

Pengaruh Psychological Capital Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa: Studi Prokrastinasi di Perguruan Tinggi

Abdul Saman¹, Hillman Wirawan²

Universitas Negeri Makassar¹

Universitas Hasanuddin²

Email: abdulsaman@unm.ac.id

<http://ojs.unm.ac.id/index.php/Insani/index>

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh *Psychological Capital (PC)* terhadap prestasi akademik mahasiswa yang dimediasi prokrastinasi mahasiswa di universitas/ perguruan tinggi. Subjek penelitian adalah mahasiswa di tingkat universitas/ perguruan tinggi sebanyak 167 orang dengan proporsi 123 (73,7%) perempuan dan 44 (26,3%) laki-laki. Alat ukur penelitian ini menggunakan *psychological capital questionnaire* dan *procrastination scale*. Teknik analisis data menggunakan uji *bivariate correlations and moderated mediation*. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat pengaruh PC terhadap prestasi akademik mahasiswa. Selanjutnya, ditemukan terdapat korelasi negatif PC dan prokrastinasi.

Kata Kunci: Psychological Capital, Prokrastinasi, prestasi akademik.

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL STUDIES (IJES)

E-ISSN: 2621-6744

P-ISSN: 2621-6736

Submitted: August, 21st 2019

Accepted: November, 1st 2019

Abstract. This study aims to explain the influence of *Psychological Capital (PC)* on academic achievement of students mediated by student procrastination at universities / colleges. The research subjects were 167 students at the university / college level with the proportion of 123 (73.7%) women and 44 (26.3%) men. This research measuring instrument uses *psychological capital questionnaire* and *procrastination scale*. Data analysis techniques used *bivariate correlations and moderated mediation* tests. The results of this study found that there is an influence of PC on student academic achievement. Furthermore, a negative correlation between PC and procrastination was found.

PENDAHULUAN

Prokrastinasi dalam dunia pendidikan telah menarik banyak perhatian peneliti sebelumnya. Peneliti telah menemukan bahwa prokrastinasi merupakan akibat dari tingkat regulasi diri yang rendah dan ketidakmampuan dalam mengelola waktu (Senécal, Koestner, & Vallerand, 1995). Lebih lanjut, penelitian tersebut menemukan bahwa siswa yang memiliki motivasi intrinsik cenderung lebih kurang melakukan prokrastinasi dibandingkan siswa dengan motivasi ekstrinsik (Senécal et al., 1995). Hal ini menunjukkan juga bahwa dorongan dari dalam diri membantu pelajar untuk lebih berkomitmen menyelesaikan tugas tepat waktu.

Selain faktor regulasi diri tersebut, terdapat juga dampak yang secara umum telah diketahui bersama oleh peneliti. Peneliti menemukan bahwa prokrastinasi menyebabkan rendahnya prestasi akademik siswa bahkan menyebabkan penundaan terhadap penyelesaian studi (Orpen, 1998). Hasil meta analisis juga menunjukkan hasil yang konsisten bahwa prokrastinasi menurunkan capaian akademik siswa (Ryung & Hee, 2015). Meski siswa pada akhirnya dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan cepat, namun konsekuensinya adalah tugas akademik tersebut diselesaikan seadanya dan dengan kualitas yang rendah. Ini tentunya membuat nilai akademik rendah dan pada akhirnya siswa tidak begitu merasa terlibat dalam aktivitas akademik.

Secara umum, prokrastinasi banyak diteliti dalam dunia pendidikan dan menjadi salah satu variabel negatif yang dapat menyebabkan rendahnya pencapaian akademik siswa. Meski demikian perlu dipahami bahwa tidak seluruh siswa yang melakukan penundaan penyelesaian tugas otomatis berdampak buruk bagi pencapaian akademik. Hal ini terjadi karena siswa bisa saja melakukan prokrastinasi aktif yang berarti. Prokrastinasi aktif seperti ini tidak dapat dikategorikan sebagai prokrastinasi, namun lebih tepat disebut strategi pengelolaan diri siswa menghadapi berbagai tekanan tugas (Chu & Choi, 2005).

