



The Role of Self-Efficacy and Academic Buoyancy to Academic Procrastination in Students of Psychology and Education Faculty University Muhammadiyah Sidoarjo.

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

Rolando Jordan Permana Putra^{*,1)}, Ghozali Rusyid Affandi^{*,2)}

¹⁾²⁾ Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email *Corresponding Author*: ghozali@umsida.ac.id , 182030100063@umsida.ac.

Abstract. This research aims to identify the role of self-efficacy and academic buoyancy in academic procrastination among students in the Faculty of Psychology and Education at Muhammadiyah University of Sidoarjo (UMSIDA). The research method employed in this study is a quantitative cross-sectional study. Data were collected through questionnaires using three psychology scales: College Academic Self-Efficacy Scale, Academic Procrastination Scale, and Academic Buoyancy Scale, which were tested on a sample of 30 participants and found to be reliable and valid. The total sample size for this research was 327, and accidental sampling was used as the sampling technique. Multiple linear regression analysis was used to analyze the data. The results of this study indicate that both independent variables have a significant influence on and can predict the dependent variable with an effective contribution of 40.9%. Specifically, self-efficacy contributes 29% and academic buoyancy contributes 11% to academic procrastination among students.

Keywords - *Self Efficacy, Academic Buoyancy, Academic Procrastination, College Student*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi peranan self-efficacy dan academic buoyancy terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu pendidikan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA). Metode penelitian dalam penelitian ini adalah Kuantitatif *cross sectional study* . Data dikumpulkan melalui kuesioner 3 Skala psikologi yaitu *College Academic Self Efficacy Scale, Academic Procrastination Scale, dan Academic Buoyancy Scale* yang telah di coba kepada 30 sampel terkait dengan hasil reliable dan valid. Jumlah sampel dari penelitian ini adalah 327 teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Analisis data menggunakan teknik regresi linear berganda . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dia kedua variabel independen memberikan pengaruh dan dapat memprediksi variabel dependen dengan sumbangsih efektif 40,9%/. Adapun secara individual self efficacy memberikan sumbangsih efektif 29% dan academic buoyancy 11% terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Kata Kunci - *Self Efficacy, Academic Buoyancy, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa*

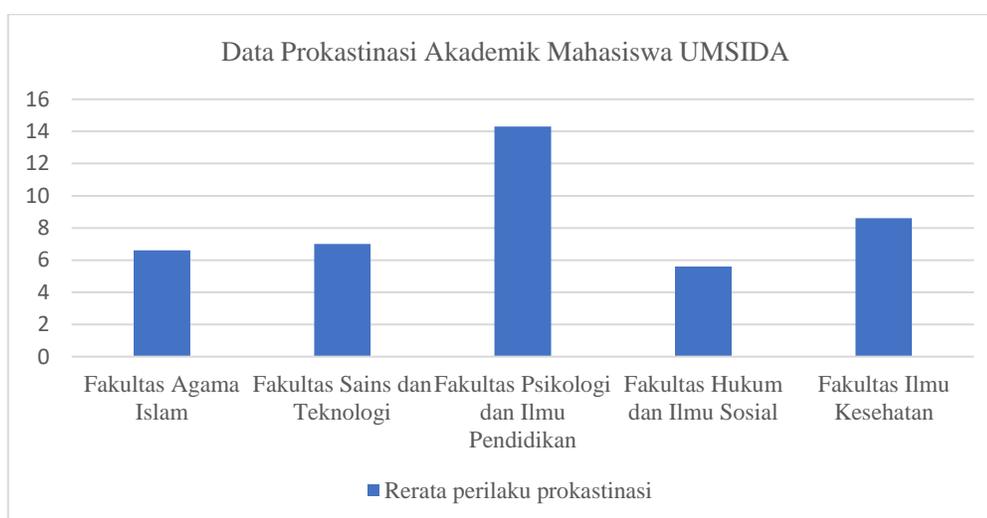
I. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah sebuah entitas yang sangat gemar dalam menunda-nunda pekerjaannya dengan berbagai alasan yang sebenarnya tidak terlalu menjustifikasi perilaku menunda tersebut [1]. Menunda sebuah pekerjaan adalah ibarat kelemahan manusia yang universal, akan sangat sulit untuk berpikir bahwa tidak ada orang yang menunda pekerjaan di kehidupannya kecuali dia berbohong [2]. Perilaku menunda-nunda tersebut pada akhirnya menjadi fenomena yang menjamur yang dilakukan mahasiswa di ranah dunia akademik [3]. Meskipun begitu, Mahasiswa tak sadar bahwa hal tersebut dapat mengganggu kebebasan mereka dalam belajar dan menjalankan tugas mereka dalam belajar [4] sedangkan tantangan dalam kehidupan perkuliahan adalah sebuah hal nyata yang akan mereka hadapi [5]

