

PENERAPAN KONSELING BEHAVIOR TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENURUNKAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS 8 DI SMPN 1 GERIH

Wulan Larasati^{1*}, Ibnu Mahmudi², Asroful Kadafi³.

^{1,2,3} Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Madiun
email: *wulanlarasati056@gmail.com

Kata Kunci / Keywords:	Abstrak / Abstract
Konseling behavior, <i>self management</i> , Prokrastinasi akademik	Penelitian ini dilatar belakangi siswa SMPN 1 Gerih, khususnya kelas 8 yang memiliki perilaku prokrastinasi. Siswa seringkali melakukan perilaku prokrastinasi, seperti penundaan mengerjakan tugas, terlambat mengumpulkan tugas, dan lain sebagainya. Salah satu guru pernah melakukan wawancara dengan beberapa siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi, dari wawancara tersebut siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi menuturkan bahwa penyebab ia melakukan prokrastinasi adalah adanya rasa malas ketika akan mengerjakan tugas, lebih mengedepankan bermain, lupa waktu ketika sudah bermain bersama teman-teman dan kurangnya motivasi dari orang tua. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis penerapan konseling behavior teknik <i>self management</i> dalam menurunkan perilaku prokrastinasi pada siswa kelas 8 di SMPN 1 Gerih. Metode penelitian ini menggunakan <i>Eksperimen</i> . Sampel yang diambil yaitu kelas 8B dengan jumlah 5 siswa dari 32 responden. Berdasarkan hasil uji <i>wilcoxon</i> melalui SPSS dari variabel prokrastinasi akademik siswa dengan total N 5 sampel menunjukkan nilai negative rank: 5, positive rank:0, ties :0, artinya adanya penurunan terhadap sikap prokrastinasi akademik dari ke 5 siswa, dengan perolehan hasil signifikan (asyp. Sig. <i>2-tailed</i>) sebesar 0,043 yang artinya kurang dari dari 0,05. Dari hasil signifikan 0,043 < 0,05 maka perbedaan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Jadi konseling behavior teknik <i>self management</i> dapat merubah perilaku prokrastinasi akademik siswa.
<i>Behavior counseling, self management, academic procrastination</i>	<i>The background of this research is that the junior high school students of Satu Gerih, especially the eighth graders, have procrastination behavior. Students often carry out procrastination behavior, such as delaying doing assignments, being late in submitting assignments, and so on. One of the teachers once conducted interviews with several students who had procrastination behavior, from the interview students who had procrastination behavior said that the cause of procrastination was the feeling of being lazy when going to do assignments, putting more emphasis on playing, forgetting the time when playing with friends. and lack of motivation from parents. The purpose of this study was to analyze the application of behavioral counseling with self-management techniques in changing procrastination behavior in 8th grade students at SMPN 1 Gerih. The sample taken is class 8B with a total of 5 students from 32 respondents. This research method uses Experiments. Based on the results of the Wilcoxon test through SPSS of the student's academic procrastination variable with a total of N 5 samples showing a negative rank value: 5, positive rank:0, ties:0, meaning that there is a decrease in academic procrastination attitudes</i>

from 5 students, with significant results (asympt). Sig. 2-tailed) of 0.043 which means less than 0.05. From the significant result $0.043 < 0.05$, the difference indicates that the hypothesis is accepted. So behavioral counseling self management techniques can change students' academic procrastination behavior.

