

Prokrastinasi akademik mahasiswa, kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya

Aura Salsabil Cannitasari*, Wiwik Sulistiani, Dewi Mahastuti

Universitas Hang Tuah

*aura.fpsi20@hangtuah.ac.id

Abstract. *Academic procrastination is a form of behavior that tends to delay academic activities. The purpose of this study was to determine the relationship between smartphone addiction and peer conformity with academic procrastination in college students. This study used a quantitative approach with a survey method, with a total of 121 students selected using saturated sampling technique. Data were analyzed using multiple correlation and product moment correlation with the help of SPSS 27 for Windows software. The results showed that there was a significant relationship between smartphone addiction and peer conformity with academic procrastination ($r = 0.414$, $p < 0.05$), the relationship between smartphone addiction with academic procrastination ($r = 0.409$, $p < 0.05$), and the relationship between peer conformity with academic procrastination ($r = 0.400$, $p < 0.05$). This study can be a reference to prevent procrastination behavior from occurring in college students.*

Keywords: academic procrastination, conformity, smartphone addiction

Abstrak. Prokrastinasi akademik adalah bentuk perilaku kecenderungan menunda kegiatan akademik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei, dengan jumlah subjek 121 mahasiswa yang dipilih dengan teknik sampling jenuh. Data dianalisis menggunakan korelasi ganda dan korelasi product moment dengan bantuan software SPSS 27 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik ($r = 0,414$, $p < 0.05$), hubungan antara kecanduan smartphone dengan prokrastinasi akademik ($r = 0,409$, $p < 0.05$), dan hubungan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik ($r = 0.400$, $p < 0.05$). Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mencegah perilaku prokrastinasi terjadi pada mahasiswa.

Kata kunci: kecanduan smartphone, konformitas, prokrastinasi akademik

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan tertinggi yang mempersiapkan mahasiswa untuk menghadapi tantangan di masa depan. Berdasarkan Undang-Undang

No. 53 Pasal 9 huruf e tahun 2023, program sarjana disiapkan untuk membentuk mahasiswa menjadi individu yang memiliki kemampuan teoretis dan praktis dalam bidang pengetahuan tertentu. Jurusan ilmu teknik sebagai salah satu bidang ilmu eksakta, memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup manusia melalui perancangan, pengembangan, dan pengoptimalisasi berbagai benda serta sistem.

Mahasiswa pada umumnya berada dalam rentang usia 18-25 tahun, yang merupakan masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa awal (Santrock, 2019). Pada masa ini, terjadi perkembangan fisik, kognitif dan psikososial yang sangat signifikan (Feldman, 2017). Menurut Santrock, (2019), individu pada masa perkembangan dewasa awal cenderung merasa lebih dewasa ketika memasuki dunia perkuliahan. Hal ini disebabkan oleh kesempatan yang lebih luas bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi gaya hidup dan nilai yang berbeda. Mahasiswa juga menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya, sementara pengawasan orang tua terhadap anak saat berkuliah menjadi lebih minim. Mahasiswa juga merasa tertantang secara intelektual oleh tugas-tugas akademis yang diberikan.

Faktanya tidak semua mahasiswa siap dalam mengembangkan potensi saat memasuki masa dewasa awal. Beberapa mahasiswa sering melakukan penundaan dalam bidang akademik, yang dikenal sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan bentuk perilaku kecenderungan menunda kegiatan akademik. Dampak prokrastinasi akademik dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada individu yang terburu-buru menyelesaikan tugas untuk memenuhi tenggat waktu pengumpulan (McCloskey, 2011).

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa menurut (McCloskey, 2011) yaitu gangguan perhatian. Gangguan perhatian mengacu pada kondisi di mana fokus individu gampang teralihkan dari suatu tugas atau aktivitas yang sedang dilakukan. Salah satu bentuk gangguan perhatian, dapat berasal dari notifikasi smartphone. Notifikasi smartphone yang terus menerus muncul akan membuat individu mengalami gangguan perhatian dan mengakibatkan individu

tidak dapat memfokuskan perhatian terhadap tugas atau kegiatan yang sedang dilakukan. Salah satu bentuk gangguan perhatian adalah kecanduan smartphone.

