

**PENGARUH MANAJEMEN WAKTU DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN BISNIS ANGKATAN 2023**

Tarisa Irwana Tarigan¹, Gloria Anitasya Tarigan², Dini Marsel Br Kaban³, Stefania
Esterika Wahyuni⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Bisnis, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri
Medan

tarisatarigan9@gmail.com

ABSTRACT

Academic procrastination is a common behavior among university students that may lower academic achievement. This study examines the effect of time management and learning motivation on academic procrastination among students of the Business Education Study Program, Faculty of Economics, Universitas Negeri Medan, class of 2023. A quantitative approach was used, with all 61 members of the population included as respondents. Data were collected through a validated and reliable five-point Likert questionnaire and analyzed using multiple linear regression, t-test, F-test, and the coefficient of determination. The results show that time management has no significant effect on academic procrastination (Sig. = 0.998), learning motivation also has no significant effect (Sig. = 0.094) despite its negative coefficient direction being consistent with the hypothesis, and simultaneously both variables have no significant effect on academic procrastination ($F = 2.235$; Sig. = 0.116), accounting for only 7.2% of the variance ($R^2 = 0.072$). These findings suggest that academic procrastination in this group of students is largely explained by factors beyond time management and learning motivation, such as self-control, digital distraction, or psychological pressure, indicating that interventions focusing solely on these two variables may not be sufficient to reduce procrastination behavior

Keywords: *time management, learning motivation, academic procrastination, students*

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas kuliah yang banyak ditemui pada mahasiswa dan berpotensi menurunkan capaian belajar. Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Medan, angkatan 2023. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan seluruh anggota populasi (61 mahasiswa) diikutsertakan sebagai responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert lima poin yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, kemudian dianalisis dengan regresi linear berganda, uji t, uji F, dan koefisien

determinasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa manajemen waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik (Sig. = 0,998), motivasi belajar juga tidak berpengaruh signifikan (Sig. = 0,094) meskipun arah koefisiennya negatif sesuai arah yang dihipotesiskan, dan secara simultan kedua variabel tersebut tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($F = 2,235$; Sig. = 0,116) dengan kontribusi terhadap variasi prokrastinasi hanya sebesar 7,2% ($R^2 = 0,072$). Temuan ini mengindikasikan bahwa prokrastinasi akademik pada kelompok mahasiswa ini lebih banyak dijelaskan oleh faktor di luar manajemen waktu dan motivasi belajar, seperti kontrol diri, distraksi digital, atau tekanan psikologis, sehingga intervensi yang hanya berfokus pada dua variabel tersebut kemungkinan belum cukup untuk menekan perilaku menunda tugas akademik

Kata Kunci: manajemen waktu, motivasi belajar, prokrastinasi akademik, mahasiswa

A. Pendahuluan

Prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan menunda pengerjaan tugas kuliah meskipun individu menyadari konsekuensi negatifnya, tetap menjadi salah satu perilaku maladaptif yang paling sering dijumpai pada mahasiswa di berbagai jenjang dan negara. Steel (2007) menegaskan bahwa prokrastinasi bukan sekadar persoalan pengaturan waktu semata, melainkan cerminan dari kegagalan regulasi diri (self-regulatory failure), yaitu ketidakmampuan individu menyelaraskan niat dengan tindakan meski memiliki kemampuan dan kesadaran akan urgensi tugas. Pandangan ini terus mendapat dukungan empiris pada dekade berikutnya, sebagaimana tercermin dari terus bertambahnya kajian

mengenai regulasi diri, kontrol diri, dan pencapaian akademik sebagai tema utama penelitian prokrastinasi pada mahasiswa (Brahma & Saikia, 2023; Wang & Sun, 2023). Hal ini mengindikasikan bahwa prokrastinasi bukan gejala sesaat, melainkan persoalan struktural dalam dunia pendidikan tinggi yang terus berkembang mengikuti perubahan pola belajar mahasiswa.