PENDAHULUAN

Belajar merupakan suatu kegiatan yang penting adanya untuk dilaksanakan oleh setiap individu. Tidak ada batasan dalam usia untuk mengikuti proses belajar, dan tidak ada pula kekhususan belajar di dalam suatu ruangan yang bersifat formal. Belajar bisa dilaksanakan oleh siapa saja dan dimana saja karena tidak ada persyaratan khusus untuk mengikuti proses belajar melainkan hanya dengan kemauan dari setiap individu. Namun pada saat ini banyak siswa yang belum mampu mengoptimalkan kecepatan belajar mereka di sekolah, rasa malas yang sering muncul akibat kecenderungan bermain gawai dan kurangnya mengatur waktu antara bermain dan juga belajar mengakibatkan mereka menjadi malas untuk mengerjakan tugas dan sering menunda tugas sekolah. Solomon & Rothblum (dalam Khoiri dkk, 2021) menjelaskan bahwa penundaan tersebut disebut sebagai prokrastinasi akademik. Konteks akademik menjelaskan penundaan tersebut disebut sebagai prokrastinasi akademik (Kadafi, Ramatus and Desy, 2018, 2019). Prokrastinasi akademik sebagai penundaan terhadap tugas-tugas akademik seperti menulis makalah, mempersiapkan ujian, membaca untuk menyelesaikan tugas, melakukan administrasi terhadap tugas-tugas, kehadiran dalam kelas, dan menyelesaikan tugas akademik. prokrastinasi akademik dapat diartikan suatu sikap menunda tugas yang dilakukan secara berulang-ulang secara sengaja sehingga menjadi suatu kecenderungan atau kebiasaan. penundaan yang dilakukan meliputi penundaan melaukan kewajiban ataupun tugas-tugas menulis, penundaan belajar, penundaan dalam membaca buku, penundaan tugas-tugas administrasi, penundaan dalam mendatangi kegiatan pendidikan, dan penundaan kinerja akademik secara totalitas.

Menurut Burka dan Yuen (dalam Turmudi dan Suryadi, 2020) pengertian tersebut jika melibatkan pelakunya maka akan dikatakan sebagai “Aku Akan Melakukannya Nanti”. Prokrastinasi akademik sebagai penundaan terhadap tugas-tugas akademik seperti menulis makalah, mempersiapkan ujian, membaca untuk menyelesaikan tugas, melakukan administrasi terhadap tugas-tugas, kehadiran dalam kelas, menyelesaikan tugas akademik, dan kurangnya dalam mengatur waktu belajar. Terdapat aspek prokrastinasi akademik yang mempengaruhi siswa, aspek prokrastinasi akademik menurut Mustakim (dalam Khoiri dkk, 2021) yaitu: (1) *perceived time*, seorang yang gagal menepati janji jadwal pengumpulan tugas, lebih memikirkan saat ini dari pada waktu-waktu selanjutnya dan biasanya memiliki perilaku malas; (2) *intention-action*, hubungan antara keinginan dan tindakan yang digambarkan dengan seorang siswa yang memiliki keinginan untuk mengerjakan namun tidak memiliki waktu; (3) *emotional distress*, menimbulkan perasaan cemas karena belum mengerjakan tugasnya dengan jangka waktu yang hampir habis; (4) *perceived ability*, merasa percaya terhadap diri sendiri bahwa dia mampu menyelesaikannya sendiri, diikuti dengan perasaan gelisah, takut, menyalahkan diri sendiri.

Konseling behavioral dengan teknik *self-management* merupakan strategi yang digunakan pada masalah-masalah yang bersumber pada perilaku atau kebiasaan konseli. Teknik tersebut dianggap paling tepat untuk membantu siswa mengurangi perilaku konsumtif dengan alasan teknik *self-management* tidak menimbulkan ketergantungan dan dapat digunakan untuk membantu siswa mengatur perubahan perilaku secara mandiri. Dengan teknik *self-management* ini secara sederhana sebagai strategi pengubahan tingkah laku atau

perilaku dengan pengaturan dan pemanfaatan yang dilakukan oleh konseli sendiri, dalam bentuk tahapan-tahapan pada teknik *self management* sebagai berikut: *self-monitoring*, *stimulus control*, *serta self-reward*. Adapun beberapa definisi mengenai perilaku prokrastinasi akademik siswa serta penerapan konseling behavior teknik *self management* sebagai berikut :

1. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Sandra dan Djalali (dalam Asmarany, 2021), prokrastinasi adalah perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya tendensi tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas. Menurut Steel (dalam Harmalis, 2020) Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Prokrastinasi merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Gufron dan Risnawati (2020)

Berdasarkan penjelasan diatas maka prokrastinasi akademik dapat diartikan suatu sikap menunda tugas yang dilakukan secara berulang-ulang secara sengaja sehingga menjadi suatu kecenderungan atau kebiasaan. penundaan yang dilakukan meliputi penundaan melaukan kewajiban ataupun tugas-tugas menulis, penundaan belajar, penundaan dalam membaca buku, penundaan tugas-tugas administrasi, penundaan dalam mendatangi kegiatan pendidikan, dan penundaan kinerja akademik secara totalitas.

b. Faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik

Ferrari, Johnson, & Mc Cown (dalam Muyana, 2018) menyebutkan bahwa penyebab perilaku prokrastinasi adalah:

- 1) Adanya pikiran irrasional dari prokrastinator, yaitu anggapan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna.
- 2) Adanya kecemasan karena kemampuannya dievaluasi, ketakutan akan kegagalan dan susah mengambil keputusan, atau karena membutuhkan bantuan orang lain untuk mengerjakan tugasnya.
- 3) Malas dan kesulitan mengatur waktu dan tidak menyukai tugasnya.
- 4) Adanya *punishment* dan *reward* juga dapat menyebabkan prokrastinasi sehingga merasa lebih aman jika tidak melakukan dengan segera karena dapat menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.
- 5) Adanya faktor lingkungan, yaitu kurangnya pengamatan dari lingkungan seperti keluarga atau di lingkungan sekolah juga menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.
- 6) Selain itu prokrastinasi disebabkan karena tugas yang menumpuk, terlalu banyak dan harus segera dikerjakan, sehingga penundaan tugas yang satu dapat menyebabkan tugas lain tertunda.

Menurut Skolnick (dalam Asmarany, 2021) adanya pemahaman yang kurang tepat mengenai penyebab kegagalan yang berkaitan dengan masa lalunya, dan reinforcer yang diterima individu ketika menunda pekerjaan bersifat menyenangkan sehingga individu akan cenderung untuk mengulang kembali perilaku prokrastinasi.

Ghufron dan Risnawita (2020) Menyebutkan beberapa hal yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik, yaitu:

- 1) Faktor internal, faktor yang terdapat dalam diri individu. Meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu.

- 2) Faktor eksternal, faktor yang terdapat di luar diri individu. Seperti pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif

Berdasarkan pendapat diatas maka ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap prokrastinasi pada anak, faktor internal yaitu yang berasal dari diri siswa sendiri seperti siswa merasa kelelahan yang mengakibatkan mereka menjadi malas mengerjakan tugas. Kemudian dari faktor eksternal, seperti kurangnya motivasi dari orang tua dan juga pola pertemanan siswa tersebut.

c. Ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik

Ghufron dan Risnawita (2020) menyebutkan maka ciri-ciri seseorang tergolong prokrastinator dapat diamati sebagai berikut :

- 1) Menunda dalam tugas. Saat mendapatkan tugas maka tidak sesegera mengerjakan tugas tersebut dengan alasan belum mendapatkan materi yang diperlukan atau yang diinginkan.
- 2) Terlambat dalam mengerjakan tugas. Prokrastinator memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas.
- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja. Hal tersebut terlihat dengan adanya keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan sendiri.
- 4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Lebih mementingkan aktivitas yang menyenangkan terlebih dahulu dibandingkan dengan mengerjakan tugas.

Ferrari, Johnson & McCown (dalam Mulyana, 2018) menyatakan terdapat beberapa ciri-ciri prokrastinasi akademik sebagai berikut :

- a) Penundaan terhadap tugas
- b) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
- c) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual
- d) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan

Berdasarkan pendapat diatas ciri-ciri perilaku prokrastinasi yaitu: Penundaan dalam memulai ataupun menyelesaikan tugas, Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan

2. Konseling behavior Teknik *self management*

a. Konseling behavior

Latifun (dalam marantika, 2021) Konseling behavioral adalah konseling yang berfokus pada perubahan tingkah laku. Menurut Krumboltz & Thoresen (dalam Marantika, 2021) konseling behavioral adalah proses untuk membantu seseorang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu. Konseling behavioral adalah layanan yang berlandaskan pada teori belajar yang berfokus pada perilaku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam pemecahan masalahnya melalui pendekatan yang berorientasi tindakan

Corey (dalam Diana, 2020) konseling behavioral adalah penerapan aneka ragam teknik dari teori dasar psikologi eksperimental untuk mempengaruhi perilaku dengan tujuan untuk mengatasi problema sosial dan individual dan meningkatnya berfungsinya sifat manusia. Komalasari dkk (2011) tingkah laku yang bermasalah dalam konseling behavior adalah tingkah laku yang berlebihan seperti: merokok, terlalu banyak main game, terlambat masuk kelas, tidak mengerjakan tugas, dan membolos sekolah.

