012; Malik, Yasin & Shahzadi, 2013), namun penelitian Jain dan Sharma (2017) menunjukkan hasil penelitian dimana laki-laki memiliki PGI yang lebih tinggi daripada perempuan, yang mana hal ini mendukung hasil dari penelitian ini. Lebih lanjut dijelaskan bahwa secara signifikan dimensi yang berpengaruh adalah kemampuan menggunakan sumberdaya. Hal ini menunjukkan bahwa laki-laki memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menggunakan sumber daya dibandingkan perempuan (Jain & Sharma, 2017). Robitscheck (1998) juga menunjukkan bahwa pada laki-laki PGI dan *self-exploration* lebih tinggi dibandingkan pada perempuan, lebih lanjut dijelaskan bahwa adanya kemungkinan pria lebih baik dalam mengeksplorasi hal-hal

yang dapat digunakan untuk mengembangkan dirinya.

Kedua, berdasarkan pada hasil uji tabulasi silang, dapat dilihat bahwa asal universitas dan usia individu memberikan pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hasil usia mempengaruhi prokrastinasi ini sejalan dengan penelitian Balkis dan Dulu (2009) yang menunjukkan semakin bertambah usia individu maka perilaku prokrastinasi akademik juga akan berkurang. Lebih lanjut dijelaskan dengan bertambahnya usia individu semakin sadar akan tanggung jawab yang dimiliki sehingga mengurangi perilaku menunda. Hasil uji tabulasi silang jenis universitas yang mempengaruhi prokrastinasi ini didukung oleh komunikasi pribadi yang dilakukan peneliti pada beberapa mahasiswa negeri dan swasta.

*“Dosen disini susah, kadang mau bimbingan aja susah, janji waktu dipersulit. Dosennya juga ngomong kan kita yang butuh ya kita yang usaha. Lama-lama kan jadi males ngerjain skripsinya, bayangin aja bingung tapi mau tanya dipersulit, gimana jadi ga males?”* (I. M, komunikasi pribadi, 13 Oktober 2019)

*“Disini serba susah, kadang dosen cuman masuk jelasin materi sebentar terus kasih tugas, pas mau nanya susah nyari dosennya. Secara fasilitas juga ga mendukung banget buat kerja tugas apa lagi kalau harus lembur. Mau ga mau harus ngeluarin uang buat cari tempat kerja tugas”* (A. S, komunikasi pribadi, 13 Oktober 2019)

*“Disini fasilitasnya mendukung banget buat belajar, ga usah cari tempat kerja tugas lagi, dikampus sampe malam juga betah”* (Z. E, komunikasi pribadi, 18 September 2019)

*“Dosen-dosen baik sih, mendukung banget dan ga dipersulit. Bimbingan sampe malam juga ga protes, kata dosennya yang penting selesai”* (M. D, komunikasi pribadi, 18 September 2019)

Komunikasi pribadi dengan inisial I.M dan A.S merupakan mahasiswa universitas negeri, sementara Z.E dan M.D merupakan mahasiswa universitas swasta. Perbedaan respon dosen dan fasilitas yang

disediakan oleh universitas secara tidak langsung juga mempengaruhi produktivitas mahasiswa yang berarti juga mempengaruhi peningkatan atau pengurangan tingkat prokrastinasi.

