ISSN: 2549-8959 (Online - Elektronik)
Pages 2785-2792

Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini

journal homepage: https://obsesi.or.id/index.php/obsesi

Academic Procrastination pada Siswa Menengah: Scoping Review 2019-2026

Zulfikar Ahmad Wildan [1]✉, **Fitri Andriani** [2], **Nono Hery Yoenanto** [3]
[1 2 3] Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

Abstrak

Penelitian ini bertujuan memetakan dan mengidentifikasi pola *academic procrastination* pada siswa SMP dan SMA selama 2019 sampai 2026, mengingat literatur sebelumnya lebih banyak berfokus pada mahasiswa. *Scoping review* dilakukan melalui Web of Science dengan kerangka *d-cocospe* dan pelaporan PRISMA. Seleksi studi menghasilkan 223 rekaman, 31 artikel *full text* dinilai, dan 26 studi dimasukkan. Analisis data dilakukan secara deskriptif tematik melalui *content analysis* untuk mengelompokkan temuan ke dalam kategori tema. Hasil sintesis menunjukkan tema yang konsisten meliputi regulasi diri, efikasi diri, keterlibatan akademik, dukungan orang tua, *secure attachment*, kecanduan *smartphone* dan internet, serta konteks pembelajaran sekolah. Secara umum, sumber daya personal dan keluarga yang adaptif berkaitan negatif dengan *academic procrastination*, sedangkan faktor risiko digital dan beberapa indikator maladaptasi akademik berkaitan positif. Bukti yang tersedia masih didominasi studi potong lintang, sehingga inferensi kausal tetap terbatas. Dengan demikian, *academic procrastination* pada siswa menengah perlu dipahami sebagai fenomena multidimensional yang dapat ditangani melalui penguatan regulasi diri, dukungan keluarga, dan intervensi sekolah berbasis bukti.

Kata Kunci: *Academic procrastination, Siswa, Scoping review*

Abstract

This study aimed to map and identify patterns of academic procrastination among junior and senior high school students during 2019 to 2026, given that previous literature has focused more on university students. The scoping review was conducted through Web of Science using the d-cocospe framework and PRISMA reporting. Study selection yielded 223 records, 31 full-text articles were assessed, and 26 studies were included. Data analysis was carried out descriptively and thematically through content analysis to classify the findings into thematic categories. The synthesis results showed consistent themes including self-regulation, self-efficacy, academic engagement, parental support, secure attachment, smartphone and internet addiction, and the school learning context. In general, adaptive personal and family resources were negatively associated with academic procrastination, whereas digital risk factors and several indicators of academic maladaptation were positively associated. The available evidence was still dominated by cross-sectional studies, so causal inferences remained limited. Accordingly, academic procrastination among middle school and high school students should be understood as a multidimensional phenomenon that can be addressed through strengthening self-regulation, family support, and evidence-based school interventions.

Keywords: *Academic Procrastination, Student, Scoping Review*

Copyright (c) 2026 Zulfikar Ahmad Wildan, et. al
✉ Corresponding author :
E-mail address : danizulfikar.id@gmail.com (Surabaya, Indonesia)
Received 27 July 2026, Accepted 26 August 2026, Published 26 August 2026

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

Pendahuluan

Academic procrastination merujuk pada kecenderungan siswa menunda tugas akademik yang semestinya segera diselesaikan, meskipun mereka menyadari konsekuensi negatif dari keterlambatan tersebut (Steel & Ferrari, 2013). Fenomena ini umum dijumpai pada pelajar dan dapat merugikan prestasi akademik mereka (Daryani dkk., 2021). *Academic procrastination* juga dikaitkan dengan penurunan kinerja akademik serta meningkatnya masalah kesehatan mental, termasuk kecemasan, stres, dan depresi (Kim & Seo, 2015; Sirois, 2023). Namun, sebagian besar literatur sebelumnya berfokus pada mahasiswa perguruan tinggi, sehingga pemahaman tentang *academic procrastination* pada siswa Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas masih terbatas (González-Brignardello dkk., 2023). Hal ini tercermin dalam penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas studi menggunakan sampel mahasiswa, sehingga pengetahuan mengenai perilaku prokrastinasi pada remaja masih minim (González-Brignardello dkk., 2023; Mortazavi dkk., 2015).

Pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menegah Atas (SMA), sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa *academic procrastination* berhubungan dengan berbagai faktor multidimensional. Faktor individu, peran orang tua, pola pengasuhan, dukungan guru, dan lingkungan belajar sekolah diperkirakan lebih dominan dalam memengaruhi perilaku belajar siswa(González-Brignardello dkk., 2023; Lv dkk., 2022; Ma dkk., 2024). Dari sisi individual, faktor kognitif dan motivasional seperti rasa takut gagal, perfeksionisme, ketidakyakinan kemampuan, *self-efficacy* rendah, serta kurangnya motivasi intrinsik turut memicu kecenderungan menunda (Ramadhani dkk., 2026; Sage dkk., 2021). Selain itu, prokrastinasi juga sering muncul sebagai upaya menghindari emosi negatif, sehingga berhubungan erat dengan tingginya kecemasan dan stres akademik (González-Brignardello dkk., 2023; Wu dkk., 2025). Konsekuensinya, siswa yang menunda tugas umumnya menunjukkan penurunan prestasi akademik dan kesejahteraan. Studi melaporkan bahwa prokrastinasi dikaitkan dengan penurunan kinerja akademik, peningkatan stres dan kecemasan, serta penurunan kesehatan fisik dan emosional (González-Brignardello dkk., 2023; Rahimi dkk., 2023).

Selain faktor individu, faktor kontekstual keluarga dan sekolah juga berperan penting. Pola asuh orang tua, misalnya, memengaruhi keterikatan emosional dan kemampuan regulasi diri anak. Pengasuhan yang otoriter atau penuh kontrol psikologis telah terbukti meningkatkan risiko prokrastinasi (Rozental dkk., 2018). Lebih lanjut, program edukasi psikologis berbasis gaya keterikatan aman secara signifikan menurunkan tingkat prokrastinasi pada siswa SMP (Yildiz & Iskender, 2021). Sebaliknya, lingkungan yang kurang mendukung atau penuh tekanan dapat meningkatkan kecenderungan menunda. Di sisi lain, kondisi keluarga yang harmonis dan dukungan guru yang memadai melemahkan pengaruh kecanduan internet terhadap prokrastinasi (Qi dkk., 2025). Artinya, di era digital saat ini, faktor media dan teknologi menjadi konteks risiko tambahan. Kecanduan internet dan penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menjadi distraktor utama yang mengganggu waktu belajar. Penelitian terbaru menemukan korelasi positif yang signifikan antara kecanduan internet dan *academic procrastination* pada remaja. Adiksi internet dapat menurunkan kemampuan pengendalian diri dan meningkatkan kecemasan, yang pada gilirannya memicu perilaku prokrastinasi (Wu dkk., 2025).

Dengan latar tersebut, tujuan tinjauan ini adalah memetakan literatur empiris tentang *academic procrastination* pada siswa SMP dan SMA, yaitu usia remaja, dalam rentang tahun 2019 sampai 2026, serta mengidentifikasi dan mengklasifikasikan faktor-faktor terkait yang telah dipelajari. Dengan demikian, tinjauan *scoping* ini diharapkan dapat mengungkap kesenjangan penelitian dan mengarahkan penelitian lanjutan di bidang *academic procrastination* pada tingkat sekolah menengah.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode *scoping review* untuk memetakan konsep kunci, sumber utama, dan bukti yang tersedia dalam suatu bidang riset (Verdejo dkk., 2021). Pelaksanaan *scoping review* mengikuti kerangka Arksey dan O'Malley (2005), yang mencakup lima tahap utama, yaitu perumusan pertanyaan penelitian, identifikasi studi yang relevan, seleksi studi, pemetaan dan analisis data, serta penyusunan dan pelaporan hasil kajian. Kajian ini berfokus pada *academic procrastination* pada siswa sekolah menengah, khususnya jenjang SMP dan SMA, dalam rentang 2019 sampai 06 April 2026. Fokus tersebut dipilih karena sebagian besar literatur sebelumnya lebih banyak menyoroti mahasiswa, sedangkan pemahaman tentang prokrastinasi pada remaja di tingkat sekolah menengah masih terbatas. Dengan demikian, *scoping review* ini diarahkan untuk menyajikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor individual, keluarga, sekolah, dan konteks digital yang berkaitan dengan *academic procrastination* pada siswa menengah.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *Web of Science* (WoS) dari Clarivate Analytics. Hal ini disebabkan oleh kualitas data yang lebih tinggi, cakupan yang lebih luas, dan kemampuannya untuk mempermudah penyaringan serta pengolahan dalam pencarian (Elaish dkk., 2019). Clarivate menyatakan

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

bahwa WoS merupakan "world's most trusted citation index" dengan standar seleksi ketat untuk jurnal yang terindeks (Clarivate, 2026). Hal ini memastikan kualitas metadata, termasuk penulis, judul, abstrak, dan metadata indeks, yang konsisten, serta kemampuan pelacakan sitasi balik (*backward/forward citation tracking*). Dengan memanfaatkan filter WoS, pencarian dapat dipersempit berdasarkan tahun 2019 sampai 2026 dan jenis dokumen berupa artikel jurnal *peer-review*, serta bidang penelitian terkait psikologi atau pendidikan, untuk meningkatkan relevansi hasil

Kata kunci yang digunakan dalam strategi pencarian adalah ("academic procrastinat*" OR "student* procrastinat*" OR "educat* procrastinat*" OR "academic delay*" OR "student* delay*" OR "educat* delay*") AND ("educat*" OR "academi*" OR "school*" OR "learn*" OR "student*" OR "adolesc*" OR "teen*" OR "child*" OR "young" OR "scholar*").

