

Peranan *Self Efficacy* dan *Academic Buoyancy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Oleh:

Rolando Jordan Permana Putra

Ghozali Rusyid Affandi

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Mei, 2023

Pendahuluan

- Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung menunda-nunda pekerjaannya, meskipun perilaku ini dapat mengganggu kebebasan mereka dalam belajar dan menjalankan tugas akademik. [1], [2], [3], [4],
- Prokrastinasi akademik umum terjadi di kalangan mahasiswa [6] [7], [8], termasuk mahasiswa di Indonesia dan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo [9], [10],
- Prokrastinasi akademik berdampak negatif pada performa akademik [11], cara belajar [04], , kesehatan mental [12], , dan kesehatan fisik seseorang [13].
- Prokrastinasi akademik adalah kegiatan menunda-nunda pekerjaan dalam konteks akademik, meskipun sadar bahwa pekerjaan tersebut harus dikerjakan [15] [17].
- Beberapa faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik termasuk faktor internal (seperti jenis kepribadian, rendahnya standar personal, dan kepercayaan diri) [18], dan faktor eksternal (misalnya karakteristik tugas yang tidak menyenangkan atau sulit). [19]

Pendahuluan

- Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi beberapa prediktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa, seperti rendahnya standar personal terkait peraih akademik, kepercayaan bahwa hasil tergantung pada usaha personal, dan partisipasi dalam pembelajaran karena alasan yang tidak relevan. [21], [6], [23], [24], [25]
- Self efficacy adalah kepercayaan seseorang akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dan memiliki pengaruh terhadap keputusan dan usaha yang diberikan dalam mengerjakan tugas [26], [28].
- Academic buoyancy merujuk pada respon positif, konstruktif, dan adaptif terhadap tantangan dan kegagalan yang umum dihadapi dalam setting akademik [32].

Pendahuluan

- Penelitian ini akan fokus pada pengaruh self efficacy dan academic buoyancy terhadap prokrastinasi akademik.
- self efficacy dan academic buoyancy memiliki korelasi negatif yang kuat dengan prokrastinasi akademik berdasarkan penelitian sebelumnya.
- Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dan kontribusi self efficacy dan academic buoyancy dalam memprediksi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan UMSIDA.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Hipotesa Mayor dari penelitian ini adalah *self efficacy* Bersama dengan *academic buoyancy* dapat memprediksi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan UMSIDA. Adapun Hipotesa Minor yang terbentuk diantaranya adalah:

1. *Self efficacy* dapat memprediksi tingkatan Prokrastinasi Akademik mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan UMSIDA
2. *Academic buoyancy* dapat memprediksi tingkatan Prokrastinasi Akademik mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan UMSIDA

Metode

A. Desain Penelitian

- Menggunakan metode penelitian kuantitatif.
- Mengadopsi pendekatan cross-sectional study untuk menemukan hubungan antara hasil (variabel y) dan faktor risiko (variabel x) pada satu waktu tertentu.

B. Populasi dan Sampel

- Populasi penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, dengan jumlah populasi sebanyak 2216 mahasiswa.
- Sampel penelitian ditentukan menggunakan tabel Krejcie dan Morgan, dengan jumlah sampel sebanyak 327 mahasiswa.
- Menggunakan teknik sampling Probability Sampling, dengan metode simple random sampling untuk memilih anggota sampel secara acak.

Metode

Teknik Pengumpulan Data

- Menggunakan skala ukur psikologi sebagai teknik pengumpulan data.
- Mengadopsi beberapa skala ukur yang telah teruji validitas dan reliabilitas sebelumnya, antara lain:
 - College Academic Self Efficacy Scale (CASES) yang terdiri dari 33 item. Yang telah diuji reabilitasnya, sehingga gugur bersisa 25 Item
 - Academic Procrastination Scale (APS) yang terdiri dari 25 item yang telah dilakukan try out untuk menguji reabilitasnya, sehingga menghasilkan 19 Item
 - Academic Buoyancy Scale (ABS) yang terdiri dari 4 item yang validitas dan reabilitasnya mengacu pada jurnal penelitian terkait sebelumnya

Metode

D. Prosedur Penelitian

- Mengumpulkan dan melakukan review literatur serta menentukan populasi dan sampel penelitian.
- Menyusun latar belakang penelitian.
- Mengumpulkan data dengan menyebarkan skala ukur kepada sampel penelitian.
- Mengolah dan menganalisis data yang telah dikumpulkan.
- Menarik kesimpulan berdasarkan hasil analisis yang dilakukan.