### SIMPULAN

Hasil penelitian ini menemukan bahwa inisiatif individu untuk mengalami pertumbuhan pribadi tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik namun memiliki pengaruh positif yang terhadap motivasi akademik ekstrinsik. Walaupun penelitian ini tidak menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara PGI dan prokrastinasi akademik, namun penelitian ini dapat memberikan gambaran melalui data dan pembahasan tentang pengaruh yang terjadi antara PGI dan prokrastinasi akademik serta mediasi dan pengaruh yang terjadi melalui motivasi akademik ekstrinsik. Penelitian ini memaparkan lebih lanjut tentang pengaruh yang mungkin terjadi antar variabel, dimana prokrastinasi bisa jadi menjadi strategi belajar individu sehingga individu dengan PGI yang tinggi tidak mengurangi prokrastinasi akademik individu. Selain itu, penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh motivasi akademik ekstrinsik yang mungkin membuat individu menjadi sadar akan proses penyelesaian tugas sebagai sebuah bentuk pembuktian diri yang kemudian hal ini mengurangi prokrastinasi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alaihim, W. S. (2014). Perbandingan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 1(2), 1-8.
- Anggawijaya, S. (2013). Hubungan antara depresi dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol.2 No.2.
- Argiropoulou, M. I., & Ferrari, J. R. (2015). Chronic procrastination among emerging adults: factor structure of the Greek version of the general procrastination scale. *Hellenic Journal of Psychology*, 12, 85-104.
- Ayub, N., & Iqbal, S. (2012). The relationship of personal growth initiative, psychological well-being, and psychological distress among adolescents. *Journal of Teaching and Education*, 1(6), 101-107.
- Balkis, M., & Duru, E. (2009). Prevalence Of Academic Procrastination Behavior Among Pre-Service Teachers, And Its Relationship With Demographics And Individual Preferences. *Journal of Theory & Practice in Education (JTPE)*, 5(1).
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173.
- Beck, B. L., Koons, S. R., & Milgrim, D. L. (2000). Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem and self-handicapping. *Journal of social behavior and personality*, Vol. 15 No. 5, pp. 3.
- Burhan, S., Rapi, M., & Kusyairy, U. (2017). Hubungan Antara Motivasi Intrinsik dan Prokrastinasi Akademik dengan Hasil Belajar Pengurus Hmj Pendidikan Biologi. *Jurnal Biotek*, Vol. 5 No. 2, pp. 74-91.
- Burka, J. B & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination*. Cambridge: Da Capo Press
- Çelik, E. (2015). Mediating and moderating role of academic self-efficacy in the relationship between student academic support and personal growth initiative. *Australian Journal of Career Development*, 24(2), 105-113.
- Chen, B. B., Shi, Z., & Wang, Y. (2016). Do peers matter? Resistance to peer influence as a mediator between self-esteem and procrastination among undergraduates. *Frontiers in psychology*, Vol. 7, pp. 1529.

- DeCarvalho, R. J. (1990). The growth hypothesis and self-actualization: An existential alternative. *The Humanistic Psychologist*, 18(3), 252-258.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67. doi: 10.1006/ceps.1999.1020.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi: 10.1037/110003 066X.55.1.68.
- Deniz, M., Tras, Z., & Aydogan, D. (2009). An Investigation of Academic Procrastination, Locus of Control, and Emotional Intelligence. *Educational Sciences: Theory and Practice*, Vol. 9 No. 2, pp. 623-632.
- Ferrari, J. R. (1991). Self-handicapping by procrastinators: Protecting self-esteem, social-esteem, or both?. *Journal of Research in Personality*, 25(3), 245-261.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., McCown, W. G., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. Springer Science & Business Media.
- Grund, A., Schmid, S., Klingsieck, K. B., & Fries, S. (2012). Studierende schieben Pflichten auf, aber auch persönliche Projekte. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*. Vol. 44, pp. 192-208.
- Guay, F., Morin, A.J.S., Litalien, D., Valois, P., & Vallerand, R.J. (2015). Application of exploratory structural equation modeling to evaluate the academic motivation scale. *The Journal of Experimental Education*, 83(1), 51-82. doi: 10.1080/00220973.2013.876231.
- Hartaji, Damar A. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua. *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Howe, N., & Strauss, W. (2007). The next 20 years: how customer and workforce attitudes will evolve. *Harvard business review*, Vol. 85 No. 7-8, pp. 41-52.
- Hurlock, Elizabeth B, 1986, *Developmental Psychology*. 3rd Ed, New Delhi: McGraw Hill, Inc.
- Iswahyudi, A. & Mahmudi, I. (2016). Pengaruh Mengikuti Orgamawa dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP PGRI Madiun Tahun Akademik 2015/2016. *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Vol. 6 No. 2, pp. 41-56.
- Jannah, M. & Muis, T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, Vol. 4 No. 3, pp. 1-8
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, Vol. 82, pp. 26-33.
- Klassen, R. M., & Kuzucu, E. (2009). Academic procrastination and motivation of adolescents in Turkey. *Educational psychology*, 29(1), 69-81.
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination in different life-domains: is procrastination domain specific?. *Current Psychology*, 32(2), 175-185.
- Kominfo (2018). Jumlah Pengguna Internet 2017 Meningkat, Kominfo Terus Lakukan Percepatan Pembangunan Broadband. Diakses 20 Juni 2019 dari [https://www.kominfo.go.id/content/detail/12640/siaran-pers-no-53hmkominfo022018-tentang-jumlah-pengguna-internet-2017-meningkat-kominfo-terus-lakukan-percepatan-pembangunan-broadband/0/siaran\\_pers](https://www.kominfo.go.id/content/detail/12640/siaran-pers-no-53hmkominfo022018-tentang-jumlah-pengguna-internet-2017-meningkat-kominfo-terus-lakukan-percepatan-pembangunan-broadband/0/siaran_pers).
- Linra, M. L. (2016). Hubungan Antara Task Aversiveness Dengan Prokrastinasi Akademik (*Doctoral dissertation*, Universitas Negeri Makassar).