Protokol seleksi yang digunakan dalam penelitian ini adalah d-cocospe (*documents*, *concept*, *context*, *studies*, *participants*, dan *evaluation*). Protokol ini membantu memastikan pendekatan yang sistematis dan konsisten dalam mengidentifikasi, mengevaluasi, dan memilih literatur yang relevan untuk ditinjau (Munn dkk., 2018). Selanjutnya, proses pelaporan dan dokumentasi hasil kajian dilakukan dengan mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Penggunaan PRISMA membantu peneliti menyajikan alur identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi studi secara lebih terstruktur (Moher dkk., 2010).

Seleksi studi dilakukan secara bertahap. Pertama, peneliti secara independen menyaring judul dan abstrak dari hasil pencarian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Studi yang masih ragu atau belum jelas dibawa ke tahap selanjutnya. Kedua, teks lengkap artikel yang tersisa dibaca secara menyeluruh untuk menentukan kelayakan akhir. Prosedur ini sesuai dengan rekomendasi PRISMA dan ditunjukkan secara ringkas dalam diagram alir PRISMA. Dari studi terpilih, data diekstraksi dan diorganisasi dalam tabel. Kolom data meliputi informasi bibliografis, yaitu penulis, tahun, dan negara, tujuan penelitian, desain atau metode, variabel yang diteliti, misalnya faktor kognitif, emosional, dan sebagainya, alat ukur, karakteristik sampel, yaitu usia dan jenjang sekolah, serta temuan utama.

Analisis data bersifat deskriptif dan tematik. Kami mengelompokkan hasil studi berdasarkan kategori topik yang muncul. Pendekatan ini serupa dengan tinjauan *scoping* terdahulu yang melakukan *content analysis* untuk mengkategorikan faktor faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi (González-Brignardello dkk., 2023). Proses pelaporan mengikuti pedoman PRISMA agar transparan. Diagram alir PRISMA digunakan untuk menggambarkan jumlah artikel yang diidentifikasi, disaring, dinilai kelayakannya, dan akhirnya dimasukkan dalam analisis akhir. Selanjutnya, penyajian hasil secara naratif digunakan untuk memperjelas hubungan antartemuan penelitian dan memberikan gambaran utuh mengenai kondisi riset *academic procrastination* pada siswa sekolah menengah selama periode 2019 sampai 06 April 2026.

Hasil dan Pembahasan

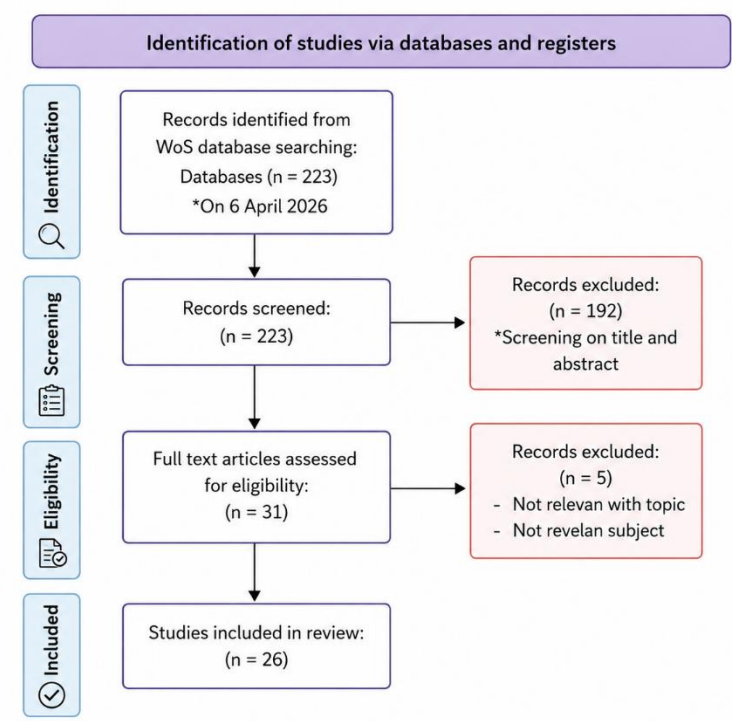
Scoping review ini memetakan *academic procrastination* pada siswa SMP dan SMA dalam periode 2019 sampai 2026, karena literatur sebelumnya lebih banyak berfokus pada mahasiswa. Pencarian dilakukan melalui *Web of Science* dengan kerangka *d-cocospe* dan pelaporan *PRISMA*. Sebanyak 223 rekaman diidentifikasi, 31 artikel *full-text* dinilai, dan 26 studi dimasukkan. Hasil sintesis menunjukkan bahwa sebagian besar studi yang lolos dalam proses penyaringan merupakan studi kuantitatif korelasional atau potong lintang, disertai beberapa studi intervensi atau kuasi eksperimen dan satu studi longitudinal. Tema yang berulang mencakup regulasi diri, efikasi diri, keterlibatan akademik, dukungan orang tua, dukungan otonomi, *mindfulness*, sifat pemalu, harapan, resiliensi, serta keterkaitan dengan penggunaan *smartphone* dan *internet*. Secara umum, studi yang diikutkan sangat terkonsentrasi pada konteks sekolah menengah dan remaja, dengan dominasi sampel dari Tiongkok. Beberapa studi menyoroti sekolah menengah pertama, beberapa sekolah menengah atas, dan sebagian kecil menggunakan sampel campuran SMP dan SMA. Desain yang paling sering digunakan adalah desain noneksperimental berbasis survei, sehingga bukti kausal tetap terbatas. Secara umum, hasil yang dilaporkan menunjukkan bahwa *academic procrastination* berasosiasi negatif dengan sumber daya personal dan keluarga yang adaptif, serta berasosiasi positif dengan faktor risiko digital dan beberapa indikator maladaptasi akademik. Berikut link hasil review https://bit.ly/4efWrCs