E. Analisis Data

- Menggunakan perangkat lunak Jeffeys's Amazing Statistics Program (JASP) versi 0.16.1.
- Jenis analisis yang digunakan adalah analisis multiple linear regression untuk menentukan prediktor pada variable dependen.

Hasil

- Tabel Uji Asumsi

Nama Uji	Variabel	Skor Statistik	Signifikan si	Keterangan
Uji Normalitas	Self Efficacy	0.962	>0.05	Terpenuhi
	Academic Buoyancy	0.947	>0.05	Terpenuhi
	Prokrastinasi Akademik	0.970	>0.05	Terpenuhi
Uji Linearitas	Self Efficacy*Prokrastinasi Akademik	0.045	<0.05	Terpenuhi
	Academic Buoyancy*Prokrastinasi Akademik	0.043	<0.05	Terpenuhi
Uji Multikolinearitas	Self Efficacy*Prokrastinasi Akademik	1.003	<10	Terpenuhi
	Academic Buoyancy*Prokrastinasi Akademik	1.003	<10	Terpenuhi

Hasil

Uji Normalitas:

- Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data yang telah dikumpulkan terdistribusi secara normal.
- Skor normalitas untuk variabel self efficacy adalah 0.962.
- Skor normalitas untuk variabel academic buoyancy adalah 0.947.
- Skor normalitas untuk variabel procrastination akademik adalah 0.970.
- Nilai signifikansi (p-value) untuk semua uji normalitas adalah kurang dari 0.001, menunjukkan bahwa uji normalitas terpenuhi.

Uji Linearitas

- Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa data sejalan dengan garis linear.
- Skor uji linearitas untuk semua variabel adalah 0.000.
- Nilai signifikansi (p-value) untuk semua uji linearitas lebih kecil dari 0.05, menandakan bahwa uji linearitas terpenuhi.

Hasil

Uji Multikolinieritas:

- Skor uji multikolinieritas untuk semua variabel adalah 1.003.
- Skor tersebut menunjukkan bahwa data tidak melanggar atau telah memenuhi syarat uji multikolinieritas.
- Nilai skor VIF (Variance Inflation Factor) tidak melebihi 10, sesuai dengan syarat uji multikolinieritas ($VIF < 10$).
- Dengan memenuhi semua uji asumsi tersebut, maka dapat dilanjutkan dengan uji hipotesis.

Hasil

Uji Hipotesa Mayor

Hipotesis penelitian saya adalah variabel independent secara simultan dapat memprediksi nilai variable dependen Berikut adalah hasil analisis data yang telah dilakukan:

Tabel 3. Uji Korelasi

			Pearson's r	p
Prokrastinasi Akademik	-	Self Effycacy	-0.535	< .001
Prokrastinasi Akademik	-	Academi c Buoyancy	-0.321	< .001

Tabel 3 menunjukkan bahwa ada arah hubungan negatif antara dua variabel x dan variabel y. Lebih lanjut nilai korelasi self effycacy dengan prokrastinasi kadematik menunjukkan skor -0.535 dengan signikansi yang baik ($p < .001$). Variabel academic buoyancy dengan prokrastinasi akademik menghasilkan skor -0.321 dengan nilai signifikansi yang baik ($p < .001$).

Hasil

Tabel 4. Tabel Uji Regresi

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	11.887	2	5.943	113.236	< .001
	Residual	17.163	327	0.052		
	Total	29.049	329			

Lebih lanjut pada tabel.4 hasil uji regresi menunjukkan bahwa Nilai F adalah 113.236 dan nilai p <.001. Hasil ini menandakan bahwa variabel *self effycacy* dan *academic buoyancy* secara signifikan mempengaruhi variabel dependen prokrastinasi akademik.