Penelitian terdahulu mengatakan bahwa sebanyak 50 % mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik [6]. Lebih Lanjut sebanyak 80% hingga 90% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dan dalam tingkat prosentase tersebut, 32 % melakukannya dalam tingkatan yang parah [7]. Mahasiswa Indonesia adalah salah satu dari sekian

banyak kasus prokrastinasi akademik didunia yang terjadi sekarang [8]. Hal ini dibuktikan dengan berbagai penelitian ilmiah di tiap tahun dengan prokrastinasi akademik masih menjadi topik yang selalu dibahas. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sebagai salah satu universitas yang berada di Jawa Timur juga terdampak dari problematika prokrastinasi akademik. Peneliti selanjutnya juga melakukan beberapa survei awal yang dilakukan pada bulan Juni tahun 2021 dengan mengambil masing-masing 5 mahasiswa dari 5 fakultas yang ada di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hasil dari survei awal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan berada pada tingkatan prokrastinasi akademik yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan peneliti lain. Hasil ini juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Effy et al pada tahun 2019 [9] menunjukkan bahwa dari 385 mahasiswa UMSIDA memiliki tingkat rerata prokrastinasi akademik 50,46 dari skala yang bergerak antara 27 hingga 72. Izzati dan Nastiti juga mengatakan hal yang serupa pada penelitian ditahun 2022 [10] dimana sebanyak 75,5 % mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu pendidikan UMSIDA melakukan prokrastinasi akademik dalam tingkat sedang, sedangkan 24,5 % melakukan prokrastinasi akademik dalam tingkat yang tinggi. Hal ini juga diperkuat dengan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada tahun 10 Juni hingga 23 Juni 2021 kepada 5 mahasiswa dari 5 fakultas yang ada di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berikut hasil total survei awal tersebut.

Grafik 1. Hasil Rerata Survei Awal



Berdasarkan grafik tabel tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan berada pada rerata yang paling atas jika dibandingkan dengan fakultas yang lain. Kedua penelitian terkait dan juga hasil survei awal yang dilakukan peneliti dapat menjadi bukti dasar bahwa permasalahan prokrastinasi akademik adalah permasalahan yang masih relevan di dunia Pendidikan khususnya dalam ruang lingkup UMSIDA Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan.

Menunda pekerjaan akademik akan memiliki hubungan negatif dengan performa mahasiswa didalam mata kuliahnya [11]. Prokrastinasi akademik juga akan berpengaruh pada bagaimana cara belajar [4]. Lebih lanjut, prokrastinasi akademik juga dikatakan berhubungan dengan kesehatan mental seseorang [12]. Kesehatan fisik juga akan mengalami penurunan ketika seseorang melakukan kegiatan prokrastinasi akademik diakibatkan stress yang muncul [13]. Permasalahan yang meski telah diteliti sejak tahun 70 an [14] hingga saat ini masih menjadi hal yang relevan dalam dunia akademik sehingga menegaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah permasalahan yang harus diselesaikan baik melalui kajian ataupun tindakan praktikal.

Prokrastinasi akademik ialah kegiatan menunda-nunda pekerjaan dalam konteks akademik dimana orang tersebut sadar bahwa pekerjaan tersebut harus dikerjakan, namun dia memilih untuk menundanya [15]–[17]. Prokrastinasi akademik disebabkan oleh beberapa faktor yang berasal dari dalam diri individu seperti jenis kepribadian yang dimiliki atau kegagalan untuk meregulasi diri [18]. Lebih lanjut faktor external seperti karakteristik tugas yang didapatkan seperti tidak menyenangkan, sulit, atau perintah yang ambigu akan menyebabkan seseorang untuk menunda mengerjakan tugas tersebut [19]. Terlepas dari itu, Prokrastinasi Akademik memiliki hubungan negatif dengan kegiatan akademik begitu pula dengan pencapaian akademik [11]. Penelitian terdahulu prokrastinasi akademik menunjukkan prediktor dari prokrastinasi akademik pada mahasiswa yaitu rendahnya standar personal seseorang

terkait peraih akademik, kepercayaan bahwa hasil muncul dikarenakan usaha personal yang diberikan, dan juga partisipasi dalam pembelajaran karena alasan yang tidak relevan (nilai atau evaluasi dari orang lain) [20].