Menurut (Csibi et al., 2017), kecanduan smartphone merupakan pola perilaku yang ditandai dengan penggunaan secara kompulsif dan berlebihan, meskipun individu mengetahui konsekuensi negatif yang dimiliki oleh smartphone. Lebih lanjut, menurut (Arthy et al., 2019) penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan masalah psikososial, di mana individu akan lebih tertarik pada penggunaan smartphone dibandingkan berinteraksi dengan orang lain.

Penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan efek buruk pada perilaku individu. Penggunaan smartphone yang berlebihan dan tidak terkendali dapat menyebabkan kecanduan dalam penggunaannya (Tian et al., 2021). Kecanduan smartphone merupakan pola perilaku yang ditandai dengan penggunaan secara kompulsif dan berlebihan, meskipun individu mengetahui konsekuensi negatif yang dimiliki oleh smartphone (Csibi et al., 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Bakri, 2021) tentang hubungan kecanduan smartphone dengan prokrastinasi akademik diperoleh p value = 0,269 ($p < 0,05$) dan memberikan kontribusi signifikan sebesar 33,4% terhadap prokrastinasi akademik. Hasil tersebut menunjukkan semakin tinggi kecanduan smartphone maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik.

Selain kecanduan smartphone adapun faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu faktor sosial. Faktor sosial dapat berupa keluarga dan teman sebaya. peran teman sebaya sangat menentukan baik dan buruknya perilaku individu yang diperoleh dari menjalin hubungan dengan orang lain, mahasiswa akan lebih tertarik dengan individu yang memiliki sikap atau nilai yang sama satu sama lain, hal tersebut memberikan dampak atau pengaruh yang cukup signifikan dalam pengambilan keputusan mahasiswa (Santrock, 2019).

Konformitas teman sebaya adalah perubahan perilaku individu untuk menyelaraskan diri agar lebih mirip dengan standar kelompok atau teman sebayanya (Taylor et al., 2009). Dalam hal ini, individu akan mengadaptasi sikap dan perilaku

kelompok, dimana peran teman sebaya sangat menentukan baik dan buruknya perilaku individu yang diperoleh dari menjalin hubungan dengan orang lain (Santrock, 2019). Konformitas juga dapat dipahami sebagai perubahan perilaku sebagai akibat dari tekanan kelompok (Myers & Twenge, 2022). Hal ini terlihat dari kecenderungan individu untuk selalu menyesuaikan perilakunya dengan kelompok acuan, sehingga dapat terhindar dari celaan maupun keterasingan.

Menurut (Myers & Twenge, 2022) individu cenderung untuk mengikuti dan menyesuaikan diri dengan norma-norma serta ekspektasi kelompok agar terhindar dari celaan maupun keterasingan, menyebabkan individu mengubah perilaku agar menyesuaikan diri dengan teman sebaya. Lebih lanjut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Novalyne & Soetjningsih, 2022) menemukan korelasi kecanduan smartphone dan prokrastinasi akademik dengan koefisien korelasi 0,337 dan sig. f change 0,000, serta memberikan kontribusi efektif sebesar 10,6% terhadap kecanduan smartphone. Artinya ada hubungan antara kecanduan smartphone dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diartikan jika mahasiswa yang memiliki perilaku kecanduan smartphone tinggi, maka mahasiswa tersebut akan cenderung melakukan perilaku prokrastinasi akademik pada tugas akademiknya.

