



<http://ijec.ejournal.id>

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (print) || ISSN 2541-2787 (online)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Research Based Article

Prokrastinasi akademik remaja penggemar k-pop di Indonesia

Rina Nurhudi Ramdhani¹, Monica Surya Lestari Boreel²

^{1,2} Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Article History

Received: 01.06.2023
Received in revised form:
26.01.2023
Accepted: 28.01.2023
Available online: 31.01.2023

ABSTRACT

ACADEMIC PROCRASTINATION IN YOUNG INDONESIAN K-POP FANS. Many young K-Pop fans are very active in using social media so that it is indicated that it will trigger academic procrastination behavior. This study aims to find out the general description of academic procrastination in young Indonesian K-Pop fans. This study uses a quantitative research design. The subjects of this study were 400 young K-Pop fans (388 girls and 12 boys). The technique of determining the sample using nonprobability sampling technique with purposive sampling method. In this study, data measurement used the academic procrastination questionnaire which measures academic procrastination in the area of academic procrastination and the reasons for doing academic procrastination. The results showed that the picture of academic procrastination in young Indonesian K-Pop fans was in the moderate category. The results of this study are expected to provide insight and become a reference in designing guidance and counseling services to reduce academic procrastination.

KEYWORDS: academic procrastination, adolescents, guidance and counselling.

DOI: 10.30653/001.202371.254



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
© 2023 Rina Nurhudi Ramdhani, Monica Surya Lestari Boreel.

PENDAHULUAN

Pada masa perkembangan remaja, remaja akan cenderung untuk memiliki minat terhadap sesuatu. Salah satu minat remaja yang banyak diminati adalah menggemari Korean Pop (K-Pop). Korean Pop atau K-pop adalah sebuah jenis musik populer yang berasal dari Korea Selatan (Lie, 2012). Remaja penggemar K-Pop diketahui banyak menggunakan media sosial untuk mencari tahu informasi dan tren mengenai K-Pop dan berinteraksi dengan sesama penggemar ataupun idolanya sendiri (Faiza, 2020). Penggunaan media sosial menjadi salah satu hal yang sering dilakukan oleh remaja penggemar K-Pop. Hasil survei yang dilakukan oleh situs web Kumparan menunjukkan bahwa 56% penggemar K-Pop mencari informasi melalui media sosial mengenai idola favoritnya dengan menghabiskan waktu 1-5 jam, dan 28% penggemar K-Pop dapat

¹ Corresponding author's address: Program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.
Email: rinanurhudiramdhani@upi.edu

menggunakan hingga 6 jam lebih untuk mencari kegiatan yang dilakukan oleh idola yang disukainya (Rinata & Dewi, 2019).

Penggunaan media sosial yang berlebihan menyebabkan para remaja penggemar K-Pop terindikasi mengalami perilaku prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah tindakan sia-sia menunda menyelesaikan tugas sampai mengalami ketidaknyamanan subjektif (Solomon & Rothblum, 1984). Prokrastinasi akademik merupakan penundaan penyelesaian tugas akademik yang disengaja, baik dalam memulai maupun penyelesaian, terlepas dari kenyataan bahwa penundaan dapat memiliki efek negatif. Kegiatan prokrastinasi akademik dapat berupa penundaan mengerjakan tugas, penundaan untuk belajar, penundaan untuk masuk kelas, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang berkaitan dengan akademik dan dapat mengakibatkan konsekuensi negative (Steel, 2007).

Remaja yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan (Ferrari dkk., 1995). Remaja yang melakukan prokrastinasi menganggap bahwa mengerjakan tugas adalah hal tidak menyenangkan, kurangnya inisiatif untuk melakukan sesuatu, dan kurang fokus serta mudah terdistraksi (Nopita dkk., 2021). Hal ini dapat terjadi karena kurangnya fungsi pengaturan diri remaja (Ellis & Knaus, 1977; Mandasari & Nirwana, 2019; Rebetz dkk., 2016; Steel, 2007). Selain itu, rendahnya motivasi dan kemampuan manajemen waktu ketika menggunakan media sosial dapat menjadi salah satu pemicu terjadinya prokrastinasi hingga membuat aktivitas belajar menurun (Rizkia, 2021). Prokrastinasi akademik dapat memberikan berbagai dampak negatif, seperti mendapatkan nilai rendah dan pengunduran diri (Steel, 2010), kecemasan dan depresi (Dietz dkk., 2007), rendahnya harga diri (Steel, 2007), serta rasa malu dan penghinaan (Farahani, 2015).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran umum prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia. Remaja penggemar K-Pop Indonesia dipilih sebagai sasaran penelitian dikarenakan pada penelitian terdahulu sasaran penelitian banyak berfokus pada peserta didik maupun mahasiswa secara umum, belum banyak penelitian yang berfokus pada sasaran khusus seperti remaja penggemar K-Pop. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan memperkaya hasil penelitian terdahulu. Selain itu, urgensi dari hasil penelitian ini dapat menjadi gambaran awal dalam perumusan layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik di masa yang akan mendatang