Orang melakukan prokrastinasi akademik dengan berbagai alasan baik alasan personal, kognitif, emosi, dan juga motivasi [21]. Beberapa penelitian mengatakan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya *task aversiveness*, *fear of failure* [6], dan juga kurangnya usaha yang diberikan kepada tugas yang didapat [20]. Penelitian lain mengatakan bahwa seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena ingin menghindari kritik [22]. Perasaan maladaptif seperti kurang menghargai diri dalam pemikiran dan perasaan, kondisi hidup, *Intolerance* kepada frustrasi, dan hilangnya harapan juga dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik [23]. Kepercayaan diri akan kemampuan [24] dan kecemasan [25] juga menjadi faktor yang mempengaruhi.

Penelitian ini akan mengukur seberapa besar prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh *self efficacy* dan *academic buoyancy*. *Self efficacy* berhubungan dengan kepercayaan seseorang akan kemampuannya untuk menjalani suatu tugas [26]. *Academic buoyancy* di lain pihak yaitu bagaimana seseorang menghadapi tantangan dalam kehidupan pendidikannya seperti emosi negatif (misalkan cemas dan tidak percaya diri) ataupun berhubungan dengan hasil akademik seperti hasil ujian yang tidak memuaskan [27]. Tingkatan yang rendah pada kedua atribut psikologis tersebut akan menyebabkan faktor psikologis seperti keengganan untuk mengerjakan tugas dan takut untuk gagal yang nantinya akan menyebabkan seseorang untuk berprokrastinasi.

Self efficacy adalah kepercayaan seseorang tentang seberapa baik dirinya dalam melakukan sesuatu [26]. Teori mengenai *self efficacy* menjelaskan bahwa *self efficacy* akan sangat mempengaruhi keputusan seseorang dalam mengerjakan tugasnya termasuk usaha yang diberikan untuk menyelesaikan tugas tersebut [28]. *Self efficacy* juga menjadi prediktor yang kuat pada performa kerja seseorang di berbagai bidang [29]. Kedua pernyataan tersebut berhubungan dengan aspek prokrastinasi akademik sehingga membuat seseorang untuk menunda pekerjaan yang sedang dia lakukan [30]. Seseorang dapat mengetahui dirinya baik dalam melakukan sesuatu berdasarkan informasi terkait performa aktual yang dia berikan, *vicarious experience*, persuasi yang didapatkan dari orang lain, dan reaksi fisiologis [31].

Academic buoyancy merujuk pada respon positif, konstruktif, dan adaptif kepada tantangan dan kegagalan yang dialami secara umum dihadapi dalam setting akademik [32]. *Academic buoyancy* diasosiasikan dengan tingkat motivasi dan emosi seseorang sekaligus juga dengan pencapaian akademik [33]. Penelitian terdahulu telah menemukan bahwa *academic buoyancy* diindikasikan oleh 5 faktor, diantaranya adalah *internal locus of control*, memahami nilai yang didapatkan, berpikir maju, fokus pada pengembangan, dan juga berorientasi kepada tindakan [34]. *Locus of control* adalah salah satu poin yang dapat menghubungkan *academic buoyancy* dengan prokrastinasi akademik, *locus of control* dikatakan sebagai sebuah predisposisi kepercayaan terkait hasil akhir yang didapat, yang terbagi menjadi eksternal dan juga internal diri seseorang [35]. Kepercayaan tersebut yang dapat dikaitkan dengan salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik dimana *academic buoyancy* berkaitan dengan tantangan yang dihadapi seseorang dalam kesehariannya [36] dalam menjalani kegiatan akademik dan menunda pekerjaan adalah salah satu bentuk keseharian seseorang pelajar.

Beberapa penelitian terdahulu menjelaskan keterkaitan antar 3 variabel yang diangkat oleh peneliti secara terpisah. Penelitian yang dilakukan Graff membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang kuat antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik [37]. Dunia kampus Indonesia sendiri juga menunjukkan hal yang serupa yaitu dengan tingkat korelasi negatif yang tinggi antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa ambon [38]. *Academic buoyancy* dilain pihak adalah sebuah topik baru dalam dunia psikologi positif dengan sumber referensi paling awal dapat ditemukan pada tahun 2008 [39]. Lebih lanjut penelitian terkait *academic buoyancy* masih jarang ditemukan di Indonesia terlebih lagi jika dikaitkan dengan Prokrastinasi akademik. Penelitian ini mencari hubungan dan besaran prediksi dari variabel prokrastinasi akademik dengan *self efficacy* dan *academic buoyancy* secara terpisah sekaligus secara bersamaan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan hubungan dan kontribusi yang diberikan oleh *self efficacy* dan *academic buoyancy* terhadap prokrastinasi akademik.