- Malik, N. I., Yasin, G., & Shahzadi, H. (2013). Personal Growth Initiative and Self Esteem as Predictors of Academic Achievement among Students of Technical Training Institutes. *Pakistan Journal of Social Sciences (PJSS)*, Vol. 33 No. 2. manual. Lubbock, TX: Author.
- Marashi, H., & Rashidian, S. (2018). EFL Teachers' Adversity Quotient, Personal Growth Initiative, and Pedagogical Success. *Journal of Teaching Language Skills*, 37(3), 93-139.
- Margareta, R. S., & Wahyudin, A. (2019). Pengaruh motivasi belajar, perfeksionisme dan keaktifan berorganisasi terhadap prokrastinasi akademik dengan regulasi diri sebagai variabel moderating. *Economic Education Analysis Journal*, Vol. 8 No.1, pp. 79-94.
- Martinez, M. A., Robitschek, C., Mirkalai, S. M., & Vazquez, J. M. (2010). Increasing personal growth initiative through education and growth activity. In Poster presented at the annual convention of the American Psychological Association, San Diego, CA.
- Maryani, E., & Arifin, H. S. (2012). Konstruksi Identitas Melalui Media Sosial. *Journal of Communication Studies*, Vol 1 No. 1, pp. 1-12.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row Publisher.
- Matthews, T., Danese, A., Caspi, A., Fisher, H. L., Goldman-Mellor, S., Kopa, A., ... & Arseneault, L. (2019). Lonely young adults in modern Britain: findings from an epidemiological cohort study. *Psychological medicine*, Vol. 49 No. 2, pp. 268-277.
- McClelland, D. C. (1961). *The Achieving Society*. New York: D. Van Nostrand Company, Inc
- Meyers, M. C., van Woerkom, M., de Reuver, R. S., Bakker, Z., & Oberski, D. L. (2015). Enhancing psychological capital and personal growth initiative: Working on strengths or deficiencies. *Journal of Counseling Psychology*, 62(1), 50.
- Natalya, L., & Purwanto, C. V. (2018). Exploratory and confirmatory factor analysis of the academic motivation scale (AMS)–Bahasa Indonesia. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 22(1), 27-40.
- Nicholson, L., & Scharff, L. F. (2007). The Effects of Procrastination and Self-Awareness on Emotional Responses. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, Vol. 12 No.4, pp. 139-145.
- Patrzek, J., Sattler, S., van Veen, F., Grunschel, C., & Fries, S. (2015). Investigating the effect of academic procrastination on the frequency and variety of academic misconduct: a panel study. *Studies in Higher Education*, Vol. 40 No.6, pp. 1014-1029.
- Patterson, L. E., & Welfel, E. R. (1994). *The counseling process*. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.
- Perrin, A. (2015). *Social Media Usage: 2005-2015*. Washington, D.C.: Pew Internet & American Life Project. Diakses 7 Oktober 2019 dari <http://www.pewinternet.org/2015/10/08/social-networking-usage-2005-2015/>
- Pratomo, Y. (2019). APJII: Jumlah Pengguna Internet di Indonesia Tembus 171 Juta Jiwa. Diakses 07 Oktober 2019 dari <https://tekno.kompas.com/read/2019/05/16/03260037/apjii-jumlah-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-171-juta-jiwa>
- Prayitno, G. E., Siaputra, I. B., & Lasmono, H. K. (2013). Validasi Alat Ukur Irrational Procrastination Scale (IPS). *Calyptra*, 2(1), 1-7.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1986). Toward a comprehensive model of change. In *Treating addictive behaviors* (pp. 3-27). Springer, Boston, MA.
- Purnama, S.S & Muis, T. (2014). *Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri*