METODE

Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian survei. Partisipan penelitian merupakan remaja penggemar K-Pop Indonesia yang berjumlah 400 orang. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Adapun kriteria pemilihan sampel didasarkan pada 2 (dua) hal, yaitu remaja berusia 12-18 tahun dan seorang penggemar K-Pop.

Instrumen penelitian berupa angket yang diadaptasi dan dikembangkan dari *Procrastination Assesment Scale-Student* (PASS) karya Solomon dan Rothblum (1984). Angket prokrastinasi akademik terdiri dari 63 item pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan pilihan jawaban menggunakan skala likert. Terdapat 5 (lima) alternatif jawaban yang dapat dipilih oleh responden, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai

(KS), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan favorable akan diberikan skor 5-1 tergantung pada jawaban yang dipilih oleh responden, sedangkan pernyataan unfavorable akan diberikan skor 1-5 tergantung pada jawaban yang dipilih responden sesuai dengan pilihan jawaban yang tersedia.

Konsep dari angket prokrastinasi akademik ini terdiri dari dua area yang ditinjau yaitu (1) area prokrastinasi akademik, yaitu menulis laporan, belajar dalam menghadapi ujian, tugas membaca mingguan, tugas kehadiran, tugas administratif, dan tugas akademik secara umum serta (2) alasan melakukan prokrastinasi yaitu, kesulitan dalam membuat tugas, enggan mengerjakan tugas, kecemasan evaluasi, perfeksionis, manajemen waktu yang buruk, ketergantungan dan mencari bantuan, kurang percaya diri, kurang tegas, takut akan sukses, kewalahan, pemberontakan melawan kontrol, dan pengaruh teman sebaya.

Instrumen prokrastinasi memiliki 63 pernyataan yang kemudian dilakukan uji validitas menggunakan metode analisis *Spearman rho's*. Uji validitas dilakukan menggunakan teknik *build-in*, yaitu teknik yang menggunakan keseluruhan data hasil penyebaran instrumen juga digunakan untuk menguji validitas item pernyataan di dalam instrumen. Hasil uji validitas dari 63 item pernyataan seluruhnya menunjukkan bahwa 61 item pernyataan dinyatakan valid dan 2 item pernyataan dinyatakan tidak valid. Selain itu, instrumen penelitian juga sudah diuji reliabilitasnya dengan metode analisis *Split Half Meter*. Adapun nilai koefisien reliabilitas instrumen prokrastinasi akademik sebesar 0,826 dan dikategorikan sebagai kategori tinggi (*high*).

Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif dan pengkategorian data menjadi 3 kategori yaitu, tinggi, sedang dan rendah. Adapun kategori data dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kategorisasi Data

Rentang Skor Rata-Rata	Kategori
3,67 – 5,00	Tinggi
2,34 – 3,66	Sedang
1,00 – 2,33	Rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian pada responden menunjukkan remaja penggemar K-Pop Indonesia terdiri dari 12 orang partisipan laki-laki dan 388 orang partisipan perempuan. Partisipan terbanyak berasal dari daerah Jawa Barat sebanyak 121 orang, diikuti dengan daerah Jawa Timur sebanyak 63 orang, kemudian Jawa Tengah sebanyak 57 orang, DKI Jakarta 35, Banten 28, dan daerah lainnya yang berkontribusi di angka 12, 11, 8, 7, 5, 4 dan 3 orang. Secara lebih lengkap, daerah asal partisipan ditampilkan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Asal Daerah Partisipan