Hal yang perlu diperhatikan yakni prokrastinasi yang menyebabkan dampak negatif terhadap prestasi akademik siswa. Lebih jauh hal ini membutuhkan penelitian sehingga pemerhati dan praktisi pendidikan dapat lebih memahami prokrastinasi dan mengelola berbagai faktor penyebab prokrastinasi. Meski telah terdapat berbagai variabel yang diketahui memiliki kontribusi terhadap prokrastinasi, namun penelitian lebih lanjut masih diperlukan.

Penelitian terdahulu menunjukkan beragam variabel yang dapat menentukan terjadinya prokrastinasi. Selain regulasi diri (Kadzikowska-wrzošek, 2018; Senécal et al., 1995) dan regulasi emosi (Eckert, Ebert, Lehr, Sieland, & Berking, 2016) terdapat pula aspek kepribadian yang dapat menentukan seseorang melakukan prokrastinasi secara terus menerus atau tidak (Kim, Fernandez, & Terrier, 2017). Sebagai contoh, beberapa tipe kepribadian memiliki hubungan yang negatif terhadap prokrastinasi dibandingkan dengan tipe kepribadian lainnya. Orang dengan tipe kepribadian *conscientiousness* memiliki kecenderungan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan lebih teratur sehingga lebih kecil kemungkinan melakukan prokrastinasi (Kim et al., 2017).

Prokrastinasi memiliki pola yang berbeda dan dampak yang sepertinya tidak konsisten di berbagai penelitian (Day, Mensink, & O'Sullivan, 2000). Pernyataan ini

berarti bahwa tidak ada satu hal yang pasti yang dapat menyebabkan prokrastinasi dan dampak prokrastinasi tidak otomatis membuat rendah prestasi seseorang. Hal yang perlu dipahami yakni karakteristik individu yang menyebabkan prokrastinasi hingga berdampak buruk terhadap prestasi akademik maupun prestasi kerja.

Psychological Capital (PsyCap) merupakan sebuah kondisi positif yang dimiliki oleh individu yang terdiri dari dimensi harapan, optimisme, resiliensi dan efikasi diri (Luthans, Youssef-Morgan, & Avolio, 2015). Terdapat beberapa penelitian yang menggunakan karakteristik positif individu sebagai predictor negatif dari prokrastinasi, misalnya efikasi diri memiliki hubungan negatif terhadap prokrastinasi (Chu & Choi, 2005). Sementara PsyCap sendiri merupakan karakteristik Psikologis yang positif dan telah terbukti menunjang pencapaian prestasi dan memiliki dampak positif secara akademik (Pradhan, Jena, & Bhattacharya, 2016; Siu, Bakker, & Jiang, 2013) maupun di tempat kerja (Abbas & Raja, 2015; Adil & Kamal, 2016; Bradbury-Jones, 2015)

Berdasarkan penjelasan tersebut diatas, penelitian yang sangat diperlukan saat ini yakni menguji model teoritik terbaik untuk memahami prokrastinasi dan melakukan perbandingan antara model tersebut di dunia Pendidikan. Penelitian telah banyak menguji berbagai karakteristik individu yang berhubungan dengan prokrastinasi namun terdapat beberapa kekurangan yang belum diuji oleh penelitian-penelitian sebelumnya. Terdapat penelitian yang telah menemukan bahwa PsyCap dapat berperan mengurangi prokrastinasi sebagai akibat dari *perfectionism* siswa (Hicks, Meng, & Wu, 2015).

Disisi lain dari penelitian di bidang ini yakni, telah terdapat berbagai intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi prokrastinasi (Van Eerde & Klingsieck, 2018). Banyak intervensi yang ditawarkan, namun cenderung hasil yang diperoleh oleh para peneliti masih tergolong tidak konsisten. Meski secara umum *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) lebih sering berhasil (Van Eerde & Klingsieck, 2018) dan *emotion self-regulation* (Eckert et al., 2016) namun penerapannya masih kurang meluas dibandingkan dengan penggunaan aplikasi telepon pintar MT-PRO untuk mengurangi prokrastinasi (Lukas & Berking, 2018).

