

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK KELAS XI  
SEKOLAH MENENGAH ATAS**

**SKRIPSI**

**diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling**



**oleh**  
**Sarah Islamiah**  
**NIM 1802435**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2023**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH  
MENENGAH ATAS**

oleh

Sarah Islamiah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling

© Sarah Islamiah  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Januari 2023

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak  
ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

Sarah Islamiah, 2023  
*HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS*  
Universitas Pendidikan Indonesia | [respository.upi.edu](https://respository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://Perpustakaan.upi.edu)

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Self-regulated learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada Peserta Didik Kelas XI Sekolah Menengah Atas” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya.

Bandung, Januari 2023

Sarah Islamiah  
NIM 1802435

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SARAH ISLAMIAH  
NIM 1802435**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK SEKOLAH  
MENENGAH ATAS**

**Disetujui dan disahkan oleh pembimbing**

**Pembimbing I**



**Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd.  
NIP 19630630 199512 1 001**

**Pembimbing II**



**Rina Nurhudi Ramdhani, M.Pd.  
NIP 920190219930311201**

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Indonesia**



**Dr. Ipah Saripah, M.Pd.  
NIP 19771014 200112 2 001**

## ABSTRAK

Penelitian tentang *Self-regulated learning* dan Prokrastinasi Akademik yang dilatarbelakangi oleh sikap prokrastinasi akademik peserta didik yang masih menjadi permasalahan dalam dunia pendidikan. Hal ini menimbulkan penurunan kualitas pemuda Indonesia yang kelak menjadi penerus pembangunan peradaban Indonesia yang baik dan sejahtera di masa depan. Setiap peserta didik seharusnya memiliki solusi untuk mengatasi masalah akademik yang dimilikinya. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 430 peserta didik dengan sampel seluruh populasi. Data penelitian mengenai *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik didapatkan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung menggunakan media *google form*. Data tersebut dianalisis menggunakan uji korelasi dengan teknik analisis korelasi *Spearman's Rank Order*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum, gambaran *self-regulated learning* berada pada kategori sedang. Sedangkan gambaran umum prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik, yang berarti bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik. Maka dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  gagal ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi.

**Kata kunci:** *Self-regulated learning*, Prokrastinasi Akademik, Peserta Didik, Korelasi

Sarah Islamiah, 2023

**HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## ABSTRACT

*Research on self-regulated learning and academic procrastination is motivated by the attitude of students' academic procrastination which is still a problem in the world of education. This has resulted in a decline in the quality of Indonesian youth who will become the successors to the development of a good and prosperous Indonesian civilization in the future. Every student should have a solution to overcome the academic problems they have. Therefore, this study aims to determine the relationship between self-regulated learning and academic procrastination in class XI students of SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi. This study uses a quantitative approach with a correlational design. The population in this study was 430 students with a sample of the entire population. Research data regarding self-regulated learning and academic procrastination were obtained by distributing questionnaires directly using the Google form media. The data were analyzed using a correlation test with the Spearman's Rank Order correlation analysis technique. The results of the study show that in general, the description of self-regulated learning is in the medium category. While the general description of academic procrastination is in the moderate category. Based on the results of the correlation test, it shows that there is a negative relationship between self-regulated learning and academic procrastination, which means that the higher the self-regulated learning, the lower the level of academic procrastination. Then it can be stated that H<sub>0</sub> is rejected and H<sub>1</sub> fails to be rejected. Thus, it can be concluded that there is a negative relationship between self-regulated learning and academic procrastination in class XI students at SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi.*

**Keywords:***Self-regulated learning, Academic Procrastination, Students, Correlation.*

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I .....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Struktur Penulisan Skripsi.....	8
BAB II.....	10
KAJIAN TEORETIS PROKRASINASI AKADEMIK .....	10
DAN <i>SELF-REGULATED LEARNING</i> .....	10
2.1 Prokrastinasi .....	10
2.2 Prokrastinasi Akademik .....	18
2.3 <i>Self- Regulated Learning</i> .....	30
2.4 Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah Atas.....	38
2.5 Penelitian Terdahulu .....	39
2.5 Posisi Teoritis Penelitian.....	41
BAB III.....	46
METODOLOGI PENELITIAN.....	46