Berdasarkan uraian diatas terkait hubungan antara kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Maka peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis studi korelasional atau survei. Penelitian kuantitatif korelasional adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antar variabel (Azwar, 2017). Variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik dan variabel bebas yaitu kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya. Subyek dalam penelitian ini adalah 121 mahasiswa disalah satu perguruan tinggi swasta di Surabaya. Teknik sampling yang

digunakan dalam penelitian ini adalah yaitu nonprobability sampling dengan quota sampling. Quota sampling adalah menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu hingga jumlah kuota yang diinginkan (Sugiyono, 2019).

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tiga skala antara lain: (1) Prokrastinasi akademik diukur dengan Academic Procrastination Scale-Short (APS-S) yang disusun oleh (McCloskey, 2011) dan telah diadaptasi oleh Rasyid et al. (2023) dengan skala yang berjumlah 5 item. Skor reliabilitas yang didapatkan adalah 0,807; (2). Variabel kecanduan smartphone diukur menggunakan skala Smartphone Application-Based Addiction Scale (SABAS) yang telah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Nurmala et al. (2022). Aspek-aspek yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan aspek kecanduan smartphone yaitu, time distortion, negative impact on daily life activities and relationships, craving, dan tolerance (Csibi et al., 2017). Skor reliabilitas yang didapat adalah 0,752. (3). Variabel konformitas teman sebaya diukur menggunakan indikator konformitas dari (Myers & Twenge, 2022) yaitu acceptance, compliance, dan obedience. Skala disajikan dalam bentuk aitem favorable dan unfavorable dengan jumlah aitem sebanyak 25. Skor reliabilitas yang didapat adalah 0,791.

Teknik analisis data dilakukan menggunakan pearson correlation dengan bantuan software SPSS versi 27 for windows.

HASIL

Hasil uji statistik deskriptif disajikan pada tabel 1.

Tabel 1.
Kategori masing-masing variabel

Variabel	Kategori					
	T	%	S	%	R	%
Prokrastinasi akademik	72	59,5	30	24,8	19	15,7
Kecanduan <i>smarthphone</i>	75	62	39	32,2	7	5,8
Konformitas teman sebaya	36	29,8	44	36,4	41	33,9

Deskripsi masing-masing variabel dijelaskan pada tabel 1, yaitu: (1) Prokrastinasi akademik, sebagian besar mahasiswa atau sebesar 59,5% memiliki

Prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi, 24,8% dalam kategori sedang dan sebanyak 15,7% memiliki Prokrastinasi akademik dalam kategori rendah; (2) Kecanduan smartphone, sebanyak 62% mahasiswa memiliki kecanduan smartphone dalam kategori tinggi dan 32,2% memiliki kecanduan smartphone dalam kategori sedang dan 7 memiliki kecanduan smartphone dalam kategori rendah; (3) Konformitas teman sebaya, sebanyak 29,8% mahasiswa memiliki konformitas teman sebaya dalam kategori tinggi, sebanyak 36,4% memiliki konformitas teman sebaya dalam kategori sedang dan 33,9% memiliki konformitas teman sebaya dalam kategori rendah.

Analisis deskriptif untuk indikator prokrastinasi akademik terhadap subjek dapat dilihat pada gambar 1.

Gambar 1.

Analisa deskriptif indikator prokrastinasi akademik



Gambar 1 menunjukkan kategori prokrastinasi akademik pada subyek penelitian menunjukkan skor tertinggi pada dimensi psychological beliefs dengan presentase (42%), lalu personal initiative dan laziness dengan presentase (20%), dan yang terakhir time management dengan presentase (18%).

Sebelum dilakukan uji hipotesis dilakukan uji asumsi. Uji asumsi dilakukan dengan uji normalitas dan uji linieritas. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai sig 0,184 > dari 0,05 maka data menunjukkan distribusi normal, tabel 2.

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas

Prokrastinasi Akademik	Kolmogorov – Smirnov		
	Statistic	Df	Sig.
	0,073	121	0,184

Hasil uji linearitas antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel kecanduan *smartphone* dilihat dari tabel 3.

Tabel 3.
Hasil Uji Linieritas Kecanduan Smartphone dengan Prokrastinasi Akademik

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * Kecanduan <i>smartphone</i>	Between Groups	(Combined)	103.474	16	6.467	2.317	,006
		Linearity	63.216	1	63.216	22.650	<,001
		Deviation from Linearity	40.258	15	2.684	,962	,501
	Within Groups		273.517	88	2.791		
Total			376.991	120			

Berdasarkan hasil uji linieritas pada variabel kecanduan *smartphone* dengan prokrastinasi akademik memperoleh hasil signifikansi (Sig) < 0,001. Maka menunjukkan bahwa $0,001 < 0,05$ sehingga terdapat hubungan yang linier pada variabel kecanduan *smartphone* dengan prokrastinasi akademik. Kemudian hasil uji linieritas pada variabel dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik memperoleh hasil signifikansi (Sig) < 0,001. Maka terdapat hubungan yang linier pada variabel dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik. Hasil korelasi masing-masing variabel ditunjukkan dalam tabel 4.

Tabel 4.
Alpha Cronbach dan Korelasi antar variables (N=121)

Variabel	α	1	2	3
1 Prokrastinasi akademik	0,804	-	0,409**	0,400**
2 Kecanduan <i>smarthphone</i>	0,755		-	-
3 Konformitas teman sebaya	0,791			-

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil uji korelasi antara kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya, menunjukkan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ dengan nilai korelasi sebesar 0,409 artinya variabel kecanduan smartphone memiliki hubungan positif dengan prokrastinasi akademik. Hasil uji korelasi antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai signifikansi $0,008 < 0,005$ dan nilai korelasi sebesar 0,400 artinya, terdapat hubungan positif antara variabel konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik. Uji hipotesis ditunjukkan dalam tabel 5

Tabel 5.
Hasil Uji Hipotesis

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df ¹	df ²	Sig. F Change
1	0,414 ^a	,572	,157	1.670	,572	11.610	2	118	<,001

Hasil uji hipotesis pada penelitian ini memperoleh nilai signifikansi $0,001 < 0,005$ dengan nilai korelasi 0,414 artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik dan memiliki arah hubungan yang positif.

Hasil uji T-test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara mean responden laki-laki dengan perempuan menunjukkan mean laki-laki sebesar 2,50 lebih tinggi daripada mean perempuan sebesar 2,36. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki prokrastinasi akademik lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa Perempuan.

Tabel 6.
Hasil Uji T-test

Group Statistics					
	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Prokrastinasi	laki-laki	82	18,30	5,528	0,610
Akademik	Perempuan	39	17,64	5,397	0,864

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis deskriptif variabel prokrastinasi akademik, didapatkan data bahwa sebagian besar subyek dalam penelitian ini memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik tinggi. Hal ini mengindikasikan adanya kemalasan saat mengerjakan tugas, keengganan terhadap tugas, dan perfeksionis karena merasa khawatir tidak dapat memenuhi harapan terkait tugas yang sedang dikerjakan (Rengganis & Muis, 2017). Berdasarkan analisis indikator prokrastinasi akademik, diketahui indikator dengan persentase tertinggi adalah indikator psychological beliefs sebesar 42%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah terkait tugas yang dimiliki. Kemudian indikator personal initiative dan laziness menunjukkan presentase 20%. Hal ini menunjukkan mahasiswa sering kali muncul rasa malas saat akan mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik dan inisiatif diri yang rendah. Indikator time management menunjukkan persentase 18%, data ini mencerminkan terdapat mahasiswa yang belum mampu membagi waktu antara tugas akademik dan kegiatan lainnya.

Hasil analisis deskriptif pada variabel kecanduan smartphone menunjukkan bahwa sebagian besar subyek memiliki kecanduan smartphone pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa menghabiskan waktu yang lebih lama dengan menggunakan smartphone. Hasil analisis deskriptif pada variabel konformitas teman sebaya menunjukkan sebagian besar pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung mengikuti arahan yang diberikan oleh teman sekelompok tanpa memperhitungkan ajakan tersebut baik atau salah.

Hasil uji hipotesis membuktikan bahwa hipotesis dalam penelitian dapat diterima dengan arah hubungan positif. Hal ini artinya semakin tinggi kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Mahasiswa dengan kecanduan smartphone tinggi cenderung akan sulit memahami tugas perkuliahan dengan baik dan tidak dapat berfikir dengan fokus pada

tugas perkuliahan. Sementara itu, mahasiswa dengan konformitas teman sebaya yang tinggi cenderung akan mengikuti perilaku teman sebayanya dalam mengerjakan tugas, dan memiliki keterbatasan kemampuan kritis dalam memahami tugas perkuliahan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bakri, 2021) menemukan hubungan kecanduan smartphone dengan prokrastinasi akademik dengan kontribusi sebesar 33,4%. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh (Arfah et al., 2022) menunjukkan kontribusi sebesar 31,1%. Penelitian tentang konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik dilakukan oleh (Novalyne & Soetjningsih, 2022) menunjukkan temuan adanya korelasi dengan $r=0,337$. Penelitian berikutnya dilakukan oleh (Cinthia & Kustanti, 2017) menunjukkan r sebesar 0,431 dan sig. f change 0,000, serta memberikan sumbangan efektif sebesar 18,6% terhadap prokrastinasi akademik. Temuan penelitian ini memperkuat temuan dalam penelitian ini yang menunjukkan bahwa kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya memainkan peran penting dalam meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik.

(McCloskey, 2011), menyatakan bahwa mahasiswa mudah terdistraksi oleh penyebab gangguan perhatian dan faktor sosial. Gangguan perhatian disebabkan karena individu kesulitan dalam memfokuskan perhatian pada tugas atau aktivitas yang sedang dilakukan. Bentuk gangguan perhatian dapat berupa melakukan kegiatan yang individu gemari, bermain smartphone. Bermain smartphone dapat menyebabkan individu mengalami gangguan perhatian. Hal ini dapat menyebabkan individu menunda-nunda menyelesaikan tugas karena tidak dapat memfokuskan perhatian. Salah satu bentuk gangguan perhatian, dapat berasal dari notifikasi smartphone. Notifikasi smartphone yang terus menerus muncul akan membuat individu mengalami gangguan perhatian dan mengakibatkan individu tidak dapat memfokuskan perhatian terhadap tugas atau kegiatan yang sedang dilakukan. Salah satu bentuk gangguan perhatian adalah kecanduan smartphone. Menurut (Tian et al., 2021) penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan efek buruk pada perilaku individu. Penggunaan smartphone yang berlebihan dan tidak terkendali dapat menyebabkan kecanduan dalam penggunaannya. Lebih lanjut (Csibi et al., 2017), menyatakan

kecanduan smartphone merupakan pola perilaku yang ditandai dengan penggunaan secara kompulsif dan berlebihan, meskipun individu mengetahui konsekuensi negatif yang dimiliki oleh smartphone.

Masa dewasa awal individu akan memiliki lebih banyak waktu untuk dihabiskan dengan teman sebaya; melakukan kegiatan yang lebih disukai seperti menonton konser, bermain handphone, dan pergi ke tempat yang sedang trend; memiliki banyak kesempatan untuk mengeksplorasi gaya hidup dan nilai yang berbeda; serta menikmati kebebasan yang lebih besar dari pengawasan orang tua. Namun, kebebasan dan kesempatan yang lebih besar dapat menjadi faktor yang memicu prokrastinasi akademik, karena mahasiswa mungkin lebih cenderung menghabiskan waktu dengan teman sebayanya dan melakukan kegiatan yang lebih disukai daripada fokus terhadap tugas perkuliahan. Kondisi ini dapat berkontribusi pada kesulitan individu dalam mengelola waktu dan prioritas, sehingga mahasiswa memiliki kecenderungan untuk menunda pekerjaan yang harus diselesaikan (Santrock, 2019). Lebih lanjut (Myers & Twenge, 2022), menjelaskan individu cenderung untuk mengikuti dan menyesuaikan diri dengan norma-norma serta ekspektasi kelompok agar terhindar dari celaan maupun keterasingan, menyebabkan individu mengubah perilaku agar menyesuaikan diri dengan teman sebaya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki prokrastinasi lebih tinggi dibanding dengan anak perempuan. Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya yang juga menemukan mahasiswa laki-laki memiliki prokrastinasi lebih tinggi dibandingkan perempuan (Huda, 2015; Lubis & Meliala, 2022).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Semakin tinggi kecanduan smartphone dan konformitas teman sebaya maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian juga

menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki prokratinasi akademik dalam kategori tinggi, kecanduan smartphone dalam kategori tinggi dan konformitas teman sebaya dalam kategori sedang. Mahasiswa laki-laki memiliki kecenderungan prokratinasi akademik lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan. Hasil ini dapat menjadi referensi bagi pengelola pendidikan tinggi untuk mengatasi persoalan prokratinasi akademik pada mahasiswa agar dapat menyelesaikan studi tepat waktu.

REFERENSI

- Arfah, T., Tamar, M., & Norhafizah. (2022). Contribution of Peer Conformity to Student's Academic Procrastination. *Proceedings of the Interdisciplinary Conference of Psychology, Health, and Social Science (ICPHS 2021)*, 639(Icphs 2021), 18–23. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220203.004>
- Arthy, C. C., Effendy, E., Amin, M. M., Loebis, B., Camellia, V., & Husada, M. S. (2019). Indonesian version of addiction rating scale of smartphone usage adapted from smartphone addiction scale-short version (SAS-SV) in junior high school. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(19), 3235–3239. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.691>
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakri, R. P. (2021). Pengaruh Stres Akademik dan Kecanduan Smartphone Terhadap Prokratinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 578. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6501>
- Cinthia, R. R., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokratinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Empati*, 6(April), 31–37.
- Csibi, S., Griffiths, M. D., Cook, B., Demetrovics, Z., & Szabo, A. (2017). The Psychometric Properties of the Smartphone Application-Based Addiction Scale (SABAS). *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(2), 393–403. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9787-2>
- Feldman, R. S. (2017). *Development across the life span* (Ninth Edit). Pearson.
- Huda, M. J. N. (2015). Perbandingan Prokratinasi akademik menurut Pilahan Jenis kelamin di uin sunan kalijaga yogyakarta. *Palastren*, 8(2), 423–438.
- Lubis, I. H., & Meliala, S. M. S. (2022). Perbedaan prokratinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa universitas x stambuk 2018. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 3(2), 107–112.
- McCloskey, J. D. (2011). Finally, my thesis on academic procrastination. In *The university of texas at arlington arlington*: Vol. (Issue). THE UNIVERSITY OF TEXAS AT ARLINGTON.
- Myers, D. G., & Twenge, J. M. (2022). *Social Psychology* (fourteenth). McGraw Hill Education.
- Novalyne, P. O., & Soetjningsih, C. H. (2022). Fenomena Prokratinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 637. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8636>

- Rengganis, Y. N., & Muis, D. T. (2017). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 7(2), 1–7. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/18984>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development Sixteenth Edition*. In *Life-span development*, 7th ed. McGraw-Hill Higher Education.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian & pengembangan*. Bandung: Alfabeta.
- Tian, J., Zhao, J. Y., Xu, J. M., Li, Q. L., Sun, T., Zhao, C. X., Gao, R., Zhu, L. Y., Guo, H. C., Yang, L. Bin, Cao, D. P., & Zhang, S. E. (2021). Mobile Phone Addiction and Academic Procrastination Negatively Impact Academic Achievement Among Chinese Medical Students. *Frontiers in Psychology*, 12(November), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.758303>