Hasil

Tabel 5. Tabel Sumbangan Efektif

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	0.297
H ₁	0.640	0.409	0.406	0.229

Uji regresi linear selanjutnya pada tabel 5 menunjukkan bahwa nilai dari tabel R² sebagai sumbangan efektif adalah 0.409. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel indenpeden *self effycacy* dan *academic buoyancy* secara bersama sama memberikan sumbangan efektif sebesar 40 persen kepada variabel dependen prokrastinasi akademik.

Hasil

Adapun rumus model regresi linear yang didapatkan adalah sebagai berikut:

$$Y = -1.164 * x_1 + -0.396 * x_2 + 10.02.$$

Keterangan

Y = Nilai Prokrastinasi Akademik

x₁ = Nilai Self Efficacy

x₂ = Nilai Academic Buoyancy

Hasil

- Nilai C 10.02 menunjukkan adanya hubungan searah antara variabel dependen dan variabel independen. Dapat disimpulkan bahwa jika seseorang memiliki tingkat self efficacy dan academic buoyancy sebesar 0, maka prediksi nilai prokrastinasi akademik bagi orang tersebut adalah 10.02.
- Nilai X1 sebesar -1.164 menunjukkan adanya hubungan negatif antara self efficacy dan prokrastinasi akademik. Artinya, ketika seseorang memiliki self efficacy sebesar 1 dengan asumsi academic buoyancy-nya adalah 0, maka prediksi nilai prokrastinasi akademik bagi orang tersebut adalah sebesar 8.863.
- Nilai X2 sebesar -0.396 menunjukkan adanya hubungan negatif antara academic buoyancy dan prokrastinasi akademik. Dalam hal ini, jika seseorang memiliki academic buoyancy sebesar 1 dengan asumsi self efficacy-nya adalah 0, maka prediksi nilai prokrastinasi akademik bagi orang tersebut adalah sebesar 9.631.

Hasil

Uji Hipotesa Minor

Hipotesa Minor dari penelitian ini adalah variabel dependen dapat memprediksi nilai prokrastinasi akademik secara terpisah. Berikut adalah Analisa data yang telah dilakukan

Tabel 6. Tabel Sumbangan Terpisah

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	P	Collinearity Statistics	
							Tolerance	VIF
H ₁	(Intercept)	10.027	0.430		23.342	< .001		
	Self Efficacy	-1.164	0.089	-0.554	-13.022	< .001	0.997	1.003
	Academic Buoyancy	-0.396	0.048	-0.352	-8.262	< .001	0.997	1.003

Hasil

- Untuk menghitung besaran efektif yang diberikan oleh masing masing variabel maka dapat digunakan rumus sebagai berikut:

$$Y = \text{Beta} * \text{Zero Order}$$

Setelah dilakukan Subtitusi dari nilai yang ada pada tabel 6 maka akan didapatkan masing masing rumus:

$$\text{Self Effycacy} = -0.554 * -0,535 = 0.296$$

$$\text{Academic Buoyancy} = -0.352 * -0,321 = 0.112$$

- Berdasarkan rumus yang digunakan, disimpulkan bahwa self efficacy memberikan prediksi sebesar 29% terhadap variabel dependen, sedangkan Academic Buoyancy memberikan prediksi sebesar 11%, dengan nilai yang signifikan yang tercantum pada tabel 1 ($p < 0.001$).
- Hasil skor ini menunjukkan bahwa self efficacy memberikan pengaruh yang lebih besar, yaitu sebesar 18% lebih besar dibandingkan dengan Academic Buoyancy.
- Pernyataan ini menegaskan bahwa hipotesis minor yang menyatakan bahwa setiap variabel dependen dapat mempengaruhi variabel independen telah terpenuhi secara benar.