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

II. METODE

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian Kuantitatif. Cresswell menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif adalah proses mengumpulkan, menganalisa, mengintrepretasikan, dan menuliskan hasil dari sebuah penelitian [40]. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional study* yaitu bentuk penelitian yang dilakukan untuk menemukan hubungan antara hasil (variabel y) dan faktor resiko (variabel x) yang terbatas karena hanya terjadi di satu waktu tertentu [41]

B. Populasi dan Sampel

Penelitian ini menggunakan Populasi mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan dengan alasan keberadaan masalah yang masih relevan. Jumlah populasi terhitung 2216 mahasiswa berdasarkan data mahasiswa Fakultas FPIP yang tersedia di Direktorat Akademik pada semester ganjil tahun ajaran 2022-2023

Tabel.1 Populasi Penelitian

Program Studi	Jumlah Mahasiswa
Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan	2216

Sampel ditentukan dengan menggunakan bantuan tabel Krejcie dan Morgan. Sampel yang telah ditentukan berdasarkan tabel tersebut adalah 327 Mahasiswa.

Teknik sampling yang digunakan adalah *Non Probability sampling* dimana proses pengambilan sampling dilakukan secara acak [42] dan lebih lanjut menggunakan metode *Accidental sampling* dimana semua anggota populasi dapat menjadi sample tanpa adanya batasan tertentu[43].

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala ukur psikologi. Peneliti mengadaptasi dalam Bahasa Indonesia beberapa skala ukur yang telah teruji valid dan reliabel dalam penelitian serupa sebelumnya. Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini diantaranya adalah *College Academic Self Efficacy Scale* (CASES) yang disusun oleh Owen dan Froman pada tahun 1988 [44], lalu *Academic Procrastination Scale* (APS) yang disusun oleh Mc Closkey dan Scielzo [45] pada tahun 2015, dan terakhir skala *Academic Buoyancy Scale* yang disusun oleh Martin dan Marsh pada tahun 2008 [39].

a) *College Academic Self Efficacy Scale* (CASES)

Skala ini disusun berdasarkan teori yang diwakilkan oleh teori self efficacy oleh Bandura dan terdiri atas 33 item[44]. Reliabilitas dan validitas alat ukur ini telah diukur pada penelitian terdahulu dengan skor validitas yang baik pada skala dengan seluruh aitem berada diatas kriteria validitas 0,3 sedangkan skor realibitas yang didapatkan juga baik dengan skor 0,931 [46]. Peneliti juga melakukan uji reabilitas dengan 30 sampel responden, hasilnya menunjukkan bahwa beberapa item nomer 12,14,15,16,19,27,30, dan 33 memiliki nilai *item rest-correlation yang rendah* yaitu kurang dari 0,30. Setelah seluruh item tersebut di hilangkan maka skor reabilitas dari skala ini adalah 0,896. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala CASES yang telah hilangkan itemnya.

b) *Academic Procrastination Scale* (APS)

Skala ini bersifat unidimensional yang diwakilkan oleh 25 item dengan menggunakan skala likert yang bergerak dari angka 1 hingga 5. Penelitian yang menguji kebenaran psikometri ini membuktikan bahwa skala ini memiliki tingkat realibilitas yang baik jika relative kepada Tuckman Procrastination Scale (TPS) dengan skor $\omega = .91$; $CR = .93$. Selanjutnya berdasarkan analisis yang telah dilakukan, alat ukur ini terbukti valid secara unidimensional melalui test Explanatory Factor Analysis (EFA) dan Confirmatory Factor Analysis (CFA)[47]. Peneliti juga melakukan uji reabilitas dengan 30 sampel responden, hasilnya menunjukkan bahwa beberapa item nomer 1,5,8,,12,14 dan 25 memiliki nilai *item rest-correlation yang rendah* yaitu kurang dari 0,30. Setelah seluruh item tersebut di hilangkan maka skor reabilitas dari skala ini adalah 0,924. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala APS yang telah hilangkan itemnya.

c) *Academic Buoyancy Scale* (ABS)