Selain menguji hubungan antar variabel, peneliti juga bermaksud untuk lebih jauh menguji dampak sebuah intervensi terhadap prokrastinasi. Oleh karena itu, bagian kedua dari penelitian ini yakni menguji sebuah intervensi yang mengintegrasikan peningkatan PsyCap dan manajemen waktu. Peneliti terdahulu telah menemukan bahwa prokrastinasi secara sederhana berkaitan dengan pengelolaan waktu (Day et al., 2000; Meirav, 2018; van Eerde & Klingsieck, 2018) sedangkan karakteristik positif seperti PsyCap juga merupakan hal yang penting untuk mendukung seseorang menghadapi beban tugas yang berat (Karatepe & Karadas, 2015). Oleh karena itu, dapat dikembangkan sebuah intervensi yang mengintegrasikan kedua aspek ini.

Penjelasan tersebut diatas mengantarkan peneliti untuk mengkaji pengaruh *Psychological Capital* terhadap prestasi akademik mahasiswa: studi prokrastinasi di perguruan tinggi. Penelitian ini dapat memberi kontribusi signifikan di dunia Pendidikan. Oleh karena itu, penting untuk dapat memastikan bahwa penelitian ini

berjalan dan produk yang dihasilkan juga terus dikembangkan oleh peneliti-peneliti lainnya.

METODE PENELITIAN

1. Partisipan and Prosedur

Partisipan dalam penelitian ini adalah pelajar di tingkat perguruan tinggi dengan rentan usia 17 – 24 tahun. Pelajar akan direkrut dari berbagai kampus dengan memperhatikan keterwakilan kampus jenis perguruan tinggi (misalnya, negeri dan swasta), lokasi kampus, gender, dan jumlah mahasiswa. Hal tersebut dilakukan agar diperoleh partisipan yang representatif menggambarkan populasi. Peneliti akan merekrut partisipan secara online dengan menyebarkan link registrasi dan questionnaire ke berbagai jaringan mahasiswa. Peneliti memperoleh 167 responden mahasiswa dengan proporsi 123 (73,7%) perempuan dan 44 (26,3%) laki-laki.

2. Alat ukur

Alat ukur yang akan digunakan yakni; Alat ukur *PsyCap* adalah *Psychological Capital Questionnaire* (PCQ) sesuai dengan konstruksi PCQ sebelumnya (Luthans dkk., 2015). Prokrastinasi akademik mahasiswa diukur dengan menggunakan *Procrastination Scale* (Tuckman, 1991). Kedua alat ukur ini melalui proses adaptasi ke Bahasa Indonesia.

a. Psychological Capital Questionnaire

Psychological Capital Questionnaire (PCQ) yang merupakan alat ukur *psychological capital* (Luthans dkk., 2015). Alat ukur ini merupakan skala likert dengan pilihan respon yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, agak tidak setuju, agak setuju, setuju, dan sangat setuju. Hasil uji validitas dengan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menunjukkan hasil model fit yaitu RMSEA= 0.08 CMIN/DF= 2.16 serta nilai koefisien reliabilitas cronbach alpha yaitu 0.86. Seluruh hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa skala tergolong valid dan reliabel untuk digunakan dalam pengukuran. Contoh aitem: saya merasa percaya diri dalam menganalisa dan menemukan penyelesaian untuk masalah jangka panjang.

b. Procrastination Scale

Procrastination scale merupakan alat ukur yang bertujuan untuk mengukur prokrastinasi yang dimiliki oleh Tuckman (1991). Pilihan jawaban dimulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 6 (sangat setuju). Alat ukur ini juga dilakukan uji validitas CFA dengan memperoleh hasil model fit RMSEA=0.08 CMIN/DF=2.07 dan hasil reliabilitas menghasilkan nilai 0.82. Contoh aitem: saya merasa bahwa tugas membuat saya lelah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil analisis data penelitian pada responden Mahasiswa

Berikut ini hasil uji *bivariate correlations* pada variabel penelitian, yakni sebagai berikut:

Tabel 1

Bivariate Correlations

Variable	M	SD	1	2	3	4	5	6
1. Usia	20.21	2.37						
2. Semester	5.03	2.24	.46*					
3. Bidang	1.26	.43	-.04	-.03				
4. IP Terakhir	3.53	.73	.07	.05	-.05			
5. IPK	3.56	.377	-.02	-.13	-.00	.51**		
6. PC	110.54	11.80	.18	.07	-.01	.15*	.13	
7. Prokrastinasi	114.74	15.57	-.13	-.03	.11	-.10	-.13	-.32**

Note: N= 167 M= rata-rata SD= standar deviasi, ** $p < .01$ and * $p < .05$; PC = Psychological Capital

Hasil analisis hubungan antar variabel penelitian menunjukkan beberapa variabel yang memiliki hubungan yang signifikan ($p < 0.001$) dengan tingkat hubungan yang berbeda-beda. Prokrastinasi dan Psychological Capital (PC) memiliki hubungan yang kuat dengan nilai ($r = -.32$). Prestasi akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan PC mahasiswa sehingga tingginya prestasi akademik ini dapat saja dihubungkan dengan adanya PC yang juga tinggi. Sebaliknya, hubungan negatif dimiliki oleh PC dan Prokrastinasi Mahasiswa. Artinya, mahasiswa dengan PC yang tinggi cenderung memiliki Prokrastinasi yang rendah, begitu pula sebaliknya PC yang rendah pada mahasiswa sangat mungkin dimiliki oleh mahasiswa yang tinggi dalam hal prokrastinasi.

Lebih lanjut perlu dilakukan analisis moderated-mediation untuk mengetahui dampak langsung maupun tidak langsung dari PC terhadap prestasi belajar mahasiswa. Berikut hasil analisis penelitian:

Tabel 2. Analisis moderated-mediation

<i>Moderated mediation results</i>					
Variabel	β	T	R	R ²	F
Step 1			.32	.10	19.03***
PC	-.32***	-4.36			
<i>Dependent Variable: Procrastination; ***$p < .001$, **$p < .01$ and *$p < .05$; PC = Psychological Capital</i>					
Step 2			.13	.01	3.03
Prokrastinasi	-.13	-1.74			
Step 3			.13	.01	2.86
PC	.13	1.69			
<i>Dependent Variable: IPK; ***$p < .001$, **$p < .01$ and *$p < .05$;</i>					

Tabel 2 menunjukkan hasil model *moderated mediation* menggunakan teknik analisis dengan SPSS. Pada step 1 terlihat *Psychological Capital* (PC) dapat memprediksi Prokrastinasi dengan nilai signifikan $R^2 = .10$ ($p < 0.001$) dengan ini hipotesis H1a diterima. Selanjutnya pada step 2 tidak terdapat pengaruh PC terhadap IPK melalui prokrastinasi, dengan ini hipotesis H2a dapat diterima secara parsial.

Penelitian memiliki beberapa tujuan utama, yakni pertama menguji pengaruh PC langsung maupun tidak langsung dari PC terhadap IPK dengan adanya variabel Prokrastinasi sebagai mediator. Hasil dari penelitian sebagian telah sesuai dengan prediksi peneliti namun ada beberapa bagian yang belum ditemukan kesesuaian dengan hipotesis yang dibangun. Penelitian ini menemukan bahwa PC dapat memberikan dampak langsung terhadap prokrastinasi sesuai dengan prediksi dalam penelitian ini. Namun, dampak langsung dari PC dan prokrastinasi terhadap IPK tidak ditemukan.

Hasil penelitian ini menguatkan bahwa PC memiliki dampak negatif terhadap prokrastinasi mahasiswa. Mahasiswa dengan PC yang tinggi cenderung memiliki prokrastinasi yang rendah. Meski demikian, prokrastinasi tidak memberikan dampak yang signifikan terhadap IPK mahasiswa. Hingga tahapan analisis ini dapat disimpulkan bahwa PC memiliki peran yang sangat penting baik untuk menurunkan prokrastinasi maupun meningkatkan IPK mahasiswa. Oleh karena itu penting untuk mahasiswa memiliki tingkat PC yang tinggi sehingga mendukung capaian prestasi akademik mereka.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya. Sebuah studi menemukan bahwa PC dapat berdampak langsung pada prokrastinasi (Hicks et al., 2015). Hasil ini konsisten dengan pendapat Vanno, Kaemkate, & Wongwanich (2014) yang menemukan bahwa dampak dari PC terhadap prestasi belajar siswa. Dampak dari PC ini sesuai penjelasan Avey (2014) bahwa keempat karakteristik unggul (*Hope, Optimism, Resiliency, dan Efficacy*) mendukung berbagai hal positif individu dan berpengaruh negatif terhadap berbagai variabel yang tidak diharapkan.