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

Tabel 1. Tabel d-cocospe

Criteria	Inclusion	Exclusion
Documents	*Open access*	Lainnya
	Publication years: 2019-2026	
	Documen types: article	
	Languages: English	
Concept	*Academic Procrastination*	Lainnya
Context	-	-
Studies	Studi empiris	Literatur review, Psikometri, dll
Participants	Siswa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas (SMP dan SMA)	Mahasiswa, sampel kelompok, dll
Evaluation	-	-

Diagram 1. Diagram PRISMA



Pada tema faktor individual dan regulasi diri, pola yang paling konsisten adalah bahwa *academic procrastination* berkaitan dengan lemahnya sumber daya psikologis adaptif dan dengan variabel yang mencerminkan kesulitan pengaturan diri. Keterlibatan akademik dan efikasi diri akademik terbukti berhubungan negatif dengan *academic procrastination* pada remaja Peru, dan keduanya juga menjadi prediktor signifikan dalam regresi berganda (Cutipa-Flores dkk., 2025). Di Tiongkok, sifat pemalu berkaitan dengan *academic procrastination* melalui regulasi diri dan perhatian yang terfokus pada diri sendiri, sehingga prokrastinasi tampak sebagai hasil interaksi antara kecenderungan afektif dan kapasitas regulative (Sun dkk., 2024). Studi lain juga memperlihatkan bahwa harapan, *mindfulness*, dan kontrol perhatian berperan protektif terhadap *academic procrastination*, sedangkan keterbatasan pada aspek kontrol diri dan pengelolaan perhatian meningkatkan risiko penundaan akademik (Wang dkk., 2022; Yue dkk., 2024). Pada sisi yang lebih berisiko, kegagalan regulasi diri dan frekuensi memeriksa *smartphone* selama jam belajar berkaitan dengan *academic procrastination* dan kecanduan *smartphone* pada siswa SMA di Turki, dengan kegagalan regulasi diri menjadi prediktor yang paling kuat (Gezgin, 2021). Pada tingkat orientasi akademik yang lebih luas, *academic procrastination* juga berkaitan dengan keraguan karier pada siswa sekolah menengah Anatolia, terutama ketika tingkat prokrastinasi lebih tinggi disertai rendahnya pengetahuan diri dan pengetahuan karier (Güneş & Korkut-Owen, 2020). Secara keseluruhan, bukti final menunjukkan bahwa *academic procrastination* pada

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

siswa menengah paling sering muncul bersama defisit regulasi diri, rendahnya efikasi diri, dan kerentanan afektif.

Pada tema faktor keluarga, pengasuhan, dan dukungan sosial, hasil akhir juga konsisten menunjukkan fungsi protektif lingkungan relasional. Dukungan otonomi dari orang tua berhubungan dengan *academic procrastination* pada remaja Tiongkok, dengan jalur yang berkaitan dengan motivasi otonom dan disposisi manajemen waktu, sehingga dukungan otonomi tampak relevan sebagai faktor pencegah penundaan akademik (Zhao dkk., 2022). Program berbasis keterikatan aman juga menurunkan *academic procrastination* pada siswa kelas 7 di Turki, dan efek penurunan itu tetap terlihat pada pengukuran tindak lanjut (Yildiz & Iskender, 2021). Pada siswa sekolah menengah kejuruan di Surakarta, resiliensi akademik dan dukungan sosial sama-sama berhubungan negatif dengan *academic procrastination*, sementara pembelajaran regulatif diri memoderasi hubungan antara resiliensi akademik dan prokrastinasi, tetapi tidak memoderasi hubungan antara dukungan sosial dan prokrastinasi (Cahyani dkk., 2023). Pada siswa madrasah aliyah di Magelang, dukungan sosial orang tua memengaruhi *academic procrastination* secara tidak langsung melalui *adversity quotient*, sehingga dukungan orang tua tetap menjadi variabel penting dalam konteks penundaan akademik pada remaja sekolah menengah (Muarifah dkk., 2022). Pada studi yang lebih baru, hubungan orang tua dan anak serta fungsi keluarga sama-sama berperan sebagai penyangga dalam relasi antara teknologi bermasalah dan *academic procrastination*, sehingga konteks keluarga tidak hanya bersifat latar, tetapi juga masuk ke dalam jalur mekanisme risiko itu sendiri (Liu dkk., 2026; Lu dkk., 2025). Dengan demikian, dukungan keluarga yang hangat, otonom, dan fungsional secara umum muncul sebagai faktor protektif yang stabil di seluruh korpus final.

Pada tema teknologi, distraksi, dan perilaku digital, hubungan dengan *academic procrastination* tampak sangat menonjol. *Problematic smartphone use* berhubungan dengan *academic procrastination* dan *anxiety* pada remaja Tiongkok, dan jalur mediasi berurutan menunjukkan bahwa *academic procrastination* menjadi bagian dari mekanisme yang menghubungkan penggunaan *smartphone* bermasalah dengan konsekuensi psikologis yang lebih luas, termasuk *NSSI* melalui *anxiety* (Bao dkk., 2025). Studi longitudinal lain menunjukkan bahwa *academic procrastination* mendahului *problematic mobile phone use*, dan bahwa *distraction cognitions* menjadi mediator penting dalam hubungan tersebut. Hasil ini memperkuat arah hubungan dari penundaan akademik ke penggunaan ponsel yang problematik, bukan sebaliknya (Hong dkk., 2021). Pada sampel remaja Tiongkok yang lebih besar, *mobile phone addiction* berkaitan dengan *academic procrastination* melalui *self-regulation* dan *psychological resilience*, sedangkan *parent-child relationship* memoderasi kekuatan asosiasi tersebut (Liu dkk., 2026). *Internet addiction* pada siswa SMP pedesaan di Tiongkok juga berkaitan positif dengan *academic procrastination*, dengan *depressive symptoms* dan *loneliness* sebagai mediator utama, sementara *family functioning* dan *teacher support* melemahkan hubungan tersebut (Qi dkk., 2025). Di Turki, *academic procrastination* bahkan muncul sebagai prediktor dalam model yang menjelaskan *smartphone addiction* pada siswa SMA, bersama *self-regulatory failure* dan frekuensi memeriksa *smartphone* selama jam belajar (Gezgin, 2021). Satu temuan yang lebih netral datang dari Arab Saudi. Penggunaan *e-book* dibandingkan *printed book* tidak menghasilkan perbedaan signifikan pada *academic procrastination*, sehingga digitalisasi pembelajaran tidak otomatis memperburuk penundaan akademik (Al Mulhim & Zaky, 2023). Secara keseluruhan, bukti final menempatkan teknologi problematik sebagai salah satu jalur risiko yang paling konsisten, tetapi juga menunjukkan bahwa format digital pembelajaran tidak selalu berdampak negatif jika konteks pedagogisnya setara.

Pada tema tugas akademik, beban belajar, dan konteks sekolah, *academic procrastination* muncul sangat spesifik dalam aktivitas belajar yang terikat pada tugas. Dalam studi tentang *mathematics homework procrastination* di Tiongkok, *homework emotion* menjadi faktor paling kuat, sementara *autonomy* berhubungan negatif dengan *procrastination*. Hasil ini menunjukkan bahwa karakteristik emosional tugas sekolah dapat menjadi pemicu utama penundaan (Gao dkk., 2025). Studi di Nepal menunjukkan bahwa *academic procrastination* berkaitan dengan *mathematics achievement* pada siswa kelas 9, sehingga penundaan akademik tidak hanya merupakan gejala perilaku, tetapi juga terkait dengan capaian akademik yang lebih rendah (Sharma Chapai dkk., 2024). Dalam dua studi berbasis *project-based learning* di Indonesia, model pembelajaran proyek pada kimia dan fisika dikaitkan dengan capaian belajar yang lebih baik dan dengan perbedaan tingkat *procrastination* antara kelompok belajar yang berbeda, sehingga intervensi pedagogis berbasis sekolah tampak relevan untuk menekan penundaan tugas akademik (Santyasa dkk., 2020, 2021). Studi juga menunjukkan bahwa *group counseling* dengan pendekatan Gestalt dapat menurunkan *academic procrastination* secara bermakna pada siswa SMA. Demikian pula, intervensi REBT pada *in-school adolescents* di Nigeria menurunkan *academic procrastination* secara signifikan pada *posttest* dan *follow-up*, sehingga bukti intervensi sekolah menunjukkan bahwa *procrastination* bersifat dapat diubah melalui

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

pendekatan terstruktur di lingkungan pendidikan (Amoke dkk., 2025; Gading, 2020). Dengan kata lain, pada korpus final, *academic procrastination* tidak berdiri sebagai *trait* yang statis, melainkan sebagai perilaku yang sensitif terhadap beban tugas, desain pembelajaran, dan intervensi psikopedagogis.

Pada tema komorbiditas psikologis dan konsekuensi yang lebih luas, beberapa studi menunjukkan bahwa *academic procrastination* sering berkelindan dengan masalah internalisasi lainnya. Analisis jejaring pada siswa kelas 12 di Tiongkok menunjukkan bahwa kelelahan akademik dan *academic procrastination* membentuk jaringan komorbid yang rapat, dengan kelelahan fisik dan mental sebagai simpul inti serta ketakutan akan kegagalan sebagai simpul jembatan utama (Dong dkk., 2026). Studi lain memperlihatkan bahwa penggunaan telepon pintar bermasalah tidak secara langsung memprediksi NSSI, melainkan pengaruhnya berjalan melalui *academic procrastination* dan kecemasan, sehingga prokrastinasi berperan dalam jalur psikologis yang lebih kompleks (Bao dkk., 2025). Dalam penelitian tentang kecanduan telepon seluler dan distres psikologis, *academic procrastination* juga muncul sebagai mediator dalam mediasi berantai yang menghubungkan perilaku adiktif digital dengan distres psikologis (Lu dkk., 2025). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa *academic procrastination* pada siswa menengah bukan hanya persoalan manajemen waktu, melainkan juga indikator keterkaitan dengan kelelahan akademik, distres emosional, dan risiko perilaku yang lebih berat.

Secara keseluruhan, hasil akhir menunjukkan bahwa *academic procrastination* pada siswa SMP dan SMA paling konsisten dipahami melalui empat gugus tema, yaitu regulasi diri dan sumber daya individual, dukungan keluarga dan relasi pengasuhan, distraksi digital dan penggunaan teknologi bermasalah, serta konteks tugas dan intervensi sekolah. Studi-studi akhir juga memperlihatkan bahwa bukti yang paling kuat masih berasal dari desain potong lintang dan korelasional, sedangkan bukti intervensi dan longitudinal masih lebih sedikit. Secara geografis, korpus sangat terkonsentrasi di Tiongkok, sehingga generalisasi lintas budaya masih terbatas.

Simpulan

Scoping review ini menunjukkan bahwa *academic procrastination* pada siswa SMP dan SMA selama 2019 sampai 2026 terutama dikaji melalui studi kuantitatif korelasional dan potong lintang, dengan jumlah studi intervensi yang lebih sedikit dan hanya satu studi longitudinal. Temuan yang paling konsisten memperlihatkan keterkaitan antara prokrastinasi dengan lemahnya regulasi diri, rendahnya efikasi diri akademik dan keterlibatan akademik, faktor keluarga yang kurang adaptif, serta distraksi digital. Sebaliknya, dukungan keluarga dan sumber daya psikologis yang adaptif cenderung bersifat protektif.

Daftar Pustaka

Al Mulhim, E. N., & Zaky, Y. A. M. (2023). Sustainability in E-Learning: E-Books and Academic Procrastination among Secondary Students. *Sustainability*, *15*(20), 14668. https://doi.org/10.3390/su152014668

Amoke, C. V., Ede, M. O., Mawila-Chauke, D., & Obeagu, I. E. (2025). Disputing and challenging academic procrastination behaviors in students using REBT approach. *Medicine*, *104*(9), e41725. https://doi.org/10.1097/MD.0000000000041725

Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, *8*(1), 19–32. https://doi.org/10.1080/1364557032000119616

Bao, L., Zhang, W., Zhao, J., & Geng, J. (2025). A longitudinal study on problematic smartphone use and Non-Suicidal Self-Injury: The mediating role of academic procrastination and anxiety. *BMC Psychology*, *13*(1), 1093. https://doi.org/10.1186/s40359-025-03360-1

Cahyani, L. M., Kristiani, K., & Sabandi, M. (2023). The phenomenon of academic procrastination during the Covid-19 pandemic influenced by academic resilience and social support. *Pegem Journal of Education and Instruction*, *13*(1). https://doi.org/10.47750/pegegog.13.01.05

Cutipa-Flores, T., Fabian-Osorio, L., Navarro-Cárdenas, M. A., & Abanto-Ramírez, C. D. (2025). Academic engagement and academic self-efficacy as predictors of academic procrastination in Peruvian adolescents. *Frontiers in Education*, *10*, 1533810. https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1533810

Daryani, D. P., Nugrahayu, E. Y., & Sulistiawati, S. (2021). The Prevalence of Academic Procrastination among Students at Medicine Faculty Mulawarman University. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *9*(2), 118–126. https://doi.org/10.30650/jik.v9i2.3109

Dong, D., Liang, X., Ge, J., Zhang, J., Li, S., & Hu, W. (2026). Exploring the comorbid network of academic burnout and academic procrastination and its relations to social-emotional competence among Chinese

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

12th grade students: A perspective of psychological resource depletion and replenishment. *BMC Public Health*, *26*(1), 389. https://doi.org/10.1186/s12889-025-26125-2

Elaish, M. M., Shuib, L., Ghani, N. A., Mujtaba, G., & Ebrahim, N. A. (2019). A bibliometric analysis of m-learning from topic inception to 2015. *International Journal of Mobile Learning and Organisation*, *13*(1), 91. https://doi.org/10.1504/IJMLO.2019.096470

Gading, I. K. (2020). Group Counseling with The Gestalt Technique to Reduce Academic Procrastination. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET)*, *15*(14), 262. https://doi.org/10.3991/ijet.v15i14.14465

Gao, B., Wijaya, T. T., He, Y., Ma, H., & Wu, L. (2025). What factors affect student procrastination on mathematics homework: Self-determination theory perspective. *Acta Psychologica*, *256*, 105020. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.10502z

Gezgin, D. M. (2021). Gender, Self-regulation, Academic Procrastination, and Smartphone Checking Frequency During Study Hours in Predicting Turkish Adolescents' Smartphone Addiction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, *9*(1), 38–47. https://doi.org/10.5152/ADDICTA.2021.21027

González-Brignardello, M. P., Sánchez-Elvira Paniagua, A., & López-González, M. Á. (2023). Academic Procrastination in Children and Adolescents: A Scoping Review. *Children*, *10*(6), 1016. https://doi.org/10.3390/children10061016

Güneş, A., & Korkut-Owen, F. (2020). Anadolu Lisesi Öğrencilerinin Mesleki Kararsızlıklarının Akademik Erteleme ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Pamukkale University Journal of Education*. https://doi.org/10.9779/pauefd.705018

Hong, W., Liu, R.-D., Ding, Y., Jiang, S., Yang, X., & Sheng, X. (2021). Academic procrastination precedes problematic mobile phone use in Chinese adolescents: A longitudinal mediation model of distraction cognitions. *Addictive Behaviors*, *121*, 106993. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106993

Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, *82*, 26–33. https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038

Liu, Y., Lin, Y., Zhao, S., Wang, F., Yuan, Q., & Tong, Y. (2026). Mobile Phone Addiction and Academic Procrastination in Adolescents: The Serial Mediating Roles of Self-Regulation and Psychological Resilience and the Moderating Role of the Parent-Child Relationship. *Brain and Behavior*, *16*(1), e71169. https://doi.org/10.1002/brb3.71169

Lu, J., Yue, P., Zhang, B., & Sun, Y. (2025). Adolescent mobile phone addiction and psychological distress in Chinese adolescents: Chain mediation by self-control and academic procrastination and the moderating role of family functioning. *Acta Psychologica*, *261*, 105824. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105824

Lv, Y., Gao, Y., Tang, B., Cheng, F., Chen, Z., Wu, J., Yang, H., & Liu, X. (2022). The impact of school life and family involvement on Western China junior high school students' wellbeing at multidimensional levels. *Archives of Public Health*, *80*(1), 106. https://doi.org/10.1186/s13690-022-00863-w

Ma, H., Li, X., Ma, C., & Teng, D. (2024). What are the important factors influencing the physical activity level of junior high school students: A cross-sectional survey. *Frontiers in Public Health*, *12*, 1380290. https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1380290

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2010). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *International Journal of Surgery*, *8*(5), 336–341. https://doi.org/10.1016/j.ijsu.2010.02.007

Mortazavi, F., Mortazavi, S. S., & Khosrorad, R. (2015). Psychometric Properties of the Procrastination Assessment Scale-Student (PASS) in a Student Sample of Sabzevar University of Medical Sciences. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, *17*(9). https://doi.org/10.5812/ircmj.28328

Muarifah, A., Rofiah, N. H., Mujidin, M., Mohamad, Z. S., & Oktaviani, F. (2022). Students' academic procrastination during the COVID-19 pandemic: How does adversity quotient mediate parental social support? *Frontiers in Education*, *7*, 961820. https://doi.org/10.3389/feduc.2022.961820