Skala ini bersifat unidimensional yang diwakilkan oleh 4 item pertanyaan. Skala ini memiliki tingkat reliabilitas 0,83 berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Datu dan yang. Skala ini juga memiliki validitas yang baik berdasarkan kriteria yang telah ditentukan oleh Marsh [48] yaitu $\chi^2 = 15.64$; $df = 2$; $GFI = .982$; $CFI = .978$; $IFI = .978$; 90%. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa proses adaptasi dari populasi dan kultur barat tidak mengganggu validitas dari skala ini pada sampel penelitian yang bertempat di Filipina [49]. Lebih lanjut, pengukuran psikometrik pada alat ukur ini yang dilakukan oleh Rohinsa[50] juga menunjukkan hasil

reabilitas dan juga validitas yang baik dengan skor validitas SLF > 0,5 dan skor reabilitas CR >0,7 dan VE > 0,5 sehingga skala ini dapat dikatakan valid dan reliabel.

D. Prosedur Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa prosedur yang harus dilalui agar sesuai dengan aturan pengadaaan penelitian yang berlaku. Prosedur dari penelitian ini diantaranya adalah:

1. Mengumpulkan dan melakukan review literatur sekaligus menentukan populasi dan sampel penelitian.
2. Menyusun latar belakang penelitian.
3. Mengumpulkan data dengan menyebarkan skala ukur ke sampel penelitian.
4. Mengolah data yang telah dikumpulkan
5. Menganalisis data yang telah dikumpulkan
6. Menarik kesimpulan dari hasil analisis yang telah dilakukan.

E. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan alat bantu perangkat lunak *Jeffeys's Amazing Statistics Program* atau JASP yang berada dalam versi 0.16.1. Jenis Analisa yang digunakan adalah analisa multiple linear regression dimana didalam sebuah model perhitungan dapat ditambahkan lebih dari satu prediktor untun menentukan prediktor mana yang lebih baik [51]. Hasil Intepretasi analisa data dari penelitian ini mengacu pada manual dari program JASP[52].

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

A. Uji Asumsi

Uji Asumsi yang dilakukan kepada data yang telah ditabulasikan menunjukkan beberapa hasil yang disajikan pada tabel 2. Hasil uji normalitas dari uji asumsi menunjukkan bahwa data yang telah dikumpulkan terdistribusi dengan normal (self effycacy=0.962, academic buoyancy=0.947,prokrastinasi akademik=0,970) dengan nilai yang signifikan (<0.001) sehingga dapat dikatakan bahwa Uji normalitas dari data telah terpenuhi. Lebih lanjut untuk nilai Uji Linearitas didapatkan masing masing skor 0.000 dimana skor tersebut lebih kecil dari 0.05 (sig<0.05). Hasil ini menunjukkan bahwa data ini telah sejalan dengan garis linear sehingga dapat dikatakan Uji Linearitas dari data ini telah terpenuhi. Uji Asumsi yang selanjutnya adalah Uji Multikolinieritas dimana pada masing-masing data didapatkan skor 1.003. Hasil ini mennandakan bahwa data ini tidak melanggar atau telah memenuhi syarat uji Multikolinearitas dimana nilai skor VIF tidak melebihi 10 (VIF<10). Karena seluruh uji normalitas telah terpenuhi maka selanjutnya dapat dilakukan uji Hipotesa.

Tabel 2. Uji Asumsi

Nama Uji	Variabel	Skor Statistik	Signifikansi	Keterangan
Uji Normalitas	Self Effycacy	0.962	>0.05	Terpenuhi
	Academic Buoyancy	0.947	>0.05	Terpenuhi
	Prokrastinasi Akademik	0.970	>0.05	Terpenuhi
Uji Linearitas	Self Effycacy*Prokrastinasi Akademik	0.051	>0.05	Terpenuhi
	Academic Buoyancy*Prokrastinasi Akademik	0.052	>0.05	Terpenuhi
Uji Multikolinearitas	Self Effycacy*Prokrastinasi Akademik	1.003	<10	Terpenuhi
	Academic Buoyancy*Prokrastinasi Akademik	1.003	<10	Terpenuhi

B. Uji Hipotesa

Hipotesa Mayor

Hipotesa dari penelitian ini adalah *self effycacy* bersama dengan *academic buoyancy* dapat memprediksi tingkat Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berikut adalah hasil analisis regresi linear berganda yang telah dilakukan:

Tabel 3. Uji Korelasi

			Pearson's r	P
Prokrastinasi Akademik	-	Self Effycacy	-0.535	< .001
Prokrastinasi Akademik	-	Academic 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 kademik 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 ($p < .001$).

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.

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.