Pembahasan

- Penelitian ini mengungkap peran self efficacy dan academic buoyancy terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan universitas Muhammadiyah Sidoarjo.
- Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variabel independen tersebut, baik secara bersama-sama maupun secara individual, memiliki pengaruh dan kemampuan memprediksi variabel dependen prokrastinasi akademik.
- Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini, di mana tingkat self efficacy akademik mempengaruhi tingkat academic delay, yang kemudian berkontribusi pada prokrastinasi akademik [54], [55].
- Self efficacy berhubungan negatif dengan prokrastinasi akademik karena self efficacy yang rendah dapat mengurangi usaha dalam menyelesaikan tugas akademik dan meningkatkan kecenderungan prokrastinasi [57], [58] [59].

- Self efficacy juga berpengaruh pada pola pikir, reaksi emosional, dan tingkat stres mahasiswa, yang selanjutnya memengaruhi performa akademik dan mengurangi kemungkinan prokrastinasi [60], [61].
- Academic buoyancy juga berperan dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik. Tingkat academic buoyancy yang rendah berkorelasi dengan kegagalan akademik, sedangkan academic buoyancy tingkat yang tinggi dapat membantu mengatasi kegagalan dan mempertahankan motivasi [63] [64].
- Academic buoyancy juga berhubungan dengan perencanaan, persistensi, kemampuan kognitif, atmosfer positif dalam belajar, dan atribut positif lainnya yang mengurangi prokrastinasi akademik [64].
- Manajemen emosi, kontrol diri, dan kepercayaan diri merupakan faktor penting dalam mengembangkan academic buoyancy, yang dapat mencegah perilaku prokrastinasi. [67], [68]

- Penelitian ini menggaris bawahi bahwa semua faktor yang terkait dengan self efficacy dan academic buoyancy berhubungan secara negatif dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan tingkat self efficacy dan academic buoyancy yang tinggi cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah.

Temuan Penting Penelitian

- Penelitian ini menghasilkan bahwa self efficacy dan academic buoyancy memiliki peran penting sebagai variabel independen yang dapat memprediksi prokrastinasi akademik sebagai variabel dependen.
- Kedua variabel tersebut, self efficacy dan academic buoyancy, memberikan kontribusi efektif sebesar 40,9% secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik.
- Secara individual, self efficacy memberikan kontribusi efektif sebesar 29% terhadap prokrastinasi akademik, sementara academic buoyancy memberikan kontribusi efektif sebesar 11%.

Manfaat Penelitian

Penerapan Praktis:

- Pemberian Asesmen untuk mengidentifikasi tingkat prokrastinasi mahasiswa
- Pemberian Treatment kepada mahasiswa dengan prokrastinasi akademik tinggi
- Pengurangan Prokrastinasi mahasiswa, akan meningkatkan produktivitas mereka, yang selanjutnya dapat berpengaruh kepada kualitas dari universitas

Manfaat Teoritis:

- Penelitian ini memberikan kontribusi pada pemahaman tentang topik terkait, yaitu hubungan antara self efficacy, academic buoyancy, dan prokrastinasi akademik.
- Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi peneliti lain

Referensi

- [1] L. M. Zarick and R. Stonebraker, "I'll do it Tomorrow: The Logic of Procrastination," *Coll. Teach.*, vol. 57, no. 4, pp. 211–215, 2009, doi: 10.1080/87567550903218687.
- [2] C. Senécal, R. Koetsner, and R. J. Vallerand, "Self-regulation and academic procrastination," *J. Soc. Psychol.*, 1995.
- [3] S. Zacks and M. Hen, "Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature," *J. Prev. Interv. Community*, vol. 46, no. 2, pp. 117–130, 2018, doi: 10.1080/10852352.2016.1198154.
- [4] K. Moonaghi and T. Baloochi Beydokhti, "Academic procrastination and its characteristics: A Narrative Review. Future of medical education journal," pp. 43–50, 2017.
- [5] D. Arias-Chávez, T. Ramos-Quispe, K. O. Villalba-Condori, and L. M. Cangalaya-Sevillano, "Self-efficacy and academic procrastination: A study conducted in university students of Metropolitan Lima," *Int. J. Innov. Creat. Chang.*, vol. 11, no. 10, pp. 374–390, 2020.
- [6] L. J. Solomon and E. D. Rothblum, "Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates.," *J. Couns. Psychol.*, vol. 31, no. 4, pp. 503–509, 1984, doi: 10.1037//0022-0167.31.4.503.
- [7] H. G. Schmidt, G. J. A. Baars, P. Hermus, H. T. van der Molen, I. J. M. Arnold, and G. Smeets, "Changes in examination practices reduce procrastination in university students," *Eur. J. High. Educ.*, vol. 12, no. 1, pp. 56–71, 2022, doi: 10.1080/21568235.2021.1875857.
- [8] A. Saman, "Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan)," *Psikol. Pendidik. Konseling*, vol. 3, no. 2, pp. 55–62, 2017, [Online]. Available: <http://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK%0AAalisis>
- [9] E. W. Maryam, G. R. Affandi, and V. Rezanica, "SENSE OF COMMUNITY DAN SELF-REGULATED LEARNING SEBAGAI PREDIKTOR PADA PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO," *J. An-nafs*, 2019.
- [10] R. Izzati and D. Nastiti, "Academic Procrastination for Students of the Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPIP) at the University: Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan (FPIP) di Universitas," *Indones. J. Educ. Methods Dev.*, vol. 19, pp. 1–6, 2022.

