

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, I. N. (2025). *Hubungan antara tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran*. Other thesis, Universitas Jambi.
- Aisyah Novia. (2024, 11 Juli). Ranking Kota-kota Terbaik untuk Pelajar Versi QS Best Student Cities 2023-2025. *detik.com*.
<https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-7434147/ranking-kota-kota-terbaik-untuk-pelajar-versi-qs-best-student-cities-2023-2025>
- Al Ghifary, U. M., Pratikto, H., & Suhadianto (2022). Peran Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 75–86
- Aninditya, Gabriela Devi (2019). *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Ditinjau Dari Self-Regulated Learning Dan Jenis Kelamin*. Other thesis, Unika Soegijapranata Semarang.
- Ardina, P. R. A., & Wulan, D. K. (2016). Pengaruh regulasi diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada siswa SMA. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 30(2), 67-76.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Azzahra, N. A. (2021). *Analisis Hubungan Beban Kerja Mental Mahasiswa Terhadap Prestasi Belajar Dengan Stres Akademik Sebagai Variabel Mediasi* (Doctoral dissertation, Institut Teknologi Sepuluh Nopember).
- Azwar, S. (2011). Reliabilitas dan Validitas: Cetakan Pertama. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi, Edisi 2. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- 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)/Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 5(1).

- Bentara Campus. (2024, 10 Januari). *Diploma atau sarjana? Perbedaan D3, D4, dan S1 dalam pendidikan tinggi*. Bentara Campus. Diakses dari <https://bentaracampus.ac.id/diploma-atau-sarjana-perbedaan-d3-d4-dan-s1-dalam-pendidikan-tinggi/>
- Brahma, B., & Saikia, P. (2023). Influence of Self-Regulated Learning on the academic procrastination of college students. *Journal of education* https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1106_22
- Burka, J. B & Yuen, L. M. (2008). Procrastination. Cambridge: Da Capo Press
- Cahyono, T. (2020). Dampak Negatif Academic Procrastination terhadap Rendahnya Tingkat Kelulusan Mahasiswa Universitas Borneo Tarakan. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 3(2), 135-144.
- Chotimah, C., & Nurmufida, L. (2020). Pengaruh Self-Regulated Learning dan pola asuh orang tua terhadap Prokrastinasi Akademik mahasiswa. *Jurnal MPI*, 5(1), 55–65. <https://doi.org/10.18860/jmpi.v5i1.7850>
- Darmawan, G. P. N. (2017). Pengaruh *Self-Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi. *E-journal Jurusan Pendidikan Ekonomi*. 10(2).
- Degeng, I. N. (2001). Kumpulan Bahan Pembelajaran, Menuju Pribadi Unggul Lewat Perbaikan Kualitas Pembelajaran di Perguruan Tinggi. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Dinata, P. A. C., Rahzianta, R., & Zainuddin, M. (2016). Self regulated learning sebagai strategi membangun kemandirian peserta didik dalam menjawab tantangan abad 21. In *Seminar Nasional Pendidikan Sains VI 2016*. Sebelas Maret University.
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi stress akademik mahasiswa tingkat akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52-59.
- Efklides, A. (2011). Interactions of metacognition with motivation and affect in Self-Regulated Learning: The MASRL model. *Educational psychologist*, 46(1), 6-25.
- Fauziah, H. H. (2015). Fakor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psypathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.
- Fauzy, A. (2019). Metode Sampling (BMP). Banten: Universitas Terbuka.

- Ferrari, J. R., Johnson., & W. G. McCown. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. New York: Plenum Press
- Ferrari, J. R., & Scher, S. J. (2000). Toward an understanding of academic and nonacademic tasks procrastinated by students: The use of daily logs. *Psychology in the Schools*, 37(4), 359-366.
- Ferrari, J. R. (2001). Procrastination as self- regulation failure of performance: effects of cognitive load, self- awareness, and time limits on 'working best under pressure'. *European journal of Personality*, 15(5), 391-406.
- Ferrari, J.R. (2010). Still Procrastinating: The No Regrets Guide to Getting It Done. New York: Turner Publishing Company.
- Fischer, I., & Luiz, J. M. (2024). Exploring gender differences in Gen Z students' attribution of obstacles influencing their academic and professional success. *The International Journal of Management Education*, 22(2), 100989.
- Ghufron, M. N. (2003). *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap Penerapan disiplin orangtua dengan Prokrastinasi Akademik* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
- Guo, W. (2024). Gender differences in teacher feedback and students' self-regulated learning. *Educational Studies*, 50(3), 341-361. [DOI: 10.1080/03055698.2021.1943648](https://doi.org/10.1080/03055698.2021.1943648)
- Handayani, N. (2022). Pengaruh Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta. *Acta Psychologia*, 4(1), 80-87.
- Icenogle, G., Steinberg, L., Duell, N., Chein, J., Chang, L., Chaudhary, N., ... & Bacchini, D. (2019). Adolescents' cognitive capacity reaches adult levels prior to their psychosocial maturity: Evidence for a "maturity gap" in a multinational, cross-sectional sample. *Law and human behavior*, 43(1), 69.
- Imani, P. K. & Rozi, F. (2024). *Pengaruh Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik terhadap Kecemasan Akademik pada Mahasiswa*. *Jurnal Diversita*, 10(2), 231–239.