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 Effycacy

X₂=Nilai Academic Buoyancy

Nilai C 10.02 menunjukkan bahwa ada hubungan searah antara variabel dependen dan variabel indepeden sehingga dapat dibuat pernyataan bahwa jika seseorang memiliki tingkatan *self effycacy* sebesar dan *academic buoyancy* sebesar 0. Maka prediksi nilai prokrastinasi akademik dari orang tersebut adalah 10.02. Selanjutnya

Copyright © Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY).

The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms

didapatkan Nilai X1 sebesar -1.164 hal ini menunjukkan bahwa ada arah hubungan negatif antara *self effycacy* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menandakan ketika seseorang misalnya mendapatkan nilai *self effycacy* 1 dengan asumsi nilai dari *academic buoyancy* orang tersebut adalah 0 maka prediksi dari hasil prokrastinasi akademik orang tersebut adalah sebesar 8.863). Lalu didapatkan Nilai X2 Sebesar -.396 yang menunjukkan ada arah hubungan negatif antara *academic buoyancy* dan *prokrastinasi akademik*. Pernyataan ini dapat dimisalkan ketika seseorang memiliki nilai *academic buoyancy* sebesar 1 dengan asumsi bahwa nilai *self effycacy* dari orang tersebut adalah 0, maka prediksi nilai prokrastinasi akademik tersebut adalah 9.631.

Hipotesa Minor

Hipotesa minor dari penelitian ini adalah variabel dependen dapat memprediksi nilai prokrastinasi akademik secara terpisah . Untuk membuktikan hal tersebut kita dapat melihat tabel 6

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 Effycacy	-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

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:

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

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

Bedasarkan rumus tersebut maka dapat disimpulkan bahwa *self effycacy* dapat memberikan prediksi sebesar 29 persen sedangkan *Academic Buoyancy* 11 persen dengan nilai yang signifikan yang dapat dilihat di tabel 1 ($p < .001$). Hasil skor ini menunjukkan bahwa *self effycacy* memberikan pengaruh yang lebih besar sebanyak 18% dibandingkan *academic buoyancy*. Pernyataan tersebut menandakan bahwa hipotesa minor yang mengatakan variabel dependen secara masing masing dapat mempengaruhi variabel independent telah terpenuhi benar.

PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas peranan yang diberikan oleh *self effycacy* dan *academic buoyancy* kepada prokrastinasi akademik dari mahasiswa fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hasil dari uji coba yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kedua variabel independen tersebut secara bersama sama maupun individual dapat mempengaruhi dan memprediksi variabel dependen prokrastinasi akademik.

Banyak referensi yang juga mengatakan hal serupa. Penelitian yang dilakukan oleh Wu dan Fan [53] menunjukkan bahwa tingkat *self effycacy* spesifiknya akademik akan mempengaruhi tingkatan dari *academic delay* yang merupakan kemampuan seseorang untuk mengesampingkan hal-hal lain dan lebih memprioritaskan kepentingan

akademiknya[54]. *Academic delay* inilah yang selanjutnya akan menyebabkan seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik. Malkoc dan Aynur juga menjelaskan dalam penelitiannya bahwa *self effycacy* adalah kunci utama seseorang dalam meraih kesuksesan akademik karena variabel ini akan mempengaruhi seseorang dalam membuat keputusan akademiknya [15]. Penundaan keputusan khususnya adalah salah satu bentuk prokrastinasi kronis berbentuk kognitif yang selanjutnya akan menyebabkan seseorang merasakan perasaan tidak nyaman dan cemas[55]

Lebih lanjut, jika dilihat dari faktor kognitif, maka prokrastinasi akademik dapat dijelaskan dengan *self effycacy* sebagai salah satu prediktor karena *self effycacy* dapat memprediksi kebiasaan yang akan dilakukan seseorang dalam jangka panjang[56]. Lebih lanjut siswa yang percaya kepada kemampuannya dikatakan sebagai mereka yang dapat mengatur dan melaksanakan aktivitas yang didasarkan pada tujuan untuk mencapai target belajar akademiknya[5]. Orang yang memiliki *self effycacy* yang rendah akan meragukan kemampuannya yang selanjutnya akan menurunkan usaha yang dilakukan orang tersebut dalam melakukan sesuatu[57]. Depresi akan menjadi kemungkinan yang dialami oleh seseorang yang memiliki *self effycacy* yang rendah yang selanjutnya akan mengarah pada kebiasaan buruk salah satunya adalah kegiatan menunda-nunda pekerjaan[58]. Kedua pernyataan dapat menjadi dasar bahwa *self effycacy* berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik.