Dalam konteks Indonesia, prokrastinasi akademik dipahami sebagai perilaku sengaja menunda prioritas akademik tanpa mempertimbangkan tingkat kepentingan tugas yang harus diselesaikan, yang dipengaruhi baik oleh faktor internal seperti regulasi diri dan motivasi, maupun faktor eksternal seperti distraksi digital (Aulia dkk.,

2023). Dampak dari perilaku ini tidak dapat dipandang remeh: penelitian berbasis regresi pada mahasiswa perguruan tinggi menunjukkan bahwa self-regulated learning merupakan prediktor kuat terhadap prokrastinasi akademik, di mana mahasiswa dengan regulasi diri rendah cenderung menunjukkan tingkat prokrastinasi yang jauh lebih tinggi (Brahma & Saikia, 2023). Temuan serupa juga dilaporkan pada mahasiswa di Tiongkok, yang menunjukkan bahwa kontrol diri berperan sebagai mediator dalam hubungan antara sikap terhadap waktu dan perilaku menunda tugas (Wang & Sun, 2023), sehingga manajemen waktu semata belum tentu cukup untuk menjelaskan prokrastinasi tanpa mempertimbangkan kapasitas kontrol diri mahasiswa.

Dua faktor yang secara teoretis kerap dikaitkan dengan tinggi-rendahnya prokrastinasi akademik adalah manajemen waktu dan motivasi belajar. Mahasiswa dengan kemampuan mengelola waktu yang baik diasumsikan lebih mampu membagi tugas, memantau progres, dan menentukan prioritas sehingga peluang menunda menjadi lebih kecil

(Purnama, 2020). Penelitian pada mahasiswa di Filipina turut mengonfirmasi bahwa kemampuan prioritisasi tugas berhubungan erat dengan capaian akademik dan rendahnya kecenderungan menunda (Calonia dkk., 2023). Di sisi lain, motivasi belajar yang tinggi diyakini mendorong mahasiswa untuk berinisiatif dan konsisten dalam belajar, sedangkan motivasi yang rendah cenderung meningkatkan kemungkinan penghindaran tugas (Nurhayati & Rahayu, 2021). Dalam kerangka self-determination theory, motivasi akademik — baik intrinsik maupun ekstrinsik — terbukti secara signifikan memprediksi prokrastinasi pada mahasiswa, sebagaimana ditunjukkan oleh studi jalur (path analysis) terhadap 928 mahasiswa yang menemukan bahwa berbagai bentuk motivasi akademik memiliki hubungan yang berbeda-beda, namun secara umum signifikan, terhadap kecenderungan menunda tugas (Tisocco & Liporace, 2023). Kombinasi kedua faktor ini penting untuk dikaji secara bersamaan karena keduanya sama-sama menyentuh aspek regulasi diri mahasiswa, meski dari sisi yang berbeda — satu bersifat

lebih teknis-manajerial, satu lagi bersifat lebih afektif-motivasional.

Sejumlah penelitian terdahulu pada konteks mahasiswa Indonesia turut menguji kedua variabel ini secara simultan. Wulandari, Matulessy, dan Suhadianto (2023), misalnya, meneliti 126 mahasiswa aktivis di sebuah universitas di Surabaya dan menemukan bahwa manajemen waktu dan motivasi belajar, baik secara parsial maupun simultan, berhubungan negatif secara signifikan dengan prokrastinasi akademik — semakin baik manajemen waktu dan semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa, semakin rendah kecenderungan mereka menunda tugas. Temuan ini sejalan dengan asumsi teoretis umum bahwa kedua variabel tersebut merupakan prediktor utama prokrastinasi. Namun, penelitian lain yang berfokus pada strategi belajar mahasiswa tahun pertama justru menunjukkan bahwa variasi dalam manajemen waktu belajar dan regulasi usaha hanya menjelaskan sebagian dari variasi prokrastinasi, sementara orientasi tujuan berprestasi (*achievement goals*) turut berperan penting sebagai prediktor tambahan (Martinie dkk., 2023). Perbedaan temuan semacam

ini menunjukkan bahwa kekuatan pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik tampaknya tidak selalu konsisten antar konteks populasi, kelompok mahasiswa, dan metode pengukuran yang digunakan.