Asal Daerah	Jumlah	Persentase
Bali	7	2%
Banten	28	7%

Asal Daerah	Jumlah	Persentase
Bandar Lampung	12	3%
Bengkulu	3	1%
DIY Yogyakarta	12	3%
DKI Jakarta	35	9%
Jambi	5	1%
Jawa Barat	121	30%
Jawa Tengah	57	14%
Jawa Timur	63	16%
Kalimantan Barat	3	1%
Kalimantan Selatan	5	1%
Kalimantan Tengah	3	1%
Kalimantan Timur	8	2%
Kepulauan Riau dan Riau	3	1%
Maluku	3	1%
Nusa Tenggara Barat	3	1%
Sulawesi Selatan	11	3%
Sumatera Barat	3	1%
Sumatera Selatan	4	1%
Sumatera Utara	11	2%

Gambaran prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia pada area prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi 3 (tiga) kategori, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Secara rinci gambaran prokrastinasi akademik pada area prokrastinasi akademik disajikan pada Tabel 3 sebagai berikut.

Tabel 3. Prokrastinasi Akademik Pada Area Prokrastinasi Akademik

Kategori	Frekuensi	Persentase	Jumlah Skor Keseluruhan	Mean
Tinggi	5	1%	1023	2,56 (Sedang)
Sedang	251	63%		
Rendah	244	36%		

Secara umum, gambaran prokrastinasi akademik pada aspek area prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia memiliki rata-rata skor sebesar 2,56 yang berada pada rentang 2,34 - 3,66 atau pada kategori sedang. Prokrastinasi akademik pada aspek area prokrastinasi akademik memiliki 6 (enam) indikator, yaitu 1) menulis laporan; 2) belajar dalam menghadapi ujian; 3) tugas membaca mingguan; 4) tugas administratif; 5) tugas kehadiran; dan 6) tugas akademik secara umum. Adapun, secara rinci hasil analisis data terkait area prokrastinasi akademik ditunjukkan pada Tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 4. Prokrastinasi Akademik Indikator Area Prokrastinasi Akademik

Indikator	Kategori	Frekuensi	Persentase	Jumlah Skor Keseluruhan	Mean
Menulis Laporan	Tinggi	33	8%	1157	2,90 (Sedang)
	Sedang	293	73%		

Indikator	Kategori	Frekuensi	Persentase	Jumlah Skor Keseluruhan	Mean
Belajar Dalam Menghadapi Ujian	Rendah	74	19%	909	2,27 (Rendah)
	Tinggi	28	7%		
	Sedang	122	30%		
Tugas Membaca Mingguan	Rendah	250	63%	1053	2,63 (Sedang)
	Tinggi	33	8%		
	Sedang	219	55%		
Tugas Administratif	Rendah	148	37%	931	2,33 (Rendah)
	Tinggi	50	12%		
	Sedang	116	29%		
Tugas Kehadiran	Rendah	234	59%	759	1,90 (Rendah)
	Tinggi	10	2%		
	Sedang	79	20%		
Tugas Akademik Secara Umum	Rendah	311	78%	1276	3,19 (Sedang)
	Tinggi	88	22%		
	Sedang	288	72%		
	Rendah	24	6%		

Gambaran prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia pada alasan melakukan prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi 3 (tiga) kategori, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Adapun hasil analisis data terkait alasan melakukan prokrastinasi akademik disajikan pada Tabel 5 sebagai berikut.

Tabel 5. Prokrastinasi Akademik Pada Alasan Melakukan Prokrastinasi Akademik

Kategori	Frekuensi	Persentase	Jumlah Skor Keseluruhan	Mean
Tinggi	6	1%	1102	2,75 (Sedang)
Sedang	330	83%		
Rendah	64	16%		

Secara umum, gambaran prokrastinasi akademik pada aspek alasan prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia memiliki rata-rata skor sebesar 2,75 yang berada pada rentang 2,34 - 3,66 atau pada kategori sedang. Prokrastinasi akademik pada aspek alasan melakukan prokrastinasi akademik memiliki 12 (dua belas) indikator, yaitu 1) kesulitan dalam mengambil keputusan; 2) enggan mengerjakan tugas; 3) kecemasan evaluasi; 4) perfeksionis; 5) manajemen waktu yang buruk; 6) ketergantungan dan mencari bantuan; 7) kurang percaya diri; 8) kurang tegas; 9) takut akan sukses; 10) kewalahan; 11) pemberontakan melawan kontrol; dan 12) pengaruh teman sebaya. Adapun, secara rinci hasil analisis data terkait area prokrastinasi akademik ditunjukkan pada Tabel 6 sebagai berikut.

Tabel 6. Prokrastinasi Akademik Pada Indikator Alasan Melakukan Prokrastinasi Akademik

Indikator	Kategori	Frekuensi	Persentase	Jumlah Skor Keseluruhan	Mean
Kesulitan Dalam Mengambil Keputusan	Tinggi	32	8%	1067	2,67 (Sedang)
	Sedang	231	58%		
	Rendah	137	34%		
Enggan Mengerjakan Tugas	Tinggi	17	4%	802	2,00 (Rendah)
	Sedang	113	28%		
	Rendah	270	68%		
Kecemasan Evaluasi	Tinggi	5	4%	974	2,43 (Sedang)
	Sedang	191	48%		
	Rendah	190	48%		
Perfeksionis	Tinggi	225	56%	1415	3,54 (Sedang)
	Sedang	162	41%		
	Rendah	13	3%		
Manajemen Waktu Yang Buruk	Tinggi	81	20%	1217	3,00 (Sedang)
	Sedang	256	64%		
	Rendah	63	16%		
Ketergantungan dan Mencari Bantuan	Tinggi	66	17%	1171	2,93 (Sedang)
	Sedang	241	60%		
	Rendah	93	23%		
Kurang Percaya Diri	Tinggi	41	10%	1086	2,71 (Sedang)
	Sedang	234	59%		
	Rendah	125	31%		
Kurang Tegas	Tinggi	62	16%	1107	2,77 (Sedang)
	Sedang	212	53%		
	Rendah	126	31%		
Takut Akan Sukses	Tinggi	37	9%	952	2,38 (Sedang)
	Sedang	138	35%		
	Rendah	225	56%		
Kewalahan	Tinggi	68	17%	1125	2,81 (Sedang)
	Sedang	191	48%		
	Rendah	141	35%		
Pemberontakan Melawan Kontrol	Tinggi	44	11%	1216	3,04 (Sedang)
	Sedang	334	83%		

Indikator	Kategori	Frekuensi	Persentase	Jumlah Skor Keseluruhan	Mean
Pengaruh Teman Sebaya	Rendah	22	6%	880	2,20 (Rendah)
	Tinggi	19	5%		
	Sedang	160	40%		
	Rendah	221	55%		

Hasil penelitian menunjukkan remaja penggemar K-Pop dalam penelitian ini cenderung mengalami prokrastinasi akademik pada area belajar dalam menghadapi ujian, melakukan tugas administrasi dan tugas kehadiran. Adapun gambaran umum alasan melakukan prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata sebesar 2,75. Hasil penelitian menunjukkan remaja penggemar K-Pop dalam penelitian ini cenderung memiliki alasan melakukan prokrastinasi akademik karena kesulitan dalam mengambil keputusan; kecemasan evaluasi; perfeksionis; manajemen waktu yang buruk; ketergantungan dan mencari bantuan; kurang percaya diri; kurang tegas; takut akan sukses; kewalahan; pemberontakan melawan kontrol.

Pembahasan

Berdasarkan analisis data, tingkat prokrastinasi akademik remaja penggemar K-Pop Indonesia berada pada kategori sedang. Prokrastinasi akademik adalah kegiatan penundaan dalam mengerjakan tugas akademik dan memunculkan gangguan kecemasan (Ferrari dkk., 1995). Pada beberapa penelitian, prokrastinasi akademik memiliki hubungan dengan kecemasan (Çapan, 2010; Chang, 2014; Saplavska & Jerkunkova, 2018), dan stress (Custer, 2016; Kufiyak, 2021; Sirois & Pychyl, 2013). Prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh faktor-faktor lain seperti cemas terhadap evaluasi, kesulitan dalam mengambil keputusan, adanya standar tinggi mengenai kemampuan individu (Burka & Yuen, 2008). Selain itu, prokrastinasi akademik juga dapat terjadi karena remaja melakukan hal lain dan membuatnya kehilangan minat dalam mengerjakan tugas (Anierobi dkk., 2021).

Pada area prokrastinasi akademik, remaja penggemar K-Pop Indonesia banyak melakukan penundaan pada indikator tugas akademik secara umum, tugas membaca mingguan, dan menulis laporan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Solomon & Rothblum (1984) terhadap 322 orang subjek penelitian, terdapat 46% dari 322 orang melakukan penundaan pada menulis laporan, 30,1% melakukan penundaan melakukan tugas membaca mingguan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor yang dapat menyebabkan individu melakukan penundaan pada area menulis laporan dan tugas membaca mingguan. Kebanyakan individu yang melakukan penundaan pada menulis laporan karena individu merasa memiliki kecemasan dalam menulis (Fritzsche dkk., 2003) dan merasa kesulitan dalam menemukan referensi yang sesuai dengan laporan atau tugas yang harus ditulis (Hooda & Saini, 2016).

Sama dengan penundaan dalam menulis laporan, penundaan melakukan tugas membaca mingguan juga terjadi karena individu merasa kesulitan dan tidak memiliki keterampilan untuk membaca sehingga cenderung melakukan prokrastinasi akademik dibandingkan untuk meningkatkan keterampilan membacanya. Selain itu juga, penundaan dalam melakukan tugas membaca mingguan juga dapat terjadi karena tidak

adanya minat pada mata pelajaran tertentu (Hooda & Saini, 2016). Pada beberapa penelitian terdahulu penundaan melakukan tugas membaca merupakan salah satu prokrastinasi akademik yang sering dilakukan (Ackerman & Gross, 2005; Onwuegbuzie, 2004; Özer dkk., 2009). Penundaan dalam melakukan tugas akademik secara umum dapat terjadi karena individu merasa kewalahan dengan tugas yang diberikan. Kewalahan dapat terjadi bahkan sebelum individu memulai mengerjakan tugas (Basco, 2010). Selain itu, penundaan dalam melakukan tugas akademik juga dapat disebabkan oleh rendahnya regulasi diri dan harga diri, kecemasan dan stress (Akinsola dkk., 2007; Fentaw dkk., 2022; Yerdelen dkk., 2016).

Pada aspek alasan melakukan prokrastinasi akademik, para remaja penggemar K-Pop Indonesia melakukan prokrastinasi akademik karena faktor perfeksionis. Perfeksionis dianggap sebagai kecenderungan untuk menetapkan standar tinggi pada perilaku diri (Frost dkk., 1990). Individu yang merasa perfeksionis akan cenderung untuk memanfaatkan waktu sampai batas waktu terakhir untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas. Individu perfeksionis akan merasa khawatir untuk membuat kesalahan, merasa ragu, dan memikirkan pandangan orang lain sehingga individu akan cenderung untuk melakukan prokrastinasi akademik (Yosopov, 2020). Pada beberapa penelitian terdahulu, prokrastinasi memiliki hubungan positif signifikan dengan perfeksionis (Sherry dkk., 2016; Smith dkk., 2017; Yosopov, 2020).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada remaja penggemar K-Pop Indonesia berkaitan dengan pemberontakan melawan kontrol. Prokrastinasi akademik mengarah kepada perilaku non-standar (Milgram, 1991). Ketika individu melakukan prokrastinasi akademik, maka individu telah melakukan perilaku diluar standar yang telah ditetapkan, seperti adanya keharusan menyelesaikan tugas namun individu cenderung melakukan penundaan sebagai keinginan dari dirinya sendiri. Pemberontakan dilakukan ketika individu menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas karena kekhawatiran yang dirasakan merasa khawatir akan tugas yang diberikan kepadanya (Binder, 2000).

Hasil penelitian prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh remaja penggemar K-Pop Indonesia berkaitan dengan manajemen waktu yang buruk. Manajemen waktu yang buruk dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik pada individu (Ferrari dkk., 1995). Terkadang individu yang melakukan prokrastinasi akademik sering berpikir bahwa individu memiliki banyak waktu untuk menyelesaikan tugas (Basco, 2010). Perilaku prokrastinasi akademik dapat menandakan bahwa individu mengalami masalah dengan kemampuan manajemen waktu (Aydoğan & Akbarov, 2018).

Bimbingan dan konseling berperan untuk membimbing remaja dalam mengatasi permasalahan yang dialami sesuai potensi dan kemampuannya. Tujuan bimbingan dan konseling adalah mengarahkan individu untuk dapat memenuhi tugas perkembangannya (Depdiknas, 2008). Layanan informasi dapat dimanfaatkan sebagai upaya dalam mereduksi prokrastinasi akademik pada remaja penggemar K-Pop. Layanan informasi membantu remaja memperoleh dan memahami berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan pribadi (Winkel & Hastuti, 2007). Layanan informasi memiliki 2 (dua) fungsi utama, yaitu fungsi pemahaman yang memberikan pemahaman kepada remaja tentang diri dan masalahnya, serta fungsi pencegahan sebagai tindakan pencegahan timbulnya masalah yang disebabkan oleh remaja yang dapat menghambat proses perkembangannya (Thohari, 1992).

Layanan informasi dapat berupa ceramah, diskusi, media, bahkan buku panduan, Layanan informasi dapat dimanfaatkan untuk memberikan informasi terkait cara-cara mereduksi prokrastinasi akademik. Sehingga para remaja penggemar K-Pop dapat melakukan tindakan preventif dan menghindari perilaku prokrastinasi akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, prokrastinasi akademik pada remaja penggemar K-Pop Indonesia berada pada kategori sedang. Remaja penggemar K-Pop Indonesia cenderung mengalami prokrastinasi akademik pada area belajar dalam menghadapi ujian, melakukan tugas administrasi dan tugas kehadiran. Alasan remaja penggemar K-Pop Indonesia melakukan prokrastinasi akademik karena kesulitan dalam mengambil keputusan; kecemasan evaluasi; perfeksionis; manajemen waktu yang buruk; ketergantungan dan mencari bantuan; kurang percaya diri; kurang tegas; takut akan sukses; kewalahan; pemberontakan melawan kontrol. Hasil ini kemudian dapat menjadi gambaran untuk membuat rancangan layanan bimbingan dan konseling yang berfokus untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Rancangan layanan bimbingan dan konseling dapat berupa layanan informasi sebagai tindakan preventif untuk mencegah perilaku prokrastinasi. Selain itu, dapat dilakukan bimbingan belajar sebagai upaya mereduksi prokrastinasi akademik agar remaja dapat memiliki kualitas dan hasil belajar yang optimal.

REFERENSI

- Ackerman, D. S., & Gross, B. L. (2005). My instructor made me do it: Task characteristics of procrastination. *Journal of Marketing Education*, 27(1), 5–13. <https://doi.org/10.1177/0273475304273842>
- Akinsola, M. K., Tella, A., & Tella, A. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4), 363–370.
- Anierobi, E. I., Etodike, C. E., Okeke, N. U., & Ezennaka, A. O. (2021). Social media addiction as correlates of academic procrastination and achievement among undergraduates of Nnamdi Azikiwe University Awka, Nigeria. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 10(3), 20–33. <https://doi.org/10.6007/ijarped/v10-i3/10709>
- Aydoğan, H., & Akbarov, A. (2018). A case study on academic procrastination in EFL settings in Turkey. *Acta Didactica Napocensia*, 11(3–4), 79–88. <https://doi.org/10.24193/adn.11.3-4.6>
- Basco, M. R. (2010). *The procrastinator's guide to getting things done*. The Guilford Press.
- Binder, K. (2000). *The effects of an academic procrastination treatment on student procrastination and subjective well-being*. curve.carleton.ca.
- Burka, J., & Yuen, L. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Da Capo Press.
- Çapan, B. E. (2010). Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1665–1671. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.342>
- Chang, H. K. (2014). *Perfectionism, anxiety, and academic procrastination: The role of intrinsic and extrinsic motivation in college students*. scholarworks.lib.csusb.edu.
- Custer, N. R. (2016). *Test anxiety and academic procrastination among pre-licensure nursing students*.

search.proquest.com.