Self effycacy juga akan mempengaruhi bagaimana pelajar mengerjakan pekerjaan akademik yang dia lakukan, mereka yang memiliki tingkat *self effycacy* tinggi akan cenderung membayangkan kesuksesan dalam pekerjaannya sedangkan mereka dengan tingkatan *self effycacy* yang rendah akan cenderung membayangkan kegagalan dan akan terus memiliki pola pikir yang buruk tentang dirinya[59]. *Self effycacy* yang tinggi juga akan berpengaruh pada perasaan stress karena pola pikir dan reaksi emosional yang baik yang selanjutnya akan berpengaruh pada performa akademik sehingga kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik adalah minim[60].

Academic Buoyancy dilain pihak dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik baik bersama dengan *self effycacy* ataupun individual. Beberapa penelitian juga mendukung hal ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Pourabdol et al [61] yang mengatakan bahwa tingkat *academic buoyancy* yang rendah berkorelasi dengan kegagalan akademik termasuk prokrastinasi akademik. Penelitian terdahulu juga mengatakan bahwa *academic buoyancy* berkorelasi secara positif dengan proses belajar dan juga performa akademik dari seorang mahasiswa [62]. *Academic buoyancy* juga dapat menurunkan kecemasan seseorang ketika menghadapi sebuah kegagalan atau kemunduran dalam studinya karena mereka dengan tingkat *academic buoyancy* yang tinggi akan dapat mengarahkan diri mereka agar tidak terlalu larut dalam kegagalan tersebut[63]. Mahasiswa yang cenderung sering mengalami kegagalan dan memiliki *academic buoyancy* yang rendah akan merasa malas untuk melanjutkan pekerjaan akademik secara berkelanjutan karena memang telah merasa bahwa dirinya tidak mampu untuk melakukan hal tersebut.

Academic Buoyancy juga akan memberikan pengaruh positif kepada seseorang diantaranya adalah perencanaan dan juga persistensi dan sekaligus berkorelasi negatif dengan perasaan negatif seperti stress dan kecemasan akademik[63]. Lebih lanjut *Academic Buoyancy* juga berpengaruh kepada kemampuan kognitif akademik seperti ingatan, elaborasi, membuat tujuan personal, dan juga bekerja sama dengan rekan sejawat yang lain[64]. *Academic Buoyancy* juga akan mendorong seseorang untuk menciptakan atmosfer positif dalam situasi belajarnya yang akan mendorong pemikiran bahwa dia akan berhasil untuk mengerjakan tugas akademik tersebut dan mendorong aktivitas yang *task oriented*[65]. Pernyataan pernyataan tersebut tentunya berhubungan dengan atribut positif yang ada di dalam diri mahasiswa yang tentunya akan menghindarkan dirinya dari perbuatan prokrastinasi akademik.

Martin dan Marsh juga menekankan bahwa *academic buoyancy* membutuhkan kontrol diri, manajemen tekanan dan juga stress, dan kepercayaan diri untuk menjalankan tugas sebagai seorang pelajar[66]. Seseorang yang memiliki manajemen emosi yang baik akan menghindarkan dirinya dari perilaku prokrastinasi karena salah satu penyebab dari prokrastinasi akademik adalah emosi negatif. Perguruan Tinggi dan juga praktisi Pendidikan seperti dosen dapat membantu meningkatkan *academic buoyancy* mahasiswa dengan menerapkan intervensi, support, asesmen, dan juga model belajar *self directed*[67].

Dari penjabaran tersebut maka dapat ditarik garis besar dimana seluruh faktor yang berhubungan dengan *self effycacy* dan *academic buoyancy* akan berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki tingkatan *self effycacy* dan *academic buoyancy* yang tinggi akan memiliki kecenderungan tidak menunda-nunda pekerjaan akademiknya. Sebaliknya orang-orang yang dengan tingkatan rendah pada kedua variabel tersebut akan memiliki tingkatan prokrastinasi akademik yang tinggi.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya adalah penggunaan survei dalam pengumpulan data yang dapat menimbulkan efek bias survei yang tidak menutup kemungkinan memengaruhi penelitian. Penelitian ini juga hanya mengangkat 2 variabel independent yang bersama-sama memiliki nilai kontribusi efektif 40,9 persen sehingga masih sangat banyak atribut psikologis yang lain yang mungkin dapat diangkat menjadi permasalahan

sebagai pemahaman sekaligus solusi untuk memecahkan permasalahan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa.