- [11] C. Orpen, "The Causes and Consequences of Academic Procrastination: a research note," *Westminster Stud. Educ.*, vol. 21, no. 1, pp. 73–75, 1998, doi: 10.1080/0140672980210107.
- [12] D. M. Glick and S. M. Orsillo, "An investigation of the efficacy of acceptance-based behavioral therapy for academic procrastination," *J. Exp. Psychol. Gen.*, vol. 144, no. 2, pp. 400–409, 2015, doi: 10.1037/xge0000050.
- [13] K. J. Charlebois, "Massachusetts School of Professional Psychology Doing Tomorrow What Could Be Done Today: an Investigation of Academic Procrastination," 2007.
- [14] A. Ellis and W. J. Knaus, "Overcoming procrastination: or, how to think and act rationally in spite of life's inevitable hassles," 1979.
- [15] A. Malkoç and A. K. Mutlu, "Academic self-efficacy and academic procrastination: Exploring the mediating role of academic motivation in Turkish university students," *Univers. J. Educ. Res.*, vol. 6, no. 10, pp. 2087–2093, 2018, doi: 10.13189/ujer.2018.061005.
- [16] P. Steel and K. B. Klingsieck, "Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited," *Aust. Psychol.*, vol. 51, no. 1, pp. 36–46, 2016, doi: 10.1111/ap.12173.
- [17] M. Goroshit, "Academic procrastination and academic performance : An initial basis for intervention," vol. 46, no. 2, pp. 131–142, 2018.
- [18] S. G. Owens, C. G. Bowman, and C. A. Dill, "Overcoming procrastination: The effect of implementation intentions," *J. Appl. Soc. Psychol.*, vol. 38, no. 2, pp. 366–384, 2008, doi: 10.1111/j.1559-1816.2007.00309.x.
- [19] J. D. Hoppe, P. Prokop, and R. Rau, "Befähigen, nicht aufzwingen!–Akademischer Prokrastination vorbeugen," *J. Prev. Interv. Community*, vol. 46, no. 2, pp. 184–198, 2018, doi: 10.1080/10852352.2016.1198172.
- [20] C. D. Saddler and J. Buley, "Predictors of Academic Procrastination in College Students," pp. 686–688, 1999.