- Depdiknas (2008). Penataan Pendidikan profesional konselor dan layanan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal. ABKIN.
- Dietz, F., Hofer, M., & Fries, S. (2007). Individual values, learning routines and academic procrastination. *British Journal of Educational Psychology*, 77(4), 893–906. <https://doi.org/10.1348/000709906X169076>
- Ellis, A., & Knaus, W. T. (1977). *Overcoming procrastination: Or how to think and act rationally in spite of life's inevitable hassles*. Signet Books.
- Faiza, D. (2020). Stimulating English learning in Global KPOP community on Twitter. *Journal of Applied Linguistics (ALTICS)*, 2(1).
- Farahani, M. (2015). The Relationship among Academic Self-Regulation, Academic Self-Efficacy and Anxiety Regarding Academic Procrastination. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, 4(1), 1573–1580.
- Fentaw, Y., Moges, B. T., & Ismail, S. M. (2022). Academic procrastination behavior among public university students. *Education Research International*, 2022, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2022/1277866>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. In *Springer Science+Business Media*. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)90075-6](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)90075-6)
- Fritzsche, B. A., Young, B. R., & Hickson, K. C. (2003). Individual differences in academic procrastination tendency and writing success. *Personality and Individual Differences*, 35(7), 1549–1557.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Hooda, M., & Saini, A. (2016). Academic procrastination; A critical issue for consideration. *Indian Journal of Applied Research*, 6(8), 98–99.
- Kuftyak, E. (2021). Procrastination, stress and academic performance in students. *VII International Forum on Teacher Education*, 1, 965–974. <https://doi.org/10.3897/ap.5.e0965>
- Lie, J. (2012). What is the K in K-pop? South Korean popular music, the culture industry, and National Identity. *Korea Observer*, 43(3), 339–363.
- Mandasari, D., & Nirwana, H. (2019). Relationship of self-control with student academic procrastination. *Neo Konseling*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00103kons2019>
- Milgram, N. (1991). Procrastination. *Encyclopedia of human biology*, Volume 6. Academic Press
- Nopita, N., Mayasari, D., & Suwanto, I. (2021). Analisis perilaku prokrastinasi akademik siswa Smps Abdi Agape Singkawang. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.26737/jbki.v6i1.1958>
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment & Evaluation in Higher Education*. <https://doi.org/10.1080/0260293042000160384>
- Özer, B. U., Demir, A., & Ferrari, J. R. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 241–257. <https://doi.org/10.3200/SOCP.149.2.241-257>
- Rebetez, M. M. L., Barsics, C., Rochat, L., D'Argembeau, A., & Van der Linden, M. (2016). Procrastination, consideration of future consequences, and episodic future thinking. *Consciousness and Cognition*, 42, 286–292. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2016.04.003>
- Rinata, A. R., & Dewi, S. I. (2019). Fanatisme Penggemar Kpop Dalam Bermedia Sosial di

- Instagram. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(2), 13–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/interaksi.8.2.13-21>
- Rizkia, R. A. (2021). *Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas dakwah UIN STS Jambi*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, Jambi.
- Saplavska, J., & Jerkunkova, A. (2018). Academic procrastination and anxiety among students. *Engineering for Rural Development*, 17, 1192–1197. <https://doi.org/10.22616/ERDev2018.17.N357>
- Sherry, S. B., Stoeber, J., & Ramasubbu, C. (2016). Perfectionism explains variance in self-defeating behaviors beyond self-criticism: Evidence from a cross-national sample. *Personality and Individual Differences*, 95, 196–199. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.059>
- Sirois, F., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*. <https://doi.org/10.1111/spc3.12011>
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Saklofske, D. H., & Mushqaush, A. R. (2017). Clarifying the perfectionism-procrastination relationship using a 7-day, 14-occasion daily diary study. *Personality and Individual Differences*, 112, 117–123. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.059>
- 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. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- 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>
- Thohari, M. (1992). *Dasar-dasar konseptual bimbingan konseling Islam*. UII Press.
- Winkel, WS, Sri Hastuti. (2007). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Media Abadi.
- Yerdelen, S., McCaffrey, A., & Klassen, R. M. (2016). Longitudinal examination of procrastination and anxiety, and their relation to self-efficacy for self-regulated learning: Latent growth curve modeling. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 16(1), 5–22. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.1.0108>
- Yosopov, L. (2020). The relationship between perfectionism and procrastination: Examining trait and cognitive conceptualizations, and the mediating roles of fear of failure and overgeneralization of failure. *Electronic Thesis and Dissertation Repository*. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/7267>