Kajian mengenai prokrastinasi akademik pada konteks program studi kependidikan bisnis, khususnya pada satu angkatan tertentu, masih relatif jarang dilakukan dibandingkan kajian pada mahasiswa aktivis, mahasiswa tahun pertama lintas jurusan, atau mahasiswa kedokteran dan calon guru secara umum (Nabila, 2021; Risma, 2021). Kekhususan konteks ini penting karena karakteristik tugas dan tekanan akademik pada program studi Pendidikan Bisnis — yang menuntut kemampuan analitis sekaligus praktis — dapat berbeda dari program studi lain, sehingga pola hubungan antara manajemen waktu, motivasi belajar, dan prokrastinasi akademik berpotensi menunjukkan hasil yang tidak selalu sejalan dengan temuan pada populasi mahasiswa secara umum, termasuk temuan pada mahasiswa aktivis sebagaimana dilaporkan Wulandari dkk. (2023). Celah inilah yang mendasari perlunya pengujian empiris tersendiri pada

konteks mahasiswa Pendidikan Bisnis angkatan 2023, alih-alih semata mengasumsikan bahwa pola hubungan pada populasi lain akan berlaku serupa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar, baik secara parsial maupun simultan, terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Medan, angkatan 2023. Kontribusi penelitian ini terletak pada pengujian empiris kedua prediktor tersebut secara bersamaan pada konteks program studi yang spesifik, sekaligus memberikan dasar evaluatif mengenai seberapa jauh kedua faktor tersebut benar-benar menjelaskan perilaku prokrastinasi pada kelompok mahasiswa yang diteliti — termasuk kemungkinan bahwa, sebagaimana ditemukan pada sejumlah konteks lain (Martinie dkk., 2023; Wang & Sun, 2023), pengaruh keduanya ternyata lebih lemah dari yang diasumsikan secara teoretis

B. Metode Penelitian

1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif, yang bertujuan menguji hubungan sebab-akibat antarvariabel melalui prosedur statistik (Creswell & Creswell, 2020; Sugiyono, 2021). Desain ini dipilih karena tujuan penelitian adalah mengukur kekuatan dan arah pengaruh dua variabel bebas (manajemen waktu dan motivasi belajar) terhadap satu variabel terikat (prokrastinasi akademik), baik secara parsial maupun simultan, sehingga memerlukan data numerik yang dapat diuji secara statistik inferensial. Penelitian dilaksanakan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Medan, pada semester ganjil 2025.

2 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis Kelas A dan B angkatan 2023 yang berjumlah 61 orang. Pengumpulan data dilakukan secara sensus terhadap seluruh anggota populasi — artinya tidak dilakukan penarikan sampel acak, melainkan seluruh anggota populasi diikutsertakan sebagai responden. Pendekatan sensus dipilih karena

ukuran populasi tergolong kecil dan seluruhnya berada dalam jangkauan peneliti, sehingga memungkinkan pengumpulan data yang lebih representatif dibandingkan penarikan sampel parsial. Seluruh 61 responden tersebut yang datanya digunakan secara konsisten dalam analisis statistik pada tahap hasil penelitian [CATATAN: dokumen sumber turut mencantumkan perhitungan sampel dengan rumus Slovin yang menghasilkan angka 53 responden; namun karena seluruh output SPSS pada tahap hasil menggunakan $N=61$, angka tersebut yang digunakan sebagai acuan dalam artikel ini — lihat catatan verifikasi].