- [20] C. D. Saddler and J. Buley, "Predictors of Academic Procrastination in College Students," pp. 686–688, 1999.
- [21] M. M. L. Rebetz, L. Rochat, and M. Van der Linden, "Cognitive, emotional, and motivational factors related to procrastination: A cluster analytic approach," *Pers. Individ. Dif.*, vol. 76, pp. 1–6, 2015, doi: 10.1016/j.paid.2014.11.044.
- [22] N. A. Barratt, "An empirical phenomenological investigation of procrastinating behaviour," no. November, 2011, [Online]. Available: <http://eprints.ru.ac.za/2499/2/BARRATT-PhD-TR11-224.pdf>
- [23] B. McCown, I. K. Blake, and R. Keiser, "Content Analyses of the Beliefs of Academic Procrastinators," *J. Ration. - Emotive Cogn. - Behav. Ther.*, vol. 30, no. 4, pp. 213–222, 2012, doi: 10.1007/s10942-012-0148-6.
- [24] L. A. Haycock, P. McCarthy, and C. L. Skay, "Procrastination in College Students: The Role of Self-Efficacy and Anxiety," vol. 76, no. 3, pp. 317–324, 2011, doi: 10.1007/978-3-319-55595-9_3.
- [25] N. Milgram and Y. Toubiana, "Academic anxiety, academic procrastination, and parental involvement in students and their parents," *Br. J. Educ. Psychol.*, vol. 69, no. 3, pp. 345–361, 1999, doi: 10.1348/000709999157761.
- [26] U. E. Lee, C. . Shapiai, N. S, N, H, M, S. A, N, B, M., K. H, N, and V. E, "Academic procrastination and self-efficacy among a group of dental undergraduate students in Malaysia," 2020.
- [27] A. J. Martin and H. W. Marsh, "Investigating the reciprocal relations between academic buoyancy and academic adversity: Evidence for the protective role of academic buoyancy in reducing academic adversity over time," *Int. J. Behav. Dev.*, vol. 44, no. 4, pp. 301–312, 2020, doi: 10.1177/0165025419885027.
- [28] A. Bandura, W. H. Freeman, and R. Lightsey, *Self-efficacy: The exercise of control*. 1999.
- [29] R. M. Klassen, L. L. Krawchuk, and S. Rajani, "Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination," *Contemp. Educ. Psychol.*, vol. 33, no. 4, pp. 915–931, 2008, doi: 10.1016/j.cedpsych.2007.07.001.
- [30] J. R. Ferrari, J. L. Johnson, and W. G. McCown, *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York and London: Plenum Press, 1995.

- [30] J. R. Ferrari, J. L. Johnson, and W. G. McCown, *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York and London: Plenum Press, 1995.
- [31] M. Meral, E. Colak, and E. Zereyak, "The Relationship between Self-Efficacy and Academic Performance," *Procedia - Soc. Behav. Sci.*, vol. 46, pp. 1143–1146, 2012, doi: 10.1016/j.sbspro.2012.05.264.
- [32] D. W. Putwain, L. Connors, W. Symes, and E. Douglas-Osborn, "Is academic buoyancy anything more than adaptive coping?," *Anxiety, Stress Coping*, vol. 25, no. 3, pp. 349–358, 2012, doi: 10.1080/10615806.2011.582459.
- [33] I. Testad, A. Corbett, and D. et al Aarmland, "ORE Open Research Exeter," *J. Clean. Prod.*, pp. 0–48, 2013.
- [34] T. Middleton, A. ahmed Shafi, R. Millican, and S. Templeton, "Developing effective assessment feedback: academic buoyancy and the relational dimensions of feedback," *Teach. High. Educ.*, vol. 0, no. 0, pp. 1–18, 2020, doi: 10.1080/13562517.2020.1777397.
- [35] M. B. Kormanik and T. S. Rocco, "Internal versus external control of reinforcement: A review of the locus of control construct," *Hum. Resour. Dev. Rev.*, vol. 8, no. 4, pp. 463–483, 2009, doi: 10.1177/1534484309342080.
- [36] S. Yun, P. Hiver, and A. H. Al-Hoorie, "Academic Buoyancy," *Stud. Second Lang. Acquis.*, vol. 40, no. 4, pp. 805–830, 2018, doi: 10.1017/S0272263118000037.
- [37] M. Graff, "Self-Efficacy Beliefs and Academic Procrastination," *N. Am. J. Psychol.*, 2019.
- [38] H. Tuaputimain, "Korelasi Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa," *J. Teol. Ber. Hidup*, 2021.
- [39] A. J. Martin and H. W. Marsh, "Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience," *J. Sch. Psychol.*, vol. 46, no. 1, pp. 53–83, 2008, doi: 10.1016/j.jsp.2007.01.002.
- [40] J. W. Creswell, *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Lincoln: Pearson, 2012.