VII. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik setelah dilakukan pengumpulan dan juga analisis data adalah *self effycacy* dan *academic buoyancy* sebagai variabel independent dapat memberikan prediksi pada prokrastinasi akademik sebagai variabel dependen. Kedua variabel tersebut secara simultan memberikan sumbangan efektif sebesar 40,9 %. Adapun *self effycacy* dan *academic buoyancy* juga dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik secara individual. *Self effycacy* memberikan sumbangan efektif sebesar 29 % sedangkan *academic buoyancy* memberikan 11%

Penerapan praktis yang dapat dilakukan sebagai tingkat lanjut bagi pihak pihak terkait adalah dengan meningkatkan tingkat *self effycacy* dan juga *academic buoyancy* dari mahasiswa Umsida. Hal ini dapat dicapai dengan misalnya melakukan asesmen awal ketika mahasiswa tersebut memasuki kampus, sehingga dapat dilakukan prognosis apakah mahasiswa tersebut akan memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik atau tidak. Selanjutnya ketika data telah terkumpul maka akan dilakukan beberapa penanganan tertentu kepada mahasiswa kecenderungan berprokrastinasi dan sekaligus berusaha untuk meningkatkan tingkat *self effycacy* dan *academic buoyancy* dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang disukai oleh mahasiswa tersebut. Akhirnya ketika semakin tingkat prokrastinasi akademik dari mahasiswa maka tentunya akan menguntungkan universitas karena nantinya akan meningkatkan produktivitas dari mahasiswa tersebut , yang tentunya berkaitan dengan kualitas keseluruhan dari universitas dan perguruan tinggi lainnya.

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan kontribusi terkait pemahaman dari topik topik terkait. Kepada siapapun peneliti di masa mendatang yang ingin mengangkat dan melakukan penelitian terkait atau serupa dengan topik penelitian ini dapat menggunakan penelitian ini sebagai acuan. Harapannya peneliti lain di masa mendatang dapat mengembangkan topik-topik yang anda penelitian ini dengan lebih kompleks sehingga dapat memberikan pemahaman kepada prokrastinasi akademik secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya sebagai peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga yang telah menjadi salah satu alasan utama saya untuk segera menyelesaikan artikel ini.. Kepada para responden ,pihak pihak terkait, dan juga kepada teman-teman seperjuangan yang selalu mendorong saya agar bersegera untuk mengerjakan artikel ini, dan seseorang yang dengan seenaknya setia mengisi isi ruang pikiran di kepala, Saya mengucapkan terima kasih.

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%0AAAnalisis>
- [9] E. W. Maryam, G. R. Affandi, and V. Rezanita, “Sense Of Community Dan Self-Regulated Learning Sebagai Prediktor Pada Prokrastinasi Akademik Mahasisw 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.
- [21] M. M. L. Rebetez, 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. . Shapi ai, 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.
- [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 Aarsland, "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] A. S. Acharya, A. Prakash, P. Saxena, and A. Nigam, "Sampling: Why and How of It," *Indian J. Med. Spec.*, vol. 4, no. 2, pp. 330–333, 2013.
- [43] I. Etikan and K. Bala, "Sampling and Sampling Methods," *Biometrics Biostat. Int. J.*, vol. 5, no. 6, pp. 5–7, 2017, doi: 10.15406/bbij.2017.05.00149.
- [44] 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>
- [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] 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.
- [47] 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>.
- [48] 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.
- [49] 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] M. Rohinsa Sitompul, "Reliabilitas dan Validitas Konstruksi Academic Buoyancy di Indonesia," *Humanitas (Monterey. N. L.)*, vol. 5, no. 3, pp. 389–397, 2021.
- [51] 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.
- [52] 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)
- [53] 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.
- [54] 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.
- [55] J. R. Ferrari, "Dysfunctional Procrastination and its Relationship with Self-Esteem," *Pers. Individ. Dif.*, vol. 17, no. 5, pp. 673–679, 1994.
- [56] 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.
- [57] 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.

- [58] A. Bandura, "Social Foundations of Thought and Action," *Englewood Cliffs, NJ*, vol. 1986, no. 23–28, 1986.
- [59] 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.
- [60] 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.
- [61] 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.
- [62] 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.
- [63] D. W. Putwain, J. Jansen, and D. Wal, "Academic Buoyancy : Overcoming Test Anxiety and Setbacks," pp. 1–16, 2023.
- [64] R. J. Collie, P. Ginns, A. J. Martin, and B. Papworth, "Academic Buoyancy Mediates Ac[1] 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.
- [65] 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.
- [66] 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>
- [67] J. T. Irwin, "College Students' Perceptions regarding High School Influences on Academic Buoyancy." Walden University, 2022.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial