
Peran filsafat ilmu dalam penelitian prokrastinasi akademik: Studi literatur review

Suhadianto

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya
E-mail: suhadianto@untag-sby.ac.id

Abstract

Academic procrastination is common among students in schools, undergraduate students, and even postgraduate students. The prevalence of academic procrastination at all levels of education is known to be very high, reported to be more than 70% to 80%. Until now, there have been many studies using various approaches carried out to find the right solution to reduce academic procrastination. This literature review study aims to obtain a comprehensive picture of the role of philosophy of science in academic procrastination research. This study is very important because not many have conducted this study before. Books and articles that are related to the research topic are searched through Google Scholar and Science Direct. Data analysis uses a hermeneutic approach to obtain themes that are relevant to the research topic. The results of the study show that the philosophy of science has a very important role in research on academic procrastination. Mastery of ontology, epistemology, and axiology is very necessary for researchers.

Keywords: *Academic procrastination; Philosophy of Science; Hermeneutics*

Abstrak

Prokrastinasi akademik sudah umum terjadi pada siswa di Sekolah, mahasiswa sarjana dan bahkan pada mahasiswa pasca sarjana. Prevalensi prokrastinasi akademik pada semua jenjang pendidikan diketahui sangat tinggi, dilaporkan lebih dari 70% samapai 80%. Hingga saat ini telah banyak penelitian-penelitian menggunakan berbagai pendekatan yang dilakukan untuk menemukan solusi yang tepat dalam menurunkan prokrastinasi akademik. Studi literatur review ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang komprehensif tentang peranan filsafat ilmu dalam penelitian-penelitian prokrastinasi akademik. Studi ini menjadi sangat penting karena tidak banyak yang melakukan studi ini sebelumnya. Buku dan artikel yang memiliki keterkaitan dengan topik penelitian ditelusuri melalui Google Scholar dan Science Direct. Analisis data menggunakan pendekatan hermeunetika untuk memperoleh tema-tema yang relevan dengan topik penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa filsafat ilmu memiliki peranan yang sangat penting dalam penelitian-penelitian tentang prokrastinasi akademik. Penguasaan tentang ontologi, epistemologi dan aksiologi sangat diperlukan bagi para peneliti.

Kata kunci: *Prokrastinasi akademik; Filsafat Ilmu; Hermeunetik*

Pendahuluan

Psikologi pendidikan merupakan salah satu disiplin ilmu yang mengkaji tentang perilaku manusia dalam pengaturan pendidikan. Topik-topik yang dibahas dalam psikologi pendidikan adalah memori, berpikir, perkembangan manusia, perilaku belajar, motivasi, perbedaan individu, kecerdasan, kerativitas, strategi pengajaran dan penilaian (Lefrancois, 1994). Melengkapi pendapat sebelumnya, Berliner (2006) mendefinisikan psikologi pendidikan sebagai disiplin ilmu yang mengkaji tentang bagaimana orang belajar, juga mengkaji tentang konsep-konsep dan metode penelitian psikologi guna memahami model pengajaran, cara belajar dan bagaimana mengembangkan manusia.

Dapat ditarik kesimpulan, psikologi pendidikan adalah disiplin ilmu yang mengkaji tentang perilaku manusia dalam kegiatan pendidikan. Kajian psikologi pendidikan tidak terbatas pada apa yang dimiliki oleh peserta didik seperti memori, motivasi, kreativitas, kecerdasan, perbedaan individu, bakat, gaya belajar dan variabel-variabel lain yang melekat pada peserta didik. Lebih dari itu psikologi pendidikan juga mengkaji tentang strategi pengajaran yang harus digunakan oleh seorang guru atau pendidik, peran lingkungan atau budaya sekolah terhadap keberhasilan siswa dan juga metode penelitian psikologi yang dapat digunakan untuk memahami model pengajaran, cara belajar dan bagaimana mengembangkan manusia.

Tujuan psikologi pendidikan sebagaimana telah diuraikan di atas akan terwujud dengan baik jika psikologi pendidikan menggunakan filsafat ilmu sebagai landasan utama dalam memperoleh suatu kebenaran. Meskipun dalam domain psikologi pendidikan sudah ada beberapa teori yang menjelaskan bagaimana manusia belajar, bagaimana manusia berkembang dan bagaimana strategi yang sesuai dan dapat digunakan. Meskipun di akhir abad ke-19 dan awal abad ke-20 psikologi dan filsafat mulai dianggap sebagai dua hal yang berbeda: teori-teori tentang metode ilmiah dan teori-teori tentang psikologi belajar, khususnya, menempuh jalannya sendiri-sendiri. Kenyataan yang sebenarnya kajian psikologi pendidikan tidak akan pernah bisa dilepaskan dari filsafat ilmu. Tanpa filsafat orang akan terburu-buru dalam membuat suatu keputusan dan tanpa filsafat psikologi akan mengalami kesulitan dalam melakukan penelitian untuk menjawab berbagai persoalan yang muncul (Berkson & Wettersten, 1994).

Perihal keterkaitan psikologi pendidikan dengan filsafat, salah satunya dapat dilihat dari keberadaan aliran-aliran dalam filsafat yang secara signifikan memiliki pengaruh terhadap lahirnya aliran-aliran dalam psikologi. Misalnya aliran filsafat materialisme dan hedonisme yang kemudian melahirkan aliran psikologi psikoanalisa, aliran filsafat empirisme dan positivisme yang melahirkan aliran psikologi behavioristik, aliran rasionalisme dan romantisme yang melahirkan psikologi kognitif dan psikologi gestalt, dan aliran filsafat eksistensialisme dan postmodernisme yang pada gilirannya melahirkan aliran psikologi humanistik, psikologi positif dan psikologi postmodernisme (Hanurawan, 2012). Aliran-aliran dalam psikologi yang dipengaruhi

oleh aliran-aliran filsafat itulah yang selanjutnya mempengaruhi kajian-kajian ilmu psikologi.

Pada dasarnya kajian suatu ilmu, termasuk dalam hal ini ilmu psikologi pendidikan tidak akan pernah terlepas dari pertanyaan-pertanyaan berikut: 1) apakah yang ingin diketahui, atau diteliti; 2) bagaimana cara untuk memperoleh suatu pengetahuan dan; 3) apakah pengetahuan yang akan dipelajari memiliki manfaat. Pertanyaan-pertanyaan tersebut sepintas terdengar sederhana. Namun demikian jika pertanyaan-pertanyaan tersebut direnungkan, ternyata pertanyaan-pertanyaan tersebut mencakup permasalahan yang sangat mendasar. Pertanyaan-pertanyaan tersebut tentu saja hanya bisa dijawab melalui cara berpikir yang komprehensif, merangkum, spekulatif rasional dan mendalam sampai ke akarnya (radiks), sehingga diperoleh inti hakiki dari objek yang dipelajari (Hanurawan, 2012). Oleh karena itu, ilmu tidak terlepas dari landasan ontologi, epistemologi dan aksiologi.

Ontologi adalah studi filsafat yang mengkaji tentang “ada”. Secara lebih luas ontologi mempelajari konsep-konsep yang secara langsung berkaitan dengan keberadaan, khususnya menjadi, keberadaan, kenyataan, serta kategori dasar keberadaan dan hubungan antara satu dengan lainnya (Devaux & Lamanna, 2009). Jika dikaitkan dengan prokrastinasi akademik, maka ontologi akan menjawab pertanyaan apa hakikat dari prokrastinasi akademik, apakah prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang baru terjadi atau sudah menjadi persoalan sepanjang kehidupan manusia.

Epistemologi memfokuskan kajian tentang terjadinya pengetahuan, sumber pengetahuan, asal mula pengetahuan, metode atau cara memperoleh pengetahuan, validitas pengetahuan dan kebenaran pengetahuan (Al-Jauharie, 2010). Jika dikaitkan dengan kajian psikologi pendidikan tentang prokrastinasi akademik, maka epistemologi akan memberikan jawaban yang terkait dengan sumber-sumber pengetahuan tentang prokrastinasi akademik dan metode apa yang dapat digunakan untuk memperoleh pengetahuan tentang prokrastinasi akademik, apakah pendekatan kuantitatif, pendekatan kualitatif atau pendekatan campuran yang dapat digunakan.

Aksiologi adalah istilah yang pertama kali digunakan oleh Paul Lapie pada tahun 1902 untuk menjelaskan bidang filsafat yang sangat bergantung pada gagasan tentang nilai dan dengan demikian aksiologi dapat disebut sebagai teori tentang nilai (Rescher, 2005). Jika dikaitkan dengan penelitian tentang prokrastinasi akademik, aksiologi akan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan manfaat penelitian dan etika dalam penelitian. Pemahaman tentang aksiologi harus dimiliki oleh seorang peneliti agar penelitian yang dilakukan memiliki manfaat yang lebih luas dan tidak bertentangan dengan etika-etika penelitian. Tujuan dari studi ini adalah untuk mengkaji secara mendalam peran filsafat ilmu psikologi pendidikan dalam penelitian tentang prokrastinasi akademik.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan literatur review yang bertujuan untuk menganalisis secara mendalam bagaimana peran filsafat ilmu dalam penelitian

prokrastinasi akademik. Data penelitian diperoleh melalui studi kepustakaan dengan cara melakukan pencarian artikel-artikel ilmiah dan buku yang memiliki keterkaitan dengan topik penelitian. Peneliti melakukan pencarian melalui *google scholar* dan *science direct* dengan kata kunci “filsafat ilmu”, “filsafat ilmu + prokrastinasi akademik”.

Buku atau artikel yang memiliki kesesuaian dengan topik penelitian selanjutnya dianalisis menggunakan pendekatan hermeunetika. Hermeunetika digunakan untuk menginterpretasi berbagai sumber pustaka yang relevan sehingga diperoleh pemahaman yang tepat terhadap literatur yang ada. Penggunaan hermeneutika sebagai rancangan penelitian membuat penafsiran terhadap literatur lebih kritis dan reflektif. Interpretasi menjadi lebih relevan dengan fenomena dan proses reduksinya menjadi lebih lengkap (Larkin, dkk., 2011). Selanjutnya peneliti melakukan analisis tematik dari berbagai literatur yang ada untuk menemukan tema-tema penting yang terkait dengan topik penelitian. Guna menjamin validitas data penelitian, peneliti menggunakan teknik triangulasi dengan cara membandingkan berbagai literatur, Teknik ini dapat meminimalisir penyimpangan data (Heale & Forbes, 2013)

Hasil dan Pembahasan

Penelitian tentang prokrastinasi akademik dalam psikologi pendidikan

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu topik dalam psikologi pendidikan yang sangat penting untuk diteliti. Alasan utamanya adalah karena prokrastinasi akademik dapat terjadi pada siapa saja dan memiliki dampak yang nyata terhadap prestasi akademik. Prokrastinasi akademik bahkan telah ditemukan sebagai suatu fenomena yang umum terjadi pada mahasiswa sarjana dan mahasiswa pasca sarjana (Klassen, Krawchuk & Rajani, 2008; Kalssen, 2010). Dalam makalah ini akan lebih banyak dijelaskan hasil penelitian prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Menurut Ellis & Knaus (Tuckman, 2002), prokrastinasi merupakan kebiasaan penundaan yang tidak perlu, yang dilakukan seseorang karena adanya ketakutan gagal serta ketakutan akan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dan harus diselesaikan dengan sempurna. Sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak melakukan dengan segera, karena hal itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal. Prokrastinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat bagi dirinya (sebagai tugas primer), akan tetapi dengan sengaja menunda secara berulang-ulang (kompulsif) sehingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah (Wolters, 2003). Prokrastinasi akademik dapat terjadi pada siapa saja tanpa memandang usia, jenis kelamin dan latar belakang pendidikan (Burka & Yuen, 2008).

Banyaknya fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa dibuktikan dari penelitian Steel (2007) yang memberikan informasi bahwa sekitar 80% sampai 95% mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas-tugas akademik. Burka & Yuen (2008) juga memperkirakan sekitar 90% mahasiswa dari perguruan tinggi telah menjadi seorang prokrastinator, dimana 25% dari mereka adalah mahasiswa dengan prokrastinasi kronis yang pada umumnya berakhir mundur dari perguruan tinggi. Perilaku menunda mengerjakan tugas-tugas akademik ini perlu mendapatkan

perhatian karena perilaku menunda akan semakin meningkat seiring dengan lamanya studi seseorang (Solomon & Rothblum, dalam Ferrari, dkk., 1998).

Prokrastinasi akademik dapat terjadi dalam beberapa bentuk, menurut Ferrari & McCown (1995), sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam beberapa hal, yaitu: 1) Penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas yang dihadapi; 2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan; 3) Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dan kinerja aktual; 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan (seperti ngobrol, nonton, mendengarkan musik, jalan-jalan, dll).

Terkait dengan bentuk dan area penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa, Penelitian Solomon & Rothblum (1984) pada 342 mahasiswa Amerika menunjukkan sebesar 46% mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas menulis, 27,6% mahasiswa melakukan penundaan terhadap belajar untuk persiapan ujian, 30,1% mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas membaca, 10,6% mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas administratif, 23% mahasiswa melakukan penundaan dalam menghadiri perkuliahan dan 10,2% mahasiswa melakukan penundaan terhadap aktivitas perkuliahan secara umum. Temuan Ferrari, dkk. (1998) juga menunjukkan 25% sampai dengan 75 % dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis mereka.

Prokrastinasi akademik juga banyak dilakukan oleh mahasiswa di Indonesia. Beberapa penelitian yang dapat dijadikan rujukan diantaranya penelitian Purnama (2014) pada 275 mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya menunjukkan 62% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik kategori sedang, 21% tergolong kategori tinggi dan 12% pada kategori rendah. Jenis prokrastinasi akademik yang paling banyak dilakukan adalah menunda membaca buku atau referensi berkaitan dengan tugas akademik, yaitu sebesar 94%. Selain itu, penelitian yang dilakukan Huda (2015) pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga menunjukkan 78,5% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, sedangkan mahasiswa perempuan yang melakukan prokrastinasi akademik sebanyak 21,5%.

Fenomena prokrastinasi akademik tampaknya telah terjadi pada mahasiswa di semua Negara, baik di Negara-Negara Barat maupun di Negara-Negara Timur. Penelitian Ferrari, dkk. (2007) pada orang dewasa di Australia, Peru, Spanyol, Inggris, Amerika Serikat dan Venezuela, menemukan bahwa penundaan telah menjadi kebiasaan dan terjadi pada semua negara. Pola penundaan dengan cara menghindar juga digunakan di semua negara. Penelitian Ang (2010) juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan perilaku menunda mengerjakan tugas menulis antara mahasiswa di Singapura dan mahasiswa di Kanada.

Berdasar pada beberapa data penelitian di atas, maka dapat dipahami bahwa prokrastinasi akademik telah menjadi permasalahan umum di semua negara, untuk itu perlu dilakukan kajian secara mendalam guna menjelaskan fenomena prokrastinasi, faktor apa saja yang mempengaruhi dan bagaimana cara menurunkan prokrastinasi akademik yang sudah terjadi pada banyak mahasiswa.

Menurut beberapa kajian yang telah ada dapat dijelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu, meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Adapun faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri individu seperti tugas yang terlalu banyak (Ferrari & McCown, 1995), lingkungan sekolah (Brownlow & Reasinger, 2000) dan karakteristik pengajar (Grunschel, et al. 2013).

Beberapa penelitian korelasional yang mencoba menemukan hubungan antara prokrastinasi akademik dengan faktor-faktor internal pada diri subjek telah diperoleh kesimpulan bahwa variabel *self efficacy*, *self esteem*, *self regulasi*, *conscientiousness* dan kecemasan memiliki hubungan yang kuat dengan prokrastinasi akademik (Steel, 2007; Van Eerde, 2000; Usher & Parajes, 2008). Kecemasan dapat disebabkan karena seseorang menilai tugas terlalu sulit sehingga pada akhirnya menyebabkan terjadinya prokrastinasi (Milgram N. & Tenne R, 2000).

Beberapa studi telah menunjukkan bahwa orang dengan tingkat kecemasan yang tinggi lebih sering menunda-nunda daripada orang yang memiliki kecemasan rendah (Burka & Yuen, 1983; Flett, Blankstein & Martin, 1995; Rothblum, Solomon & Murakami, 1986). Skor pada *Spielberger Trait Anxiety Inventory* dan *Beck Depression Inventory* yang digunakan untuk mengukur kecemasan dan depresi juga menunjukkan korelasi positif dengan kecenderungan perilaku menunda-nunda (C. Beswick, E. Rothblum and L. Mann, 1988).

Selain itu beberapa variabel internal lainnya yang dianggap menjadi penyebab prokrastinasi adalah manajemen waktu (Ozer, dkk., 2009; Jackson, dkk., 2003), perfeksionisme (Ozer, dkk., 2009; Onwuegbuzie, 2000), gender (Steel, 2007), ketidakdisiplinan, kemalasan dan penyimpangan (Schouwenburg & Lay, 1994). Faktor lainnya adalah keengganan dalam mengerjakan suatu tugas yang dapat disebabkan oleh adanya kebosanan, frustrasi, tidak memahami pentingnya sebuah tugas dan motivasi yang rendah (Blunt & Pychyl, 2000).

Adapun faktor eksternal yang dapat menyebabkan prokrastinasi adalah: 1) faktor sosial seperti teman atau keluarga. Menurut Brownlow & Reasinger (2000) lingkungan teman atau lingkungan sekolah dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan penghindaran atau memiliki keengganan untuk menyelesaikan tugas; 2) pola asuh orang tua. Menurut penelitian Pychyl, dkk (2002) pola asuh otoriter memiliki korelasi positif dengan prokrastinasi akademik; 3) struktur tugas. Menurut Blunt & Pychyl (2000) jika tugas terlalu sulit dan kurang terstruktur maka dapat menyebabkan perilaku penundaan.

Setelah merangkum beberapa penelitian yang ada, menurut Klingsienck (2013) prokrastinasi akademik dapat dijelaskan melalui empat perspektif. *Pertama*, perspektif psikologi diferensial mengkaitkan prokrastinasi akademik dengan kepribadian. Menurut pandangan ini prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh harga diri yang rendah, regulasi diri, kepercayaan diri dan lain sebagainya, *Kedua*, perspektif motivasi dan kehendak mengkaitkan prokrastinasi akademik dengan rendahnya motivasi dan kehendak seseorang untuk sukses, *Ketiga*, perspektif psikologi klinis mengkaitkan prokrastinasi akademik dengan gejala-gejala klinis. Menurut perspektif ini

prokrastinasi akademik dapat disebabkan karena kecemasan, stres, depresi dan gangguan kepribadian, *Ke Empat*, perspektif situasional. Menurut perspektif ini prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh aspek-aspek situasional dan kontekstual seperti karakteristik tugas dan karakteristik guru (Steel & Klingsieck, 2016).

Agar kita dapat memperoleh pemahaman yang mendasar tentang: 1) apa itu prokrastinasi akademik; 2) bagaimana cara memperoleh pengetahuan tentang prokrastinasi akademik dan; 3) apa manfaat mempelajari prokrastinasi akademik serta apa saja yang perlu diperhatikan dalam kegiatan penelitian tentang prokrastinasi akademik. Perlu dibahas secara mendalam dalam makalah ini tentang ontologi, epistemologi dan aksiologi penelitian prokrastinasi akademik.

Dasar ontologi penelitian tentang prokrastinasi akademik

Ontologi adalah studi filsafat yang mengkaji tentang “ada”. Secara lebih luas ontologi mempelajari konsep-konsep yang secara langsung berkaitan dengan keberadaan, khususnya menjadi, keberadaan, kenyataan, serta kategori dasar keberadaan dan hubungan antara satu dengan lainnya (Devaux & Lamanna, 2009). The Liang Gie (2007) mendefinisikan ontologi sebagai bagaian dari filsafat dasar yang mengungkapkan mengenai makna dari sebuah eksistensi yang pembahasannya terdiri dari: 1) apakah artinya ada; 2) apakah golongan-golongan dari hal yang ada; 3) apakah sifat dasar kenyataan dan hal yang ada; 4) apakah cara-cara yang berbeda dalam mana entitas dari kategori logis berlainan dikatakan ada. Menurut Suriasumantri ontologi membahas tentang apa yang ingin diketahui, seberapa jauh seseorang ingin tau, atau dapat dikatakan ontologi adalah pengkajian terhadap teori tentang ada. Dengan demikian dapat dikatakan ontologi merupakan cabang filsafat yang mengkaji tentang “ada”, mengungkap makna dari sebuah eksistensi dengan pertanyaan-pertanyaan yang mendalam tentang keberadaan dan hubungan-hubungan tentang sesuatu yang ada.

Berdasar pada definisi ontologi di atas, maka untuk memahami fenomena prokrastinasi akademik perlu dilakukan kajian secara mendalam tentang akar permasalahan prokrastinasi akademik. Dengan kata lain perlu dicari keterkaitan antara penelitian-penelitian sebelumnya dengan penelitian-penelitian terbaru guna mendapatkan gambaran yang komprehensif tentang prokrastinasi akademik.

Sebelum benar-benar fokus pada pembicaraan mengenai prokrastinasi akademik, penting untuk menelusuri akar permasalahan prokrastinasi secara umum. Dalam bukunya Knaus (1979), disana dijelaskan bahwa prokrastinasi sudah terjadi sejak zaman kuno. Memperkuat pendapat Knaus (1997), menurut Ferrari, J. & McGown (1995) warga Mesir memiliki dua kata yang memiliki kaitan dengan kata *procrastinate* dalam bahasa inggris. *Pertama* adalah istilah yang memiliki arti melakukan hal-hal yang penting dan menghindari melakukan hal-hal yang tidak berguna. *Kedua* adalah kata yang memiliki makna kebiasaan buruk karena malas untuk menyelesaikan tugas yang berkaitan dengan kepentingan sehari-hari.

Selain bangsa Mesir, Yunani sebagai pusat peradaban pada masanya juga memiliki literatur-literatur dan tokoh-tokoh yang terkait dengan prokrastinasi. *Pertama*,

literatur yang ditulis jendral Athena, Thucydides. Dalam tulisannya terkait strategi peperangan melawan Sparta, Thucydides memberikan penekanan bahwa prokrastinasi adalah perilaku yang paling tidak menguntungkan dalam peperangan. *Kedua*, Hesiod (800 SM) memberikan kecaman pada menunda mengerjakan tugas pada keesokan harinya yang dapat berdampak pada kegagalan. *Ketiga*, Marcus Cicero (44 SM). Dalam pidato-pidatonya ia sangat mengecam perilaku lamban dan prokrastinasi (Steel, 2003a). Tidak hanya di Mesir dan di Yunani, dalam kesusartraan Timur, *Bha gavadgita* memiliki istilah *taamasika*. Istilah ini memiliki arti ketidakdisiplinan, malas, *procrastinate*, keras kepala, ceroboh dan lain sebagainya (Steel, 2003a).

Meskipun berdasarkan beberapa bukti yang telah diuraikan di atas, prokrastinasi sudah ada sepanjang sejarah kehidupan manusia. Menurut literatur-literatur terbaru, prokrastinasi baru benar-benar mendapatkan penilaian negatif setelah terjadinya revolusi industri sekitar tahun 1750. Beberapa tulisan yang terbit pada tahun 1750-an adalah: 1) tulisan Samuel Johnson (1751) yang menulis penundaan sebagai kelemahan umum dan selalu disertai dengan suatu alasan; 2) karya Phillip Stanhope (1749) “tidak ada kemalasan, tidak ada kemalasan dan tidak ada penundaan”. Ungkapannya yang terkenal saat itu adalah “jangan menunda besok apa yang bisa kamu lakukan hari ini” (Steel, P, 2003b).

Berdasar pada uraian di atas dapat ditarik suatu kesimpulan, prokrastinasi sudah terjadi sepanjang kehidupan manusia. Hanya saja dampak prokrastinasi baru benar-benar terasa sejak terjadinya revolusi industri pada kisaran tahun 1750. Adapun kajian-kajian tentang prokrastinasi akademik yang saat ini selalu digunakan sebagai rujukan adalah penelitian Solomon & Rothblum (1984) yang meneliti area penundaan pada 342 mahasiswa di Amerika, yang hasil penelitiannya telah diuraikan pada bagian awal tulisan ini.

Namun demikian bukan berarti prokrastinasi yang oleh Ferrari & McGown (1995) didefinisikan sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda pengerjaan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi akademik, baru terjadi ketika Solomon & Rothblum melakukan penelitian pada tahun 1984. Jika mengacu pada sejarah prokrastinasi, maka sebenarnya prokrastinasi akademik juga telah terjadi sepanjang kehidupan manusia. Lalu apa yang menyebabkan manusia melakukan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian-penelitian terbaru tentang faktor-faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik telah dijelaskan pada bagian awal tulisan ini, dan telah dirangkum oleh Klingsienck (2013) menjadi empat perspektif. *Pertama*, perspektif psikologi diferensial mengkaitkan prokrastinasi akademik dengan kepribadian. Menurut padangan ini prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh harga diri yang rendah, regulasi diri, kepercayaan diri dan lain sebagainya, *Kedua*, perspektif motivasi dan kehendak mengaitkan prokrastinasi akademik dengan rendahnya motivasi dan kehendak seseorang untuk sukses, *Ketiga*, perspektif psikologi klinis mengkaitkan prokrastinasi akademik dengan gejala-gejala klinis. Menurut perspektif ini prokrastinasi akademik dapat disebabkan karena kecemasan, stres, depresi dan

gangguan kepribadian, *Ke Empat*, perspektif situasional. Menurut perspektif ini prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh aspek-aspek situasional dan kontekstual seperti karakteristik tugas dan karakteristik guru (Steel & Klingsieck, 2016).

Agar dapat memperoleh pemahaman yang mendalam tentang banyaknya faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik sebagaimana telah diuraikan sebelumnya, maka perlu diuraikan beberapa pendekatan dalam psikologi yang menjadi dasar dalam menjelaskan fenomena prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari & McGown (1995) prokrastinasi akademik dapat dijelaskan melalui perspektif psikoanalisa, behavioristik dan perspektif kognitif.

Perspektif psikoanalisa. Pada tahun 1953 Freud menjelaskan prokrastinasi berdasarkan konsep menghindari tugas. Menurut konsep ini, tugas yang tidak dapat diselesaikan akan cenderung dihindari karena tugas tersebut akan mengancam ego. Menurut Freud ketika dihadapkan pada tugas yang sulit maka orang akan menggunakan mekanisme pertahanan diri, salah satunya adalah penghindaran terhadap tugas. Lebih jelas menurut Freud prokrastinasi merupakan masalah kepribadian. Sebagai masalah kepribadian, prokrastinasi dapat disebabkan oleh pengalaman trauma akan kegagalan pada fase perkembangan sebelumnya yang mempengaruhi perkembangan pada fase-fase selanjutnya. Menurut perspektif psikoanalisa prokrastinasi juga dapat disebabkan oleh pola asuh orang tua (Ferrari & McGown, 1995).

Perspektif Behavioristik. Menurut perspektif behavioristik prokrastinasi akademik sangat terkait dengan proses pembelajaran. Ketika seorang siswa melakukan prokrastinasi akademik tapi di akhir pembelajaran mendapatkan nilai yang baik, maka ia akan cenderung mengulang perilaku prokrastinasi (Ferrari & McGown, 1995).

Perspektif Kognitif. Meskipun relatif baru pendekatan kognitif lebih populer dalam menjelaskan faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik. Menurut perspektif kognitif, prokrastinasi akademik dapat disebabkan karena adanya: 1) keyakinan irasional seperti menganggap dirinya tidak mampu dan menganggap tugas terlalu sulit; 2) harga diri yang rendah dan; 3) ketidak mampuan mengambil keputusan (Ferrari & McGown, 1995).

Setelah memahami akar permasalahan prokrastinasi akademik, maka dapat diperoleh pemahaman secara komprehensif yang berkaitan dengan kapan prokrastinasi akademik mulai terjadi dan bagaimana aliran-aliran dalam psikologi menjelaskan fenomena prokrastinasi akademik.

Dasar epistemologi penelitian tentang prokrastinasi akademik

Secara etimologis, epistemologi berasal dari kata Yunani, yaitu *episteme* dan *logos*. *Episteme* dapat diartikan sebagai pengetahuan sedangkan *logos* berarti ilmu (Hamersma, 1992). Menurut Hanurawan (2012) istilah ilmu untuk *logos* saat ini kurang relevan dan lebih tepat jika diartikan sebagai kajian atau studi. Dengan demikian epistemologi dapat diartikan sebagai kajian atau studi tentang pengetahuan.

Secara lebih komprehensif Suriasumantri (2001) mengartikan epistemologi sebagai suatu proses atau usaha-usaha yang dilakukan dalam memperoleh suatu pengetahuan. Proses untuk memperoleh pengetahuan inilah yang menjadi sasaran teori pengetahuan dan sekaligus berfungsi mengantarkan tercapainya tujuan. Epistemologi memfokuskan kajian tentang terjadinya pengetahuan, sumber pengetahuan, asal mula pengetahuan, metode atau cara memperoleh pengetahuan, validitas pengetahuan dan kebenaran pengetahuan (Al-Jauharie, 2010). Oleh sebab itu, epistemologi juga disebut dengan teori pengetahuan (Gabbay, dkk, 2007; Hanurawan, 2012).

Epistemologi, dengan demikian penting untuk dipahami dan dijadikan sebagai dasar dalam kegiatan penelitian psikologi. Epistemologi akan membantu manusia dalam memahami suatu pengetahuan karena epistemologi melihat suatu pengetahuan menggunakan perspektif analisis konseptual, berbeda dengan filsafat ilmu yang hanya menekankan pada bagaimana cara memperoleh dan menilai suatu pengetahuan (Bueno).

Masalah-masalah epistemologis yang diangkat oleh sains kebanyakan menyangkut tentang induktif inferensi karena pengetahuan tidak dapat diperoleh melalui metode deduksi saja (Gabbay, dkk, 2007; Bird, 2004). Lebih lanjut, menurut Gabbay (2007) epistemologi sering disandingkan dengan rasionalis. Menurutnya beberapa pengetahuan tentang dunia bersifat apriori yang dibenarkan secara independen. Beberapa doktrin rasionalis; 1) pengetahuan sensorik bersifat terbatas, 2) alam semesta dapat diakses oleh pikiran rasional, 3) keyakinan dasar bersifat apriori 4) beberapa konsep tidak berasal dari pengalaman.

Salah satu perdebatan besar yang terjadi dalam epistemologi adalah terkait dengan sumber pengetahuan mana yang dianggap paling sesuai dengan psikologi, apakah pengalaman indrawi atau rasio. Perbedaan pandangan tentang sumber pengetahuan dalam psikologi tersebut selanjutnya memunculkan perbedaan pandangan mengenai metode penelitian apa yang tepat dalam psikologi pendidikan, apakah penelitian kuantitatif atau penelitian kualitatif yang dianggap dapat menjelaskan perilaku manusia dalam setting pendidikan. Jika dikaitkan dengan penelitian tentang prokrastinasi akademik, maka epistemologi akan dapat memberikan gambaran metode apa yang tepat untuk digunakan dalam penelitian tentang prokrastinasi akademik.

Sebelum memutuskan mana metode yang paling tepat digunakan dalam penelitian tentang prokrastinasi akademik, akan lebih baik jika mengetahui terlebih dahulu bagaimana perkembangan metode penelitian dalam psikologi. Dalam proses menentukan metode yang tepat dalam mengkaji perilaku manusia terdapat dua pandangan yang sangat berpengaruh. *Pertama* adalah pendapat kelompok psikologi behavioristik yang memiliki keyakinan bahwa psikologi seharusnya memiliki metode objektif yang satu dalam menjelaskan perilaku manusia. *Kedua* adalah pendapat kelompok postmodernisme yang memandang perilaku manusia sebagai objek psikologi yang memiliki kerumitan sehingga perlu dikaji menggunakan berbagai perpektif (Hanurawan, 2012). Pendapat pertama memiliki kesesuaian dengan

paradigma *positivisme*, sedangkan pendapat kedua lebih mengarah pada paradigma *pragmatisme*.

Paradigma *positivisme* meyakini bahwa kebenaran hanya dapat diperoleh melalui pendekatan yang objektif (Onwuegbuzie, 2002). Menurut pandangan positivisme penelitian hanya bisa dilakukan secara objektif jika peneliti bersifat independen dalam melihat suatu fenomena. Pandangan positivisme percaya bahwa beberapa orang yang diminta melakukan penelitian terhadap variabel yang sama akan menghasilkan kesimpulan yang sama jika penelitian dilakukan secara hati-hati menggunakan statistik (Creswell, 2009). Berbeda dengan paradigma positivisme, pandangan konstruktivisme atau paradigma interpretatif meyakini bahwa fenomena budaya atau perilaku manusia tidak bisa hanya dijelaskan menggunakan pendekatan kuantitatif karena budaya melibatkan persepsi dan pemaknaan subjektif terhadap suatu fenomena (Cohen, Manion, & Morrison, 2007).

Upaya menyatukan kedua pendekatan mulai muncul pada tahun 80-an yang dipelopori oleh paradigma pragmatis. Menurut Cohen, Manion, & Morrison (2007) Paradigma pragmatis lebih menekankan penggunaan metode penelitian berdasarkan pada kebutuhan. Menurut pendekatan ini pendekatan kuantitatif dan kualitatif dapat digunakan secara bersama-sama disesuaikan dengan kebutuhan peneliti (*Compatible*). Meskipun telah muncul paradigma pragmatis, penggunaan metode kualitatif dan campuran dalam penelitian psikologi khususnya masih terhambat oleh beberapa anggapan tentang kelemahan penelitian kualitatif yang tidak sepenuhnya benar.

Berdasar pada landasan epistemologi di atas, maka penelitian-penelitian tentang prokrastinasi akademik dapat dilakukan melalui pendekatan kuantitatif, pendekatan kualitatif dan juga pendekatan campuran (kuantitatif – kualitatif). Menurut penulis penelitian-penelitian prokrastinasi akademik saat ini lebih banyak menggunakan pendekatan kuantitatif (contoh: penelitian Solomon & Rothblum, 1984; Ferrari, 1995; Milgram, 200; Burka & Yuen, 2008; Steel, 2007; Klassen, 2010; Steel, 2016) sehingga hasil penelitian hanya memberikan gambaran tentang hubungan antar variabel atau perbedaan. Agar pengetahuan tentang prokrastinasi akademik dapat diperoleh secara lebih komprehensif maka perlu dilakukan penelitian menggunakan pendekatan kualitatif atau pendekatan campuran.

Dasar aksiologi penelitian tentang prokrastinasi akademik

Aksiologi adalah istilah yang pertama kali digunakan oleh Paul Lapie pada tahun 1902 untuk menjelaskan bidang filsafat yang sangat bergantung pada gagasan tentang nilai dan dengan demikian aksiologi dapat disebut sebagai teori tentang nilai (Rescher, 2005). Menurut Suriasumantri (2001) aksiologi adalah teori tentang nilai yang berkaitan dengan kegunaan dari suatu pengetahuan. Dapat disimpulkan aksiologi adalah cabang filsafat yang mengkaji tentang nilai dan kegunaan suatu pengetahuan.

Berdasar pada landasan aksiologi di atas, sebelum melakukan penelitian tentang prokrastinasi akademik perlu dilakukan kajian secara mendalam tentang manfaat yang akan diperoleh. Salah satu yang dapat dilakukan untuk mengetahui

sejauh mana penelitian yang akan dilakukan memberikan suatu manfaat adalah dengan mengkaji dampak dari prokrastinasi akademik.

Penelitian tentang prokrastinasi akademik penting dilakukan karena prokrastinasi akademik memiliki dampak yang negatif dalam kehidupan manusia. Dampak negatif tersebut dapat ditemui pada bidang akademik seperti penurunan nilai dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas akademik, ataupun di bidang kesehatan fisik dan psikis seperti merasa stres dan lebih sering menjalani perawatan kesehatan, khususnya menjelang akhir semester (Ferrari, et al., 1998). Penelitian Kiamarsi & Abolgasemi (2014) juga menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berhubungan dengan kerentanan psikologis siswa. Prokrastinasi menyebabkan penyesalan dan permasalahan dalam relasi siswa, seperti menghindari hubungan dan pemutusan hubungan (Krause & Freund, 2014; Kim & Seo, 2015).

Berdasar pada uraian mengenai dampak prokrastinasi akademik di atas, maka penelitian-penelitian tentang prokrastinasi akademik penting dilakukan karena dapat membantu manusia terhindar dari dampak negatif prokrastinasi akademik. Namun demikian, perlu dipahami bahwa aksiologi tidak hanya mempersoalkan tentang manfaat dari suatu penelitian. Lebih dari itu aksiologi juga mempersoalkan apakah suatu kegiatan penelitian telah dilakukan sesuai dengan standar etik yang ditetapkan. Artinya dalam melakukan penelitian prokrastinasi akademik, peneliti juga harus memastikan proses penelitian telah dilakukan sesuai dengan standar etik yang berlaku.

Menurut Hanurawan (2012) etika dalam penelitian akan berkembang seiring dengan berjalannya waktu. Penelitian klasik Bandura pada akhir 1950an dan awal tahun 1960an tentang peniruan sosial perilaku agresi, dimana dalam penelitian tersebut subjek penelitian akan diberikan rangsangan agar berperilaku agresi. Apa yang dilakukan oleh Bandura mungkin dibenarkan dan sesuai dengan standar etika di masa lalu, tetapi mungkin tidak sesuai lagi dengan standar etika pada masa sekarang. Lebih jelas menurut Hanurawan (2012) kriteria-kriteria terkait dengan standar etika dalam penelitian psikologi saat ini bisa mengacu pada aturan-aturan yang dikeluarkan oleh British Psychology Society (BPS) dan American Psychological Association (APA).

Menurut Baret dalam Hanurawan (2012) beberapa etika dalam penelitian yang perlu diperhatikan adalah: 1) peneliti harus memberikan perlindungan dan kesejahteraan partisipan penelitian; 2) peneliti harus mengkomunikasikan semua proses yang akan dilalui dalam kegiatan penelitian kepada subjek penelitian; 3) penerapan *desepsi* yang berarti tidak semua hal terkait penelitian dapat diinformasikan sehingga peneliti harus menjamin kesejahteraan subjek penelitian; 4) setelah pengambilan data penelitian, peneliti perlu memberikan penjelasan kepada subjek penelitian terkait beberapa hal yang berhubungan dengan kegiatan penelitian; 5) peneliti harus mengkomunikasikan kepada subjek penelitian bahwa mereka memiliki hak untuk menarik diri; 6) peneliti harus menjamin kerahasiaan subjek penelitian.

Kesimpulan

Psikologi pendidikan sebagai disiplin ilmu yang mengkaji perilaku manusia dalam pengaturan pendidikan tidak dapat dilepaskan dari filsafat ilmu. Topik-topik dalam psikologi pendidikan seperti memori, berpikir, perkembangan manusia, perilaku belajar (termasuk di dalamnya prokrastinasi akademik), motivasi, perbedaan individu, kreativitas, strategi pengajaran dan penilaian hanya bisa dijelaskan secara komprehensif melalui landasan ontologi, epistemologi dan aksiologi.

Sangat disarankan bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian tentang prokrastinasi akademik agar melakukan kajian tentang ontologi, epistemologi dan aksiologi yang mendasari konstruksi prokrastinasi akademik. Kajian ontologi akan membantu peneliti mengetahui secara mendalam tentang sejarah dan *state of the art* dari prokrastinasi akademik. Kajian tentang epistemologi akan membantu penelitian mengenali berbagai pendekatan yang digunakan dalam penelitian prokrastinasi akademik, dan melalui kajian aksiologi penelitian akan lebih memahami urgensi penelitian prokrastinasi akademik.