- Kadi, A. P. U. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri dan Self-Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1).
- Karakaya Özyer, K. & Altınsoy, F. (2023). Academic procrastination of university students: The role of problematic internet use, self-regulated online learning, and academic self-efficacy. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 11(1), 77-93. <http://dx.doi.org/10.52380/mojet.2023.11.1.459>
- Klingsieck, K. B., Grund, A., Schmid, S., & Fries, S. (2013). Why students procrastinate: A qualitative approach. *Journal of College Student Development*, 54(4), 397–412. [doi:10.1353/csd.2013.0060](https://doi.org/10.1353/csd.2013.0060)
- Larson, C. C. (1992). *The effects of a cognitive-behavioral education program on academic procrastination*. The Johns Hopkins University.
- Lestianti, G., Sawiji, H., & Winarno. (2023). Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa pendidikan administrasi perkantoran fkip uns. *Jurnal Informasi dan Komunikasi Administrasi Perkantoran*, 7(4), 306-315. <https://dx.doi.org/10.20961/jikap.v7i4.64398>
- Manurung, W.T. (2022). Pengaruh Self-Regulated Learning Dan Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Unimed. Undergraduate thesis, Universitas Negeri Medan.
- Masrifah, M., & Hendriani, W. (2022). Resiliensi Akademik Ditinjau dari Strategi Self-Regulated Learning (SLR) pada Mahasiswa Pascasarjana Multidisiplin. *Jurnal Psikologi Terapan*, 5(2), 95-105.
- Nadhifah, F. (2021). Hubungan religiusitas dan resiliensi akademik pada mahasiswa dalam perspektif psikologi Islam. *Al-Qalb Journal of Islamic Psychology*, 12(1), 51–60.
- Nisa, F. Z., & Laili, N. (2024). Self Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik Perspektif Mahasiswa Psikologi. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 10-10.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* (11th ed.). McGrawHill.
- Park, S. W., & Sperling, R. A. (2012). Academic procrastinators and their self-regulation. *Psychology*, 3(01), 12.

- Patria, T. A. (2014, 7 Juli). *Alternatif pengembangan Bandung sebagai tourist city*. *Hotel-Management, BINUS University*. <https://hotel-management.binus.ac.id/2014/07/07/alternatif-pengembangan-bandung-sebagai-tourist-city/>
- Piaget, J. (1972). Development and learning. *Reading in child behavior and development*, 38-46.
- Pratitis, N. T., Suroso, S., Cahyanti, R. O., & Sa'idah, F. L. S. (2021). Self-Regulated Learning dan dukungan sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa di masa pandemi. *Keluwih Journal of Social and Humanities*, 2(1), 1-7. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.3953>
- Putera Sampoerna Foundation. (2024, 27 April). *Mengenal tingkat & jenjang pendidikan di Indonesia*. Diakses dari Putera Sampoerna Foundation website: <https://www.sampoernafoundation.org/id/media/news/tingkat-jenjang-pendidikan-indonesia>
- Rahayudin, F. (2020). *Dampak Prokrastinasi Akademik pada keterlambatan kelulusan mahasiswa Jurusan Pendidikan IPS di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Ramadhan, A., Lubis, H., & Ramadhani, A. (2022). Studi Komparasi Regulasi Belajar Antara Mahasiswa Yang Berkuliah Di Luar Negeri Dengan Mahasiswa Yang Berkuliah Di Dalam Negeri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 721-731.
- Rasanty, N. A., & Qudsyi, H. (2023). Self-regulated Learning and Academic Procrastination in College Students During Online Learning. In *1st International Conference on Psychology and Health Issues (ICOPHI 2022)* (pp. 82-89). Atlantis Press.
- Rizkyani, A. M., Feronika, T., & Saridewi, N. (2020). Hubungan antara self regulated learning dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa pendidikan kimia di masa pandemi covid-19. *Edusains*, 12(2), 252-258.
- Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Saifudin, M., Adawiyah, S. R., & Mukhaira, I. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi S1 keperawatan non reguler. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 199-204.
- Salsa Rizqi. (2025). *Tempat wisata di Bandung yang lagi hits 2025*. Salsa Wisata. Diakses dari <https://salsawisata.com/tempat-wisata-bandung/>
- Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 55
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2005). *Cognitive developmental approaches*.
- Saputra, W. N. E., Alhadi, S., Supriyanto, A., Wiretna, C. D., & Baqiyatussolihat, B. (2024). Perbedaan self-regulated learning siswa sekolah menengah kejuruan berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(3), 15.
- Schunk, D. H. (2005). Self-Regulated Learning: The educational legacy of Paul R. Pintrich. *Educational psychologist*, 40(2), 85-94.
- Setiawan, B. (2022). Pengembangan Self-Regulation Scale Mahasiswa berdasarkan Zimmerman Self-Regulation Model. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 215-228.
- Setiyono, G. A., Paramita, R., & Hartini, N. (2023). Psychoeducation of Academic Procrastination in Undergraduate Students Psikoedukasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Sarjana. *Jurnal Psikologi*, 12(4), 468-475.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Procrastination Assessment Scale-Students (PASS)1. In J. Fischer & K. Corcoran (Eds.), *Measures for clinical practice* (pp. 446-452). New York: The Free Press.
- Sugiyono, & Susanto, A. (2015). *Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2010). *Metode Peneliian. Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*.

- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*
- Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2019). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204-223.
- Surijah, E. A., & Tjundjing, S. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima, Indonesian Psychological Journal* 22, 352-374.
- Sutedja, F. C., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh Perfeksionisme dan Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 137-145.
- Susanto, H. (2006). Mengembangkan kemampuan self regulation untuk meningkatkan keberhasilan akademik siswa. *Jurnal pendidikan penabur*, 7(5), 64-71.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48(8), 1–9.
- Steel, P., & Ferrari, J. (2013). Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27(1), 51–58. doi:10.1002/per.1851
- Sujalu, A.P, dkk. (2020). *Statistik Ekonmi 1*. Yogyakarta: Zahir Publishing.
- Suyedi, S. S., & Idrus, Y. (2019). hambatan-hambatan belajar yang mempengaruhi hasil belajar mahasiswa dalam pembelajaran mata kuliah dasar desain jurusan IKK FPP UNP. *Gorga: Jurnal Seni Rupa*, 8(1), 120-128.
- Syaadah, R., Ary, M. H. A. A., Silitonga, N., & Rangkuty, S. F. (2022). Pendidikan formal, Pendidikan non formal Dan Pendidikan informal. *PEMA (Jurnal pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat)*, 2(2), 125-131.
- Tarigan, B. A., Salim, A. K., et al. (2024). *Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial pada Mahasiswa*.

- Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K), 5(1), 203–210.
- Trikorayanto, B. (2011). Pelaksanaan Hak Peserta Didik Jalur Pendidikan Informal (3). Kompasiana.com. <https://www.kompasiana.com/buditrikorayanto/5500c0efa33311526351269f/pelaksanaan-hak-peserta-didik-jalur-pendidikan-informal-3>
- Tuckman, B. W. (1990). Measuring procrastination attitudinally and behaviorally. Paper presented at meeting of American Educational Research Association at April 1990. Boston.
- Ulum, M. I. (2016). Strategi Self-Regulated Learning untuk menurunkan tingkat Prokrastinasi Akademik siswa. *Psychopathic Journal of Psychological Science*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Usop, D. S., & Astuti, A. D. (2022). Pengaruh Self-Regulated Learning, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3c), 1782-1790.
- Uzun Özer, B. R. (2005). *Academic Procrastination: Prevalence, Self-reported reasons, gender difference and it's relation with academic achievement* (Master's thesis, Middle East Technical University).
- Özer, B. U., Demir, A., & Ferrari, J. R. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of social psychology*, 149(2), 241-257.
- Wirajaya, Muhammad Mersandy (2020) *Investigating The Academic Procrastination Of Efl Students*. Masters Thesis, Universitas Pendidikan Ganesha.
- Yani, N., & Aulia, F. (2020). Peran gender dalam menentukan motivasi akademik (sebuah tinjauan literatur). *Jurnal Riset Psikologi*, 4, 1-12.
- Yeli, R. (2021). *Hubungan efikasi diri dengan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa gayo lues di banda aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).
- Zakiyyatun Nisa, F. & Laili, N. (2024). *Self Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik: Perspektif Mahasiswa Psikologi*. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 1–10.

- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1988). Construct validation of a strategy model of student Self-Regulated Learning. *Journal of Educational Psychology*, 80, 284-290.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of educational psychology*, 81(3), 329.
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student differences in Self-Regulated Learning: Relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of educational Psychology*, 82(1), 51.
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and academic achievement: An overview. *Educational psychologist*, 25(1), 3-17.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 13-39). San Diego, CA: Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into practice*, 41(2), 64-70.