Secara umum analisis data pada mahasiswa memberikan pemahaman kepada peneliti bahwa PC memiliki pengaruh yang signifikan untuk menurunkan prokrastinasi maupun untuk mendukung prestasi belajar mahasiswa. Melalui hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa PC dapat menjadi perangkat yang membantu mahasiswa mengatasi pengaruh dari prokrastinasi dan mendorong pencapaian prestasi akademik.

Perkembangan studi mengenai dampak positif PC telah sampai pada pengembangan sebuah intervensi berbasis *website* (Luthans, Avey, & Lincoln, 2008). Penerapan PC juga telah dilakukan untuk berbagai kalangan mulai dari pekerja hingga tunawisma (Rew, Thompson, Brown, & Seo, 2014). Dampak yang dihasilkan cenderung positif yang berarti bahwa keempat karakteristik unggul dalam konstruk PC dapat dengan sengaja dikembangkan.

Mengingat dampak PC yang sangat penting sesuai dengan temuan dalam penelitian ini, serta adanya temuan-temuan sebelumnya mengenai dampak PC maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa PC dapat dikembangkan bagi mahasiswa. Oleh karena itu, rencana penelitian lebih lanjut dapat berfokus pada pengembangan

sebuah intervensi PC untuk meningkatkan keempat karakteristik unggul yakni *hope* (harapan), *optimism* (optimis), *resilience* (ketangguhan), dan *efficacy* (kepercayaan diri).

Usaha sistematis harus dilakukan mulai dari mengumpulkan literatur hingga pengujian modul intervensi *Psychological Capital*. Penelitian lebih lanjut dibutuhkan untuk mengembangkan modul *Psychological Capital* yang tepat dan juga menguji efek intervensi terhadap berbagai variabel penting baik dalam dunia pendidikan maupun dunia kerja. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi perbandingan untuk mengetahui kondisi sebelum dan sesudah diterapkannya intervensi *Psychological Capital*.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yang berfokus pada menguji efek mediasi dari prokrastinasi, ternyata peneliti menemukan bahwa prokrastinasi tidak secara langsung berdampak pada IPK mahasiswa. Namun, dampak buruk lain dari prokrastinasi masih mungkin dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa baik langsung maupun tidak langsung. *Psychological Capital* (PC) sebagai sebuah konstruk yang unggul dapat memberikan pengaruh negatif terhadap prokrastinasi sehingga tingginya PC pada seseorang dapat menekan frekuensi prokrastinasi pada mahasiswa.

KESIMPULAN

1. Terdapat pengaruh *Psychological Capital* (PC) terhadap prestasi akademik mahasiswa di perguruan tinggi.
2. Terdapat korelasi negatif antara *Psychological Capital* (PC) dan kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa di perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, M., & Raja, U. (2015). Impact of psychological capital on innovative performance and job stress. *Canadian Journal of Administrative Sciences / Revue Canadienne Des Sciences de l'Administration*, 32(2). <https://doi.org/10.1002/cjas.1314>
- Adil, A., & Kamal, A. (2016). Impact of Psychological Capital and Authentic Leadership on Work Engagement and Job Related Affective Well-being. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 31(1), 1–21.
- Avey, J. B. (2014). The Left Side of Psychological Capital: New Evidence on the Antecedents of PsyCap. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 21(2). <https://doi.org/10.1177/1548051813515516>
- Bakker, A. B. (2011). An evidence-based model of work engagement. *Current Directions in Psychological Science*. <https://doi.org/10.1177/0963721411414534>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2008). Towards a model of work engagement. *Career Development International*, 13(3), 209–223. <https://doi.org/10.1108/13620430810870476>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Ten Brummelhuis, L. L. (2012). Work engagement, performance, and active learning: The role of conscientiousness. *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 555–564. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.08.008>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115–128.