Referensi

- Al-Jauharie, I.K. (2010). *Filsafat Islam pendekatan tematik*, Pekalongan: Stain Pekalongan Press
- Beswick, G, Rothblum, E.D. and Mann, L. (1988) Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 23(2), 110-115
- Berliner, D.C. (2006). *Educational psychology: search for essence throughout a century of influence*. In P. Alexander & P. Winne (Eds.), *Handbook of educational psychology* (2nd ed.). Mahwah, NJ: Lawrence Earlbaum Associates, Inc. Publishers.
- Bird Alexander. (2004). *Kuhn and philosophy of science in the twentieth century*, United Kingdom: Department of Philosophy 9 Woodland Road Bristol BS8 1TB.
- Blunt & Pychyl. (2000). Task aversiveness and procrastination: A multi-dimensional approach to task aversiveness across stages of personal projects. *Personality and Individual Differences* 24(1).153-167
- Brownlow, S., & Reasinger, R. D. (2000). Putting off until tomorrow what is better done today: Academic procrastination as a function of motivation toward college work. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(2), 15-34.
- Bueno Otavio. *Epistemology and Philosophy of Science*, Department of Philosophy University of Miami
- Burka, J. B. & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What to Do About It Now*. Cambridge: Da Capo Press.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Cohen, L., Manion, L., and Morrison, K. (2007). *Research methods in education* (6th ed). Oxon: Routledge.

-
- Devaux, M & Lamanna, M. (2009). *The rise and early history of the term ontology (1606–1730)*", *Quaestio. Yearbook of the History of the Metaphysics*, 9, 2009, pp. 173-208 (on Leibniz pp. 197-198).
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Martin, T. R. (1995). Procrastination, negative self-evaluation, and stress in depression and anxiety: A review and preliminary model. In J. R. Ferrari, J. L. Johnson, & W. G. McCown, *The Plenum series in social/clinical psychology. Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment* (pp. 137-167). New York, NY, US: Plenum Press.
- Ferrari, J.R., Jhonson, J.L. & McCown, W.G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R., Keane, S., Wolf, R., & Beck, B. L. (1998), The Antecedents and Consequences of Academic Excuse-Making: Examining Individual Differences in Procrastination. *Research in Higher Education*, 39(3), 199-215.
- Ferrari, J.R., dkk. (2007). Frequent behavioral delay tendency by adults: International prevalence rates of chronic procrastination. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(1), 458–464.
- Gabbay. M.D., Thagard. P., Wood, J. (2007). *Handbook of the philosophy of science*, North Holland: Elsevier
- Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2013). Exploring the reasons and consequences of academic procrastination: An interview study. *European Journal of Psychology of Education*, 28(2), 841-861.
- Hamersma, H. (1992). *Pintu masuk ke dunia filsafat*, Yogyakarta: Kanisius
- Hanurawan, F. (2012). *Filsafat ilmu psikologi*, Malang: Fakultas Psikologi
- Heale, R., & Forbes, D. 2013. Understanding triangulation in research. *Evid Based Nurs*, 16(4), 98-112.
- Huda, M.J.S. (2015). *Perbandingan prokrastinasi akademik menurut pilahan jenis kelamin di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*. *PALASTREN*, 8(2), 110-120
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T., & Pope, L. (2003). Procrastination and perceptions of past, present, and future. *Individual Differences Research*, 1(1), 17-28.
- Klassen, R.M., Krawchuk, L.L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(1), 915–931.
- Klingsieck, B.K. (2013). Procrastination in Different Life-Domains: Is Procrastination Domain Specific?. *Current Psychology*, 32(1), 75–185
- Kiamarsi, A. & Abolghasemi, A. (2014). The relationship of procrastination and self-efficacy with Psychological vulnerability in students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 11(4), 858-862
- Kim, R.K. & Seo, H.E. (2015). *The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis*. Elsevier
- Krause, K. & Freund M. (2014). *Delay or procrastination-A comparison of self-report and behavioral measures of procrastination and their impact on affective well-being*. Elsevier

-
- Larkin, M., Eatough, V; Osborn, M. 2011. Interpretative phenomenological analysis and embodied, active, situated cognition. *Theory & Psychology*, 12(2), 1–20.
- Lefrancois, G.R. (1994). *Psychology for teaching (8 th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company
- Milgram, N., & Tenne, R. (2000). Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *European journal of Personality*, 14(2), 141-156.
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 29(1), 3-19.
- Onwuegbuzie, A. J. (2002). Positivists, post-positivists, post-structuralists, and postmodernists: Why can't we all get along? Towards a framework for unifying research paradigms. *Education*, 122(3), 518–530.
- Purnama, S. S., & Muis, D. T. (2014). Prokrastinasi akademik (penundaan akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya Academic. *Jurnal BK Unesa*, 4(1), 628-92.
- Rescher, Nicholas (2005). *Value matters: Studies in axiology*. Frankfurt: Ontos Verlag.
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and Source. *Journal of Counseling Psychology*, Vol 33(4), 387-394.
- Schouwenburg, H.C. & Lay, C.H. (1994). *Trait procrastination and the big-five factors of personality*. Groningen: Groningen University
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Steel, P. (2003a). *The history, definition, and measurement of procrastination*. Unpublished research for University of Calgary.
- Steel, P. (2003b). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of selfregulatory failure*. Unpublished research for University of Calgary.
- The Liang Gie, 2007. *Pengantar filsafat ilmu*. Liberty. Yogyakarta.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Tuckman, B. (2002). Academic procrastinators: Their reationalizations and web-course performance. *Paper presented at the 110th Anual Meeting of the American Psychological Association*, Chicago, Illinois.
- Surajiyo. (2008). *Ilmu filsafat*, Jakarta: Bumi Aksara
- Suriasumantri, J.S. (2001). *Filsafat ilmu: Sebuah pengantar populer*. Jakarta: Sinar Harapan
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Self-Efficacy for Self-Regulated Learning: A Validation Study. *Educational and Psychological Measurement*, 68(1), 443-463.
- Van Eerde, W. (2000). Procrastination: Self-regulation in initiating aversive goals. *Applied Psychology*, 49(3), 372-389.