Sarah Islamiah, 2023

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Universitas Pendidikan Indonesia | [respository.upi.edu](https://respository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://Perpustakaan.upi.edu)

3.1 Desain Penelitian.....	46
3.2 Partisipasi Penelitian.....	47
3.3 Populasi dan Sampel .....	48
3.4 Instrumen Penelitian.....	49
3.5 Analisis Data .....	57
3.6 Prosedur Penelitian.....	61
BAB IV .....	62
TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....	62
4.1 Temuan Penelitian.....	62
4.2 Pembahasan.....	93
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	106
BAB V.....	107
SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	107
5.1 Simpulan.....	107
5.2 Rekomendasi .....	108
DAFTAR PUSTAKA .....	110
LAMPIRAN.....	115



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah populasi peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Tahun Ajaran 2022/2023 .....	49
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	52
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-Regulated Learning</i> .....	53
Tabel 3.4 Kategori Validitas Instrumen .....	54
Tabel 3.5 Kategori Reliabilitas Instrumen .....	57
Tabel 3.6 Kriteria Hasil Uji Reliabilitas .....	57
Tabel 3.7 Kriteria Skor Alternatif Respons.....	58
Tabel 3.8 Kategori Skor <i>Self-Regulated Learning</i> .....	59
Tabel 3.9 Kategori Skor Prokrastinasi Akademik.....	59
Tabel 3.10 Kriteria Koefisien Korelasi .....	60
Tabel 3.11 Prosedur Penelitian .....	61
Tabel 4.1 Gambaran Umum <i>Self-Regulated Learning</i> dan Prokrastinasi Akademik Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Tahun Ajaran 2022/2023 .....	62
Tabel 4.2 Gambaran Umum <i>Self-Regulated Learning</i> Berdasarkan Aspek .....	63
Tabel 4.3 Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek .....	65
Tabel 4.4 Hasil Uji Korelasi antara <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Tahun Ajaran 2022./2023.....	67
Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi antara <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Aspek Prokrastinasi Akademik .....	69
Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi antara Aspek <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Prokrastinasi Akademik .....	73
Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi antara Aspek <i>Self-Regulated Learning</i> dengan Aspek Prokrastinasi Akademik .....	77

Sarah Islamiah, 2023

**HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	42
Gambar 4.1 <i>Scatterplots</i> Hubungan antara <i>Self Regulated Learning</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Cikembar Tahun Ajaran 2022/2023.....	68
Gambar 4.2 <i>Scatterplots</i> Hubungan antara <i>Self-regulated learning</i> dengan aspek-aspek prokrastinasi akademik peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar ..	72
Gambar 4.3 <i>Scatterplots</i> Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Aspek <i>Self-regulated learning</i> Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar .....	75
Gambar 4.4 <i>Scatterplots</i> Hubungan antara Aspek <i>Self-regulated Learning</i> dengan Aspek Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar .....	91

Sarah Islamiah, 2023

**HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Universitas Pendidikan Indonesia | [respository.upi.edu](https://respository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://Perpustakaan.upi.edu)

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Administrasi.....	116
Lampiran 2 Instrumen Penelitian .....	127
Lampiran 3 Data Penelitian.....	146
Lampiran 4 Riwayat Hidup.....	189

## DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola. (2007). Correlates of academic procrastination. *Eurasia Journal of Mathematics*, 3(4), 363–370. [https://doi.org/10.1016/0022-4405\(93\)90033-F](https://doi.org/10.1016/0022-4405(93)90033-F)
- Aksan, N. (2009). A descriptive study: epistemological beliefs and self regulated learning. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042809001621>.
- Ardina, P. R. A., & Wulan, D. K. (2016). Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 30(2), 67–76.
- Azmi, F. (2019). Perbandingan Prokrastinasi Akademik Siswa Berdasarkan Status Sosial Ekonomi Keluarga : Studi Komparatif terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019, *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- 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 and Practice in Education*, 5(1), 18–32. <http://eku.comu.edu.tr/article/view/1044000004>.
- Carmen, M., & Torres, G. (2004). Self-Regulated Learning : Current and Future Directions. *Electronic Journal of Research in Educational Psycholog*, 2(1), 1–34.
- Creswell. (2012). Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research. In *Pearson Education, Inc.*
- Creswell. (2017). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. In *Publications, Inc.*
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan kedua. PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Erma. (2013). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23956527/>
- Febritama, S. (2018). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ecopsy*, 5(2), 94–97. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i3.5490>.
- Ferrari. (1995). Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment. In *Springer US* (Issue 10). <https://doi.org/654>
- Fitriya, F., & Lukmawati, L. (2016). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sekolah tinggi ilmu kesehatan (STIKES) mitra adiguna palembang. *Jurnal Psikologi Islami, Vol. 2 No.*, 63–74.
- Gynnild, V., Holstad, A., & Myrhaug, D. (2008). Identifying and promoting self-

Sarah Islamiah, 2023

**HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

- regulated learning in higher education: Roles and responsibilities of student tutors. *Mentoring and Tutoring: Partnership in Learning*, 16(2), 147–161. <https://doi.org/10.1080/13611260801916317>.
- Gysberg et.,al. (2006). *Developing & Managing Your School Guidance and Counseling Program*. Alexandria : American Counseling Asociation.
- Harahap, P. I. (2021). Hubungan Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa di SMAN 1 Sunggal. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(2), 196–219. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v3i2.667>.
- Hasim, F., Rahman, I. K., & Hakiem, H. (2019). Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMAN 6 Kota Bogor. *Journal Annual Conference on Islamic Education and Social Sains*, 1(1), 114–121.
- Husna, F., & Suprihatin, T. (2019). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 1 Semarang. *Prosding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2*, 000, 1092–1099. <http://jurnal.unissula.ac.id>
- Ilmi, N. (2022). Hubungan Self-Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dalam Sistem Pembelajaran secara Daring di Kota Makassar. *Skripsi, Universitas Hasanuddin*.
- Jessica, F. (2021). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa, *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Junita, E. D., Yuwono, D., & Sugiharto, P. (2014). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik melalui Layanan Penguasaan Konten. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(1), 17–23.
- Khaan, Jaben., et.al., (2014). Academic Procrastination Among Male and Female and Collage Student. *Journal of Social Scient*, 8(2), 65-70.
- Khoirunnisa, R. N. (2022). HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 116–124.
- Kusuma, L. W. (2010). Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.*, 136. [https://repository.usd.ac.id/28413/2/039114039\\_Full%5B1%5D.pdf](https://repository.usd.ac.id/28413/2/039114039_Full%5B1%5D.pdf)
- Laforge, M. C. (2005). Applying Explanatory Style to Academic Procrastination. *Journal of Academy of Business Education*, 6(1992), 1–7.
- Lase. (2019). Pendidikan di Era Revolusi Industri 4.0. *Jurnal Sunderman*, 1(1), 28–43. <https://doi.org/10.53091/jtir.v1i1.17>
- Lidwina, S. (2013). Hubungan Antara Belajar Berdasarkan Regulasi Diri Dengan Sikap Terhadap Ekstrakurikuler Pada Siswa Kelas XI SMA Mardiswa Semarang. *Kinabalu*, 11(2), 50–57.

- Lisiswanti, R. et.,al. (2015). Hubungan Pendekatan Belajar dan Hasil Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1), 79–84.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- M.Boekaerts. (2002). Bringing about change in the classroom: strengths and weaknesses of the self-regulated learning approach. *Learning and Instruction*, 12(6), 589–604. [https://doi.org/10.1016/S0959-4752\(02\)00010-5](https://doi.org/10.1016/S0959-4752(02)00010-5)
- Mardhiyah, dkk. (2021). Pentingnya Keterampilan Belajar di Abad 21 sebagai Tuntutan dalam Pengembangan Sumber Daya Manusia. *Lectura: Jurnal Pendidikan*, 12(1).
- Maufiroh, D. L., Endang, B., & Belajar, M. (n.d.). *Pengaruh bimbingan belajar terhadap motivasi belajar siswa kelas x ipa di sman 10 pontianak*. 1–14.
- Muntazhim. (2022). Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Acta Psychologica*, 4(1), 21–26.
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib: Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Pujiastuti, dkk. (2021). Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 11 Samarinda. *Ejurnal-Untang*, 9(1), 1–10.
- Qadaristin. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Prestasi Akademik. *Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Rizvi, A., Prawitasari, J. E., & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat Kendali Dan Efikasi-Diri Sebagai Prediktor Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 2(3). <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol2.iss3.art6>
- Rothblum, dkk. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387–394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 37–48.
- Sahin, Y. L. (2014). Comparison of users' adoption and use cases of Facebook and their academic procrastination. *Digital Education Review*, 25(1), 127–138.
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2017). Self-regulated learning dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14946>.
- Santrock, J.W. (2018). *Educational Psychology: Theory and Application to*

- Fitness and Performance, Sixth Edition. In McGraw-Hill Education, 2 Penn Plaza, New York, NY 10121. McGraw-Hill Education.
- Santrock, J.W. (2016). Adolescence (16th ed). In McGraw-Hill.
- Santrock, J.W. (2019). Life-Span Development, 7th ed. In Life-span development, 7th ed. McGraw-Hill Higher Education.
- Sari, dkk. (2021). Pengaruh Regulasi Diri Dan Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Smk Negeri 5 Madiun. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)Jurnal Syntax Transformation*, 5(1).
- Schunk, D. H. (1989). *Social Cognitive Theory and Self-Regulated Learning*. 83–110. [https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4\\_4](https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4_4)
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2011). Handbook of Self-Regulation of Learning. In *Educational Psychology Handbook Series*.
- Senecal, Koestner, V. (1995). Self Regulated and Academic Procrastination. In *The Journal of Social Psychology* (Vol. 135, Issue 5, pp. 607–619).
- Sheperis, C. J., Drummond, R. J., & Jones, K. D. (2016). Assessment Procedures for Counselors and Helping Professionals. In *Pearson Education* (Issue 9).
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.4.503>
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48(8), 926–934. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.02.025>
- Sundaroh, E., Sobari, T., & Irmayanti, R. (2020). Hubungan Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Pada Siswa Kelas Viii Smpn 2 Kadungora Kabupaten Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(5), 171. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i5.5641>.
- Surya, N. (2003). *Psikologi Konseling*. Pustaka Bani Quraisy.
- Ulum, M. I. (2016). Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>.
- Wolters, A. (2003). Understanding Procratination From A Self Regulated Learning Perspective. *Journal of Education Psychology*. 95(1), 179-187.
- Yusuf Syamsu. (2007). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Rosda Karya
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. J. (1989). *Models of Self-Regulated Learning and Academic Achievement* (pp. 1–25). [https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4_1)
- Zimmerman, B. J. (2000a). Chapter 2: Attening self-regulation A social cognitive

- perspective. *Handbook of Self-Regulation*, 13–39.
- Zimmerman, B. J., & Moylan, A. R. (2009). Self-Regulation Where Metacognition and Motivation Intersect. *In Handbook of Metacognition in Education (Issue 11237)*. <https://doi.org/10.4324/9780203876428.ch16>
- Zimmerman, B. J. (2013). From Cognitive Modeling to Self-Regulation: A Social Cognitive Career Path. *Educational Psychologist*, 48(3), 135–147. <https://doi.org/10.1080/00461520.2013.794676>