- Bradbury-Jones, C. (2015). Review: Engaging new nurses: the role of psychological capital and workplace empowerment. *Journal of Research in Nursing*, 20(4), 278–279. <https://doi.org/10.1177/1744987114528024>
- Chu, A. H. C., & Choi, J. N. (2005). Rethinking Procrastination: Positive Effects of “Active” Procrastination Behavior on Attitudes and Performance. *Journal of Social Psychology*, 145(3), 245–264.
- Day, V., Mensink, D., & O’Sullivan, M. (2000). Patterns of academic procrastination. *Journal of College Reading and Learning*, 30(2), 120–134. <https://doi.org/10.1080/10790195.2000.10850090>
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41(1), 417–440.
- Donnellan, M. B., Oswald, F. L., Baird, B. M., & Lucas, R. E. (2006). The mini-IPIP scales: tiny-yet-effective measures of the Big Five factors of personality. *Psychological Assessment*, 18(2), 192–203. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.18.2.192>
- Eckert, M., Ebert, D. D., Lehr, D., Sieland, B., & Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. *Learning and Individual Differences*, 52, 10–18. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.001>
- Eerde, W. Van. (2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*, 35, 1401–1418.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 504–528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Grund, A., & Fries, S. (2018). Understanding procrastination: A motivational approach. *Personality and Individual Differences*, 121(September), 120–130. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.09.035>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. The Guildford Press. <https://doi.org/978-1-60918-230-4>
- Hicks, R. E., Meng, F., & Wu, Y. (2015). Psychological Capital as Mediator between Adaptive Perfectionism and Academic Procrastination. *GSTF Journal of Psychology*, 2(1), 34–40. <https://doi.org/10.5176/2345-7872>
- Ivcevic, Z., & Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing Conscientiousness, Grit, and Emotion Regulation Ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29–36. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.06.005>
- Kadzikowska-wrzošek, R. (2018). Self-regulation and bedtime procrastination: The role of self-regulation skills and chronotype. *Personality and Individual Differences*, 128(December 2017), 10–15. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.015>
- Karatepe, M. O., & Karadas, G. (2015). Do psychological capital and work engagement foster frontline employees’ satisfaction?: A study in the hotel industry. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 27(6). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1108/IJCHM-01-2014-0028>
- Kim, S., Fernandez, S., & Terrier, L. (2017). Procrastination, personality traits, and academic performance: When active and passive procrastination tell a different story. *Personality and Individual Differences*, 108, 154–157. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.021>

- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination when good things don't come to those who wait. *European Psychologist*. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000138>
- Komaraju, M., Karau, S. J., & Schmeck, R. R. (2009). Role of the Big Five personality traits in predicting college students' academic motivation and achievement. *Learning and Individual Differences*, 19(1), 47–52. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2008.07.001>
- Koopmans, L., Bernaards, C. M., Hildebrandt, V. H., Schaufeli, W. B., de Vet Henrica, C. W., & van der Beek, A. J. (2014). *Measuring Individual Work Performance*. *Journal of Occupational and Environmental Medicine* (Vol. 53).
- Larson, M., & Luthans, F. (2006). Potential Added Value of Psychological Capital in Predicting Work Attitudes. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 13(1), 45–62. <https://doi.org/10.1177/10717919070130020601>
- Lukas, C. A., & Berking, M. (2018). Reducing procrastination using a smartphone-based treatment program: A randomized controlled pilot study. *Internet Interventions*, 12(July), 83–90. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2017.07.002>
- Luthans, F., Avey, J. B., & Lincoln, N. (2008). Experimental Analysis of a Web-Based Training Intervention to Develop Positive. *Academy of Management Learning & Education*, 7(2), 209–221. <https://doi.org/10.5465/AMLE.2008.32712618>
- Luthans, F., Avolio, B. J., & Norman, S. M. (2007). Positive Psychological Capital : Measurement and Relationship With Performance and Satisfaction, 541–572.
- Luthans, F., Youssef-Morgan, C. M., & Avolio, B. J. (2015). *Psychological Capital and Beyond*. New York: Oxford University Press.
- Malatincová, T. (2015). The mystery of “should”: Procrastination, delay, and reactance in academic settings. *Personality and Individual Differences*, 72, 52–58. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.015>
- Mccrae, R. R., & John, O. P. (1992). An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215.
- Meirav, H. (2018). Causes for procrastination in a unique educational workplace. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 46(3), 215–227. <https://doi.org/10.1080/10852352.2018.1470144>
- Metin, U. B., Peeters, M. C. W., & Taris, T. W. (2018). Correlates of procrastination and performance at work: The role of having “good fit.” *Journal of Prevention and Intervention in the Community*, 46(3), 228–244. <https://doi.org/10.1080/10852352.2018.1470187>
- Metin, U. B., Taris, T. W., & Peeters, M. C. W. (2016). Measuring procrastination at work and its associated workplace aspects. *Personality and Individual Differences*, 101, 254–263. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.006>
- Newman, A., Ucbasaran, D., Zhu, F. E. I., & Hirst, G. (2014). Psychological capital : A review and synthesis, 138(November 2013), 120–139. <https://doi.org/10.1002/job>
- Orpen, C. (1998). The Causes and Consequences of Academic Procrastination: a research note. *Westminster Studies in Education*, 21(1), 73–75. <https://doi.org/10.1080/0140672980210107>
- Pearlman-avni, S., & Zibenberg, A. (2018). Prediction and job-related outcomes of procrastination in the workplace. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 46(3), 263–278. <https://doi.org/10.1080/10852352.2018.1470418>

- Poropat, A. E. (2009). A Meta-Analysis of the Five-Factor Model of Personality and Academic Performance. *Psychological Bulletin*, 135(2), 322–338. <https://doi.org/10.1037/a0014996>
- Pradhan, R. K., Jena, L. K., & Bhattacharya, P. (2016). Impact of psychological capital on organizational citizenship behavior: Moderating role of emotional intelligence. *Cogent Business & Management*, 3(1), 1–16. <https://doi.org/10.1080/23311975.2016.1194174>
- Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.02.001>
- Rew, L., Thompson, S., Brown, A., & Seo, E. (2014). An Intervention to Enhance Psychological Capital in Homeless Females: Preliminary Findings. *Journal of Adolescent Health*, 54(2), S13. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.10.041>
- Roberts, B. W., Chernyshenko, O. S., Stark, S., & Goldberg, L. R. (2005). The structure of conscientiousness: an empirical investigation based on seven major personality questionnaires. *Personnel Psychology*, 58, 103–139.
- Rothmann, S., & Coetzer, E. P. (2003). The big five personality dimensions and job performance. *SA Journal of Industrial Psychology*, 29(1). <https://doi.org/10.4102/sajip.v29i1.88>
- Ryung, K., & Hee, E. (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>
- Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *Journal of Social Psychology*, 135(5), 607–619. <https://doi.org/10.1080/00224545.1995.9712234>
- Shukia, A., & Singh, S. (2013). Psychological Capital & Citizenship Behavior : Evidence from Telecom Sector in India. *The Indian Journal of Industrial Relations*, 49(1), 97–110.
- Simons, J. C., & Buitendach, J. H. (2013). Psychological capital, work engagement and organisational commitment amongst call centre employees in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 39(2), 1–12. <https://doi.org/10.4102/sajip.v39i2.1071>
- Siu, O. L., Bakker, A. B., & Jiang, X. (2013). Psychological Capital Among University Students: Relationships with Study Engagement and Intrinsic Motivation. *Journal of Happiness Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9459-2>
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473–480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>
- van Eerde, W., & Klingsieck, K. B. (2018). Overcoming procrastination? A meta-analysis of intervention studies. *Educational Research Review*, 25, 73–85. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.09.002>
- Vanno, V., Kaemkate, W., & Wongwanich, S. (2014). Relationships between academic performance , perceived group psychological capital , and positive psychological capital of thai undergraduate students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 3226–3230.