- [41] K. A. Levin, "Study design III: Cross-sectional studies," *Evid. Based. Dent.*, vol. 7, no. 1, pp. 24–25, 2006, doi: 10.1038/sj.ebd.6400375.
- [42] I. Etikan, "Sampling and Sampling Methods," *Biometrics Biostat. Int. J.*, vol. 5, no. 6, pp. 5–7, 2017, doi: 10.15406/bbij.2017.05.00149.
- [43] Gaganpreet Sharma, "Pros and cons of different sampling techniques," *Int. J. Appl. Res.*, vol. 3, no. 7, pp. 749–752, 2017, [Online]. Available: <https://www.allresearchjournal.com/archives/2017/vol3issue7/PartK/3-7-69-542.pdf>
- [44] I. I, A. U. Denich, and A. Ilyas, "Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri," *J. Kaji. Bimbing. Dan Konseling*, vol. 2, no. 3, pp. 107–113, 2017.
- [45] J. McCloskey and S. A. Scielzo, "Finally!: The Development and Validation of the Academic Procrastination Scale," *Manuscr. Submitt. Publ.*, no. March, pp. 1–38, 2015, [Online]. Available: <https://www.researchgate.net/publication/273259879>
- [46] S. V Owen and R. D. Froman, "Development of a College Academic Self-Efficacy," *Natl. Counc. Meas. Educ.*, p. 8, 1988, [Online]. Available: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED453254.pdf> <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED290864.pdf#page=668>
- [47] I. Ifdil, K. Bariyyah, A. K. Dewi, and I. B. Rangka, "The College Academic Self-Efficacy Scale (CASES); An Indonesian Validation to Measure the Self-Efficacy of Students," *J. Kaji. Bimbing. dan Konseling*, vol. 4, no. 4, pp. 115–121, 2019, doi: 10.17977/um001v4i42019p115.
- [48] A. K. S. Soares, G. L. de H. Coelho, L. A. Freires, and P. N. da Fonseca, "Psychometric Properties of the Academic Procrastination Scale (APS) in Brazil," *J. Psychoeduc. Assess.*, vol. 40, no. 5, 2022, doi: <https://doi.org/10.1177/07342829221079948>.
- [49] H. W. Marsh *et al.*, "A New Look at the Big Five Factor Structure Through Exploratory Structural Equation Modeling," *Psychol. Assess.*, vol. 22, no. 3, pp. 471–491, 2010, doi: 10.1037/a0019227.
- [50] J. A. D. Datu and M. Yuen, "Predictors and Consequences of Academic Buoyancy: a Review of Literature with Implications for Educational Psychological Research and Practice," *Contemp. Sch. Psychol.*, vol. 22, no. 3, pp. 207–212, 2018, doi: 10.1007/s40688-018-0185-y.