Dari penjelasan diatas maka konseling behavioral merupakan layanan yang berlandaskan pada teori belajar yang berfokus pada tingkah laku individu untuk

membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya melalui teknik-teknik yang berorientasi tindakan. Pada konseling ini diharapkan ada perubahan nyata pada diri konseli setelah mengikuti proses layanan konseling behavior.

b. *Self management*

Arianto (dalam Suastari dkk, 2021) *Self-management* adalah kemampuan untuk mengatur kegiatan yang akan dilakukan oleh diri kita sendiri, dalam hal ini kita yang membuat, memutuskan, dan menyelesaikan dengan tuntas kegiatan yang sudah dirancang. Menurut gie (dalam Marantika 2021) teknik *self management* adalah mendorong diri sendiri supaya maju, mengatur segala unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk hal yang baik dan mengembangkan potensi kehidupan supaya bisa lebih sempurna. Nursalim (dalam Muratama, 2018) *Self-management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi. Konseli harus aktif menggerakkan pengaruh lingkungan untuk melakukan perubahan yang diinginkan. Menurut Komalasari dkk (2011) *self management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.

Berdasarkan pendapat di atas maka *self management* adalah sebuah sikap dimana seseorang mengendalikan diri terhadap tindakan yang akan dilakukan, sehingga mereka dapat menghindari beberapa sikap yang kurang baik untuk diri mereka sendiri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen, menurut Sugiyono (dalam Fitrianiingsih & Musdalifah, 2015) metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen selalu dilakukan dengan memberikan perlakuan terhadap subyek penelitian kemudian melihat pengaruh dari perlakuan tersebut. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre-Experimental Design* dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah siswa kelas 8 di SMPN 1 Gerih yang berjumlah 122 siswa, kemudian untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul mewakili. Maka, berdasarkan populasi peneliti mengambil sampel dengan jumlah 5 siswa yang memiliki skor tertinggi.

Pada penelitian ini peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan skala psikologi. Skala psikologi adalah suatu teknik pengumpulan data yang memiliki item-item dengan karakteristik tidak secara langsung mengungkapkan atribut yang akan diukur, melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan. Azwar (dalam wicaksono, 2020). Pada skala ini berisikan pernyataan-pernyataan yang berdasarkan indikator, dengan jumlah 30 item yang terdiri dari 15 pernyataan positif (*Favorable*) dan 15 pernyataan negatif (*Unfavorable*). Skala yang digunakan 1-4, peneliti menghilangkan option “ragu-ragu” dalam instrumen penelitian juga untuk memudahkan peneliti melihat respon siswa pada saat pengisian angket.

Uji validitas adalah derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh penelitian. Dengan demikian data yang valid adalah data yang tidak berbeda antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian. Teknik yang digunakan untuk mengetahui validitas pada penelitian. Kriteria pengujian adalah sebagai berikut: dengan taraf signifikansi 0,05 jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka pernyataan dikatakan valid. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka pernyataan dikatakan tidak

valid. Hal ini diketahui dengan validitas melihat *r product momen* dengan taraf signifikan 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah diperoleh oleh peneliti lalu dideskripsikan secara rinci. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) Konseling behavior teknik *self management* dan variabel terikat (Y) Perilaku Prokrastinasi akademik siswa. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan rumus pada *Microsoft Excel* dan *IMB SPSS* versi 26 hasil data dapat di deskripsikan sebagai berikut:

1. Deskripsi data prokrastinasi akademik sebelum diberikan layanan konseling behavior teknik *self mnagement* (Pretest)

Tabel 1.1 Hasil uji Pretest

Variabel	Pretest
Mean	99,40
Median	98,00
Modus	96
Standart Deviasi	4,219
Range	10
Nilai Minimum	96
Nilai Maksimal	106