- Surabaya. Jurnal BK Unesa, Vol. 4 No. 3.
- Pychyl, T. A., & Sirois, F. M. (2016). Procrastination, emotion regulation, and well-being. In Procrastination, health, and well-being, pp. 163-188. Academic Press.
- Pychyl, T. A., Lee, J. M., Thibodeau, R., & Blunt, A. (2000). Five days of emotion: An experience sampling study of undergraduate student procrastination. *Journal of social Behavior and personality*, 15(5), 239.
- Robitschek, C. (1998). Personal growth initiative: The construct and its measure. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, Vol. 30 No. 4, pp. 183.
- Robitschek, C. (2003). Validity of Personal Growth Initiative Scale scores with a Mexican American college student population. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 50 No. 4, pp. 496.
- Robitschek, C., & Cook, S. W. (1999). The influence of personal growth initiative and coping styles on career exploration and vocational identity. *Journal of Vocational Behavior*, Vol. 54 No. 1, pp. 127-141.
- Robitschek, C., & Keyes, C. L. (2009). Keyes's model of mental health with personal growth initiative as a parsimonious predictor. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 56 No. 2, pp. 321.
- Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale-II. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 274.
- Rogers, C. R. (1995). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Houghton Mifflin Harcourt.
- Roig, M., & DeTommaso, L. (1995). Are college cheating and plagiarism related to academic procrastination?. *Psychological reports*, 77(2), 691-698.
- Sanyal, N., Fernandes, T., & Hazari, Z. (2016). Perception of Psycho-Social School Environment, Personal Growth Initiative and Fear of Failure among EAMCET Aspirants. *IRA-International Journal of Education & Multidisciplinary Studies*, 4(2), 323-345.
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokrastnasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 1 No.1, 66-75.
- Schraw, G., Horn, C., Thorndike-Christ, T., & Bruning, R. (1995). Academic goal orientations and student classroom achievement. *Contemporary Educational Psychology*, 20(3), 359-368.
- 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.
- Shi, X., Wang, S., Liu, S., Zhang, T., Chen, S., & Cai, Y. (2019). Are procrastinators psychologically healthy? Association between psychosocial problems and procrastination among college students in Shanghai, China: a syndemic approach. *Psychology, health & medicine*, Vol. 24 No.5, pp. 570-577.
- Shorey, H. S., Little, T. D., Snyder, C. R., Kluck, B., & Robitschek, C. (2007). Hope and personal growth initiative: A comparison of positive, future-oriented constructs. *Personality and Individual Differences*, Vol. 43 No. 7, pp. 1917-1926.
- Solomon, L. & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 31 No.4, pp. 503-509.
- Solomon, L., Rothblum, E.D. & Mukarami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, Vol 33, pp. 287-394.

- Spering, C. C., & Robitschek, C. (2007). Personal Growth Initiative Scale manual. Lubbock, TX: Author.
- Spering, C., Robitschek, C., & Hardin, E. (2010). Validity of the Personal Growth Initiative Scale in older adults. Manuscript in preparation.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, Vol. 133 No.1, pp. 65.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48, 926-934.
- Steel, P. (2011). The procrastination equation: How to stop putting things off and start getting stuff done. New York: Harper Collins Publisher.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, Vol. 51 No.1, pp. 36-46.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.CV. pp. 275.
- Thakkar, N. (2009). Why procrastinate: an investigation of the root causes behind procrastination.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, Vol. 51, pp. 473-480.
- Tuckman, B. W., & Sexton, T. L. (1992). Self-believers are self-motivated; self-doubters are not. *Personality and Individual Differences*, 13(4), 425-428.
- Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., & Briere, N.M. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, Vol. 52 No. 4, pp. 1003-1007. doi: 10.1177/0013164492052 004025.
- Willis, D. R. 2011. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Yakunina, E. S., Weigold, I. K., & Weigold, A. (2013). Personal growth initiative: Relations with acculturative stress and international student adjustment. *International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation*, 2(1), 62.
- Yurtseven, N., & Dogan, S. (2019). Structural Relationships among Academic Procrastination, Academic Motivation, and Problem Solving Skill in Prep Class College Students= Üniversite hazirlik öğrencilerinin akademik erteleme, akademik motivasyon ve problem çözme becerileri arasindaki yapisal iliskiler. *Pegem Journal of Education and Instruction*, Vol.9 No. 3, pp. 84