- [50] J. A. D. Datu and M. Yuen, "Predictors and Consequences of Academic Buoyancy: a Review of Literature with Implications for Educational Psychological Research and Practice," *Contemp. Sch. Psychol.*, vol. 22, no. 3, pp. 207–212, 2018, doi: 10.1007/s40688-018-0185-y.
- [51] M. Rohinsa Sitompul, "Reliabilitas dan Validitas Konstruk Academic Buoyancy di Indonesia," *Humanitas (Monterey. N. L.)*, vol. 5, no. 3, pp. 389–397, 2021.
- [52] N. Pandis, "Multiple linear regression analysis," *Am. J. Orthod. Dentofac. Orthop.*, vol. 149, no. 4, p. 581, 2016, doi: 10.1016/j.ajodo.2016.01.012.
- [53] M. A. Goss-Sampson, *Statistical Analysis in JASP: A Guide for Students*. 2019. [Online]. Available: [https://gala.gre.ac.uk/id/eprint/25585/7/25585_GOSS-SAMPSON_Statistical_Analysis_In_JASP_A_Guide_For_Students_\(Pub\)_2019.pdf](https://gala.gre.ac.uk/id/eprint/25585/7/25585_GOSS-SAMPSON_Statistical_Analysis_In_JASP_A_Guide_For_Students_(Pub)_2019.pdf)
- [54] F. Wu and W. Fan, "Academic procrastination in linking motivation and achievement-related behaviours: a perspective of expectancy-value theory," *Educ. Psychol.*, vol. 37, no. 6, pp. 695–711, 2017, doi: 10.1080/01443410.2016.1202901.
- [55] J. A. D. Datu, C. E. Labarda, and M. G. C. Salanga, "Flourishing is Associated with Achievement Goal Orientations and Academic Delay of Gratification in a Collectivist Context," *J. Happiness Stud.*, vol. 21, no. 4, pp. 1171–1182, 2020, doi: 10.1007/s10902-019-00122-w.
- [56] J. R. Ferrari, "Dysfunctional Procrastination and its Relationship with Self-Esteem," *Pers. Individ. Dif.*, vol. 17, no. 5, pp. 673–679, 1994.
- [57] A. Kurtovic, G. Vrdoljak, and A. Idzanovic, "Predicting procrastination: The role of academic achievement, self-efficacy and perfectionism," *Int. J. Educ. Psychol.*, vol. 8, no. 1, pp. 1–26, 2019, doi: 10.17583/ijep.2019.2993.
- [58] A. Bandura, "Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change," *Adv. Behav. Res. Ther.*, vol. 1, no. 4, pp. 139–161, 1978, doi: 10.1016/0146-6402(78)90002-4.
- [59] A. Bandura, "Social Foundations of Thought and Action," *Englewood Cliffs, NJ*, vol. 1986, no. 23–28, 1986.
- [60] O. S. Ajayi, "Academic Self-Efficacy, Gender and Academic Procrastination," *Epiphany*, vol. 13, no. 1, pp. 75–84, 2020, doi: 10.21533/epiphany.v13i1.324.

- [61] Y. C. U. Hernández, O. F. A. Cueto, N. Shardin-Flores, and C. A. Luy-Montejo, "Academic procrastination, self-esteem and self-efficacy in university students: Comparative study in two peruvian cities," *Int. J. Criminol. Sociol.*, vol. 9, no. December 2020, pp. 2474–2480, 2020, doi: 10.6000/1929-4409.2020.09.300.
- [62] S. Pourabdol, N. Sobhi-Gharamaleki, and M. Abbasi, "A Comparison of Academic Procrastination and Academic Vitality in Students with and without Specific Learning Disorder," *J. Learn. Disabil.*, vol. 4, no. 3, pp. 22–38, 2015.
- [63] P. Rezaei Gazki, A. Delavar, and A. Samavi, "Does Academic Commitment Affect the Learners' Progress through Academic Buoyancy? A Structural Equation Model," *Iran. Evol. Educ. Psychol. J.*, vol. 1, no. 3, pp. 196–203, 2019, doi: 10.29252/ieepj.1.3.196.
- [64] D. W. Putwain, J. Jansen, and D. Wal, "Academic Buoyancy : Overcoming Test Anxiety and Setbacks," pp. 1–16, 2023.
- [65] R. J. Collie, P. Ginns, A. J. Martin, and B. Papworth, "Academic Buoyancy Mediates Academic Anxiety's Effects on Learning Strategies: an Investigation of English- and Chinese-Speaking Australian Students," *Educ. Psychol.*, vol. 37, no. 8, pp. 947–964, 2017, doi: 10.1080/01443410.2017.1291910.
- [66] A. J. Martin and H. W. Marsh, "Academic Resilience and Academic Buoyancy: Multidimensional and Hierarchical Conceptual Framing of Causes, Correlates and Cognate constructs," *Oxford Rev. Educ.*, vol. 35, no. 3, pp. 353–370, 2009.
- [67] R. C. Anderson, P. T. Beach, J. N. Jacovidis, and K. L. Chadwick, "Academic Buoyancy and Resilience for Diverse Students Around the World," *Inflexion*, August, no. August, p. 56, 2020, [Online]. Available: <https://ibo.org/globalassets/publications/ib-research/policy/academic-resilience-policy-paper-en.pdf>
- [68] J. T. Irwin, "College Students' Perceptions regarding High School Influences on Academic Buoyancy." Walden University, 2022.