Munn, Z., Stern, C., Aromataris, E., Lockwood, C., & Jordan, Z. (2018). What kind of systematic review should I conduct? A proposed typology and guidance for systematic reviewers in the medical and health sciences. *BMC Medical Research Methodology*, *18*(1), 5. https://doi.org/10.1186/s12874-017-0468-4

Qi, Y., Zhu, W., An, Z., Lu, Q., Zhao, M., Zhang, T., Zong, J., Xue, P., & Gao, Y. (2025). Internet addiction and academic procrastination among Chinese rural junior high school students: A moderated mediation model examining the roles of psychological and environmental factors. *Humanities and Social Sciences Communications*, *12*(1), 1890. https://doi.org/10.1057/s41599-025-06164-1

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8319

Rahimi, S., Hall, N. C., & Sticca, F. (2023). Understanding academic procrastination: A Longitudinal analysis of procrastination and emotions in undergraduate and graduate students. *Motivation and Emotion*, *47*(4), 554–574. https://doi.org/10.1007/s11031-023-10010-9

Ramadhani, E., Setiyosari, P., Indreswari, H., Setiyowati, A. J., & Putri, R. D. (2026). Academic procrastination: A systematic review of causal factors and interventions. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*, *36*(1), 100552. https://doi.org/10.1016/j.jbct.2025.100552

Rozental, A., Bennett, S., Forsström, D., Ebert, D. D., Shafran, R., Andersson, G., & Carlbring, P. (2018). Targeting Procrastination Using Psychological Treatments: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, *9*, 1588. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01588

Sage, K., Jackson, S., Fox, E., & Mauer, L. (2021). The virtual COVID-19 classroom: Surveying outcomes, individual differences, and technology use in college students. *Smart Learning Environments*, *8*(1), 27. https://doi.org/10.1186/s40561-021-00174-7

Santyasa, I. W., Agustini, K., & Pratiwi, N. W. E. (2021). Project Based E-Learning and Academic Procrastination of Students in Learning Chemistry. *International Journal of Instruction*, *14*(3), 909–928. https://doi.org/10.29333/iji.2021.14353a

Santyasa, I. W., Rapi, N. K., & Sara, I. W. W. (2020). Project Based Learning and Academic Procrastination of Students in Learning Physics. *International Journal of Instruction*, *13*(1), 489–508. https://doi.org/10.29333/iji.2020.13132a

Sharma Chapai, K. P., Joshi, D. R., Singh, A. B., & Khadka, J. (2024). Role of students' academic procrastination in shaping mathematics achievement. *Education Inquiry*, 1–27. https://doi.org/10.1080/20004508.2024.2418151

Sirois, F. M. (2023). Procrastination and Stress: A Conceptual Review of Why Context Matters. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(6), 5031. https://doi.org/10.3390/ijerph20065031

Steel, P., & Ferrari, J. (2013). Sex, Education and Procrastination: An Epidemiological Study of Procrastinators' Characteristics from A Global Sample. *European Journal of Personality*, *27*(1), 51–58. https://doi.org/10.1002/per.1851

Sun, H., Yu, Y., & Peng, C. (2024). Shyness and academic procrastination among Chinese adolescents: A moderated mediation model of self-regulation and self-focused attention. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1352342. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1352342

Verdejo, C., Tapia-Benavente, L., Schuller-Martínez, B., Vergara-Merino, L., Vargas-Peirano, M., & Silva-Dreyer, A. M. (2021). What you need to know about scoping reviews. *Medwave*, *21*(02), e8144–e8144. https://doi.org/10.5867/medwave.2021.02.8144

Wang, S., Shi, J., Sheng, R., Yu, S., & Xu, W. (2022). Hope and Academic Procrastination in Adolescents: A Moderated Mediation Model. *International Journal of Mental Health Promotion*, *24*(6), 933–944. https://doi.org/10.32604/ijmhp.2022.023083

Wu, Z., Xue, L., Zhang, Y., Zhan, F., Li, H., Liu, R., Yang, X., & Chen, Z. (2025). Impact of adolescent internet addiction on academic procrastination: The serial mediating role of self-control and anxiety. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1713213. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1713213

Yildiz, B., & Iskender, M. (2021). The secure attachment style oriented psycho-educational program for reducing intolerance of uncertainty and academic procrastination: Yıldız & Iskender: Secure attachment, academic procrastination & intolerance of uncertainty. *Current Psychology*, *40*(4), 1850–1863. https://doi.org/10.1007/s12144-018-0112-4

Yue, P., Zhang, J., & Jing, Y. (2024). Mindfulness and academic procrastination among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1409472. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1409472

Zhao, W., Wang, X., Li, J., Li, Q., & Chen, C. (2022). "Time is My Own Treasure": Parental Autonomy Support and Academic Procrastination Among Chinese Adolescents. *Psychology Research and Behavior Management*, *Volume 15*, 2773–2782. https://doi.org/10.2147/PRBM.S373033