Tabel 1. 2 Distribusi frekuensi data prokrastinasi sebelum layanan

	Frekuensi	Presentase	Kategori
30-48	0	0	Sangat Rendah
49-66	0	0	Rendah
67-84	0	0	Sedang
85-102	4	80%	Tinggi
103-120	1	20%	Sangat Tinggi
Total	5	100%	

2. Deskripsi data prokrastinasi akademik sebelum diberikan layanan konseling behavior teknik *self mnagement* (Posttest)

Tabel 1. 3 Hasil uji Posttest

Variabel	Pretest
Mean	57,20
Median	62,00
Modus	46 ^a
Standart Deviasi	9,445
Range	20
Nilai Minimum	46
Nilai Maksimal	66

Tabel 1. 4 Distribusi frekuensi data prokrastinasi sesudah layanan

	Frekuensi	Presentase	Kategori
30-48	2	40%	Sangat Rendah
49-66	3	60%	Rendah
67-84	0	0%	Sedang
85-102	0	0%	Tinggi
103-120	0	0%	Sangat Tinggi
Total	5	100%	

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh bukti empiris terkait ada atau tidaknya perubahan dalam penerapan konseling behavior teknik *self management* untuk merubah prokrastinasi akademik siswa. Dari data yang telah dianalisis dalam penelitian ini maka terdapat perubahan perilaku sebelum dan sesudah diberikan layanan. Jadi penerapan konseling behavior teknik *self management* efektif dalam merubah sikap prokrastinasi dengan diketahui data sebelum mengikuti layanan konseling (pretest) sebesar 497 dan setelah mengikuti layanan konseling behavior berubah menjadi 286 (posttest).

DAFTAR PUSTAKA

- Asmarany, A. I. (2021). Perilaku Prokrastinasi Pada Remaja Broken Home Yang Mengalami Kecanduan Game Smartphone. *UG Journal*, 14(3).
- Diana, M. (2021). Pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik Operant Conditioning Terhadap Permasalahan Kesulitan Belajar IPS Peserta Didik Kelas 8 di SMPN 1 Bukit Kemuning Lampung Utara Tahun Pelajaran 2019/2020. *Skripsi*. Lampung: UIN RADEN INTAN
- Fitrianingsih, R., & Musdalifah, M. (2015). Efektivitas Penggunaan Media Video Pada Pembelajaran Pembuatan Strapless Siswa Kelas Xii Smk Negeri 1 Jambu. *Fashion and Fashion Education Journal*, 4(1).
- Gufron, M. N., & Risnawati, R. 2020. Teori-teori Psikologi. Jogjakarta : AR-RUZZ MEDIA.
- Harmalis, H. (2020). Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2(1), 83-91.
- Kadafi, A., Ramatus, M. R. and Desy, R. N. K. (2018) 'Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa melalui Bimbingan Kelompok Islami', *Jurnal EDUKASI (Media Kajian Bimbingan dan Konseling)*, 4(2), pp. 181-193. Available at: <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/3882>.
- Kadafi, A., Ramatus, M. R. and Desy, R. N. K. (2019) 'internalisasi nilai religius dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik', in *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian LPPM Universitas PGRI Madiun*. Madiun: LPPM Universitas PGRI Madiun, pp. 140-144. Available at: <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNHP/article/view/779>.
- Khoiri, M. H. (2021). Model Prokrastinasi Akademik Siswa SMP di Masa Pandemi. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, 2(1), 147-152.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT INDEKS
- Marantika, P. (2021). Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Self Management terhadap Penanganan Kecanduan Game Online pada Siswa SMP Negeri 2 Way Jepara. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol. 1).

- Muratama, M. S. (2018). Layanan konseling behavioral teknik self management untuk meningkatkan disiplin dan tanggung jawab belajar siswa di sekolah. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 5(1), 1-8.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 45-52.
- Suastari, N. P. N., Dantes, N., & Dharsana, I. K. (2021). Pengembangan Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan Self Management Pada Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 6(1), 15-22.
- Turmudi, I., & SURYADI, S. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 10(2), 39-58
- Wicaksono, R. S. (2020). Work Engagement sebagai Prediktor Turnover Intention pada Karyawan Generasi Millennial di PT Tri-Wall Indonesia. *Acta Psychologia*, 2(1), 55-62.