3 Definisi Operasional Variabel

Manajemen Waktu (X_1) didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa merencanakan, mengalokasikan, dan mengendalikan waktu secara sadar untuk kegiatan akademik guna meningkatkan efektivitas dan produktivitas belajar, yang diukur melalui indikator perencanaan jadwal harian dan mingguan, penetapan tujuan realistis, prioritas tugas, minimasi gangguan, serta evaluasi dan penyesuaian berkala. Motivasi Belajar (X_2) didefinisikan sebagai proses

psikologis internal yang menggerakkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku belajar mahasiswa, yang diukur melalui indikator minat, nilai atau relevansi yang dirasakan, keyakinan diri akademik, orientasi berprestasi, dan ketekunan. Prokrastinasi Akademik (Y) didefinisikan sebagai kecenderungan menunda pengerjaan tugas akademik secara sengaja meskipun menyadari konsekuensi negatifnya, yang diukur melalui empat indikator menurut Bashir dan Gupta (2023): manajemen waktu, ketidaksukaan terhadap tugas, ketulusan, dan inisiatif pribadi. Ketiga variabel diukur pada level interval melalui skala Likert.

4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan skala Likert lima poin (1 = Sangat Tidak Setuju hingga 5 = Sangat Setuju), mengacu pada pedoman penyusunan instrumen penelitian pendidikan (Riduwan, 2020). Variabel Manajemen Waktu (X_1) diukur melalui delapan item, Variabel Motivasi Belajar (X_2) diukur melalui sepuluh item, dan variabel Prokrastinasi Akademik (Y) diukur melalui delapan item, sebagaimana

dijelaskan pada bagian Definisi Operasional Variabel. Sebelum digunakan untuk pengumpulan data utama, seluruh item diuji validitas konstruksinya dengan korelasi Pearson Product Moment dan diuji reliabilitasnya dengan koefisien Cronbach's Alpha; hasil pengujian ini disajikan pada bagian Hasil Penelitian (Tabel 1). Item dinyatakan valid apabila nilai korelasi item-total (r hitung) lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% (r tabel = 0,254 untuk $n=61$), dan suatu variabel dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,60$, dengan kategori reliabel tinggi apabila $\geq 0,70$, mengikuti kriteria umum yang lazim digunakan dalam penelitian survei berskala Likert [kriteria ini dipertahankan dari draf awal penelitian; sumber sitasinya pada dokumen asli tidak tercantum dalam Daftar Pustaka sehingga tidak disitasi ulang di sini — lihat catatan verifikasi].

5 Prosedur Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang dibagikan langsung kepada seluruh anggota populasi. Setiap responden terlebih dahulu diberi penjelasan singkat mengenai tujuan penelitian dan diminta mengisi kuesioner secara

jujur sesuai kondisi yang sebenarnya, dengan jaminan bahwa jawaban akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik. Pengisian kuesioner bersifat sukarela dan tidak mencantumkan identitas yang dapat mengidentifikasi responden secara personal di luar keperluan administratif pengumpulan data.

6 Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis melalui beberapa tahap menggunakan aplikasi SPSS. Pertama, uji asumsi klasik dilakukan untuk memastikan kelayakan model regresi, meliputi uji normalitas (dengan melihat histogram dan grafik Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual), uji multikolinearitas (dengan kriteria nilai Tolerance $> 0,10$ dan VIF < 10), serta uji heteroskedastisitas (dengan melihat pola sebaran titik pada grafik Scatterplot). Kedua, hubungan antarvariabel dianalisis melalui regresi linear berganda dengan Prokrastinasi Akademik (Y) sebagai variabel terikat dan Manajemen Waktu (X_1) serta Motivasi Belajar (X_2) sebagai variabel bebas. Ketiga, pengaruh parsial masing-masing variabel bebas diuji dengan uji t , dengan kriteria variabel

bebas dinyatakan berpengaruh signifikan apabila nilai Sig. < 0,05. Keempat, pengaruh simultan kedua variabel bebas diuji dengan uji F pada taraf signifikansi 5%, dengan kriteria model dinyatakan signifikan apabila nilai Sig. < 0,05. Kelima, besarnya kontribusi variabel bebas terhadap variasi variabel terikat dihitung melalui koefisien determinasi (R^2).

Motivasi Belajar (X_2)	10	0,476 — 0,825 *	0,813
Prokrastinasi Akademik (Y)	8	0,705 — 0,871	0,906

Tabel 1. Ringkasan uji validitas dan reliabilitas instrumen.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1 Uji Validitas dan Reliabilitas

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada ketiga variabel dinyatakan valid, dengan nilai korelasi item-total yang melampaui nilai r tabel (0,254 pada $n=61$, taraf signifikansi 5%). Ringkasan hasil uji validitas dan reliabilitas disajikan pada Tabel 1.

Variabel	Jumlah Item	Relasi item-total	Cronbach's Alpha
Manajemen Waktu (X_1)	8	0,583 — 0,832	0,831

2 Deskripsi Variabel Penelitian

Variabel	N	Mean	Std. Deviation
Manajemen Waktu (X_1)	61	3,82	0,90
Motivasi Belajar (X_2)	63	4,14	0,68
Prokrastinasi Akademik (Y, total skor)	61	26,69	5,22

Tabel 2. Statistik deskriptif variabel penelitian.

Secara umum, manajemen waktu mahasiswa berada pada kategori baik dan motivasi belajar berada pada kategori tinggi, sedangkan tingkat prokrastinasi akademik berada pada kategori

sedang — mengindikasikan bahwa mahasiswa cenderung sesekali menunda tugas, namun belum sampai pada taraf kebiasaan yang ekstrem.

3 Uji Asumsi Klasik

Uji normalitas melalui histogram dan grafik Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual menunjukkan bahwa residual model regresi menyebar mengikuti pola kurva normal dan berhimpit dengan garis diagonal, sehingga asumsi normalitas terpenuhi. Uji multikolinearitas menunjukkan nilai Tolerance sebesar 0,646 ($> 0,10$) dan VIF sebesar 1,548 (< 10) untuk kedua variabel bebas, yang berarti tidak ditemukan gejala multikolinearitas antara Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar. Uji heteroskedastisitas melalui grafik Scatterplot menunjukkan sebaran titik residual yang acak tanpa pola tertentu, sehingga model regresi memenuhi asumsi homoskedastisitas.

4 Analisis Regresi Linear Berganda

Hasil analisis regresi menghasilkan persamaan sebagai berikut:

$$Y = 41,126 + 0,001 X_1 - 0,371 X_2 + e$$

Variabel	Koefisien (B)	t	Sig.
(Constant)	41,126	5,791	0,000
Manajemen Waktu (X_1)	0,001	0,003	0,998
Motivasi Belajar (X_2)	-0,371	-1,701	0,094

Tabel 3. Hasil uji regresi dan uji t (uji parsial).

Pada taraf signifikansi 0,05, nilai Sig. untuk Manajemen Waktu (0,998) dan Motivasi Belajar (0,094) sama-sama lebih besar dari 0,05, sehingga H_1 dan H_2 tidak dapat diterima secara statistik. Meskipun demikian, arah koefisien Motivasi Belajar bernilai negatif (-0,371), yang secara arah konsisten dengan hipotesis bahwa motivasi belajar yang lebih tinggi berasosiasi dengan prokrastinasi yang lebih rendah, meski kekuatan pengaruhnya belum cukup untuk dianggap signifikan secara statistik pada sampel ini.

Model	df	F	Sig.
Regression	2	2,235	0,116

Residual	58	—	—
Total	60	—	—

Tabel 4. Hasil uji F (uji simultan) — predictors: Motivasi Belajar, Manajemen Waktu.

Nilai F hitung sebesar 2,235 dengan Sig. = 0,116 ($> 0,05$) menunjukkan bahwa Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar secara simultan tidak berpengaruh signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik.

Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,072 menunjukkan bahwa kedua variabel bebas hanya mampu menjelaskan 7,2% variasi Prokrastinasi Akademik, sedangkan 92,8% sisanya dijelaskan oleh faktor lain di luar model. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,040 turut mengindikasikan bahwa daya prediksi model tergolong rendah.

4. PEMBAHASAN

Hasil pengujian hipotesis pertama (H_1) menunjukkan bahwa manajemen waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis angkatan 2023 (Sig. = 0,998). Temuan ini menarik

karena secara teoretis, kerangka self-regulatory failure yang dikemukakan Steel (2007) menempatkan kemampuan mengatur waktu sebagai salah satu komponen penting dalam mencegah penundaan tugas, dan temuan ini juga berbeda dari hasil Wulandari dkk. (2023) pada 126 mahasiswa aktivis di Surabaya, yang justru menemukan hubungan negatif signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Ketidaksesuaian antara teori, temuan penelitian lain, dan hasil empiris penelitian ini dapat dijelaskan oleh beberapa kemungkinan. Pertama, homogenitas subjek penelitian — seluruh responden berasal dari satu program studi dan satu angkatan yang sama — dapat menyebabkan variasi manajemen waktu antarindividu tidak cukup besar untuk menjelaskan perbedaan tingkat prokrastinasi, berbeda dengan penelitian Wulandari dkk. (2023) yang melibatkan mahasiswa aktivis dengan beban peran ganda (organisasi dan akademik) sehingga variasi manajemen waktu antarresponden cenderung lebih lebar. Kedua, temuan pada mahasiswa tahun pertama oleh Martinie dkk. (2023) menunjukkan bahwa manajemen waktu belajar

bukan satu-satunya prediktor kuat prokrastinasi; orientasi tujuan berprestasi turut berperan signifikan, sehingga model yang hanya memasukkan manajemen waktu tanpa variabel motivasional lain yang lebih spesifik berpotensi kurang memadai untuk menjelaskan perilaku menunda pada populasi tertentu. Ketiga, hasil kajian Wang dan Sun (2023) pada mahasiswa di Tiongkok menunjukkan bahwa kontrol diri (self-control) berperan sebagai mediator dalam hubungan antara sikap terhadap waktu dan prokrastinasi akademik — artinya, manajemen waktu yang baik belum tentu langsung menurunkan prokrastinasi apabila tidak disertai kapasitas kontrol diri yang memadai, sebuah variabel yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

Hasil pengujian hipotesis kedua (H_2) juga menunjukkan bahwa motivasi belajar tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik (Sig. = 0,094), meskipun nilai signifikansinya relatif mendekati ambang batas 0,05 dan arah koefisiennya negatif, sejalan dengan asumsi bahwa motivasi belajar yang tinggi cenderung menekan

kecenderungan menunda tugas. Kedekatan nilai signifikansi ini mengindikasikan bahwa hubungan antara motivasi belajar dan prokrastinasi mungkin memang ada, tetapi belum cukup kuat untuk terdeteksi secara statistik pada ukuran sampel yang terbatas ($N=61$). Studi jalur berskala besar oleh Tisocco dan Liporace (2023) terhadap 928 mahasiswa menunjukkan bahwa tidak semua bentuk motivasi akademik berhubungan sama kuatnya dengan prokrastinasi — motivasi intrinsik terhadap pencapaian dan pengalaman yang menstimulasi terbukti menekan prokrastinasi secara signifikan, sedangkan motivasi intrinsik untuk mengetahui justru berhubungan positif dengannya. Variasi semacam ini mengindikasikan bahwa motivasi belajar bukan konstruk tunggal yang seragam pengaruhnya, sehingga pengukuran motivasi belajar secara umum — sebagaimana dilakukan dalam penelitian ini — berpotensi mengaburkan hubungan yang sebenarnya lebih kuat pada dimensi motivasi tertentu. Dengan kata lain, temuan penelitian ini tidak sepenuhnya menolak peran motivasi belajar, melainkan menunjukkan

bahwa pengaruhnya, jika ada, tergolong lemah dan mungkin lebih tepat diuji per-dimensi pada penelitian berikutnya.

Secara simultan, manajemen waktu dan motivasi belajar juga tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($F = 2,235$; $\text{Sig.} = 0,116$), dengan kontribusi terhadap variasi prokrastinasi yang sangat kecil ($R^2 = 0,072$). Nilai ini menunjukkan bahwa sebagian besar variasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Bisnis angkatan 2023 — sekitar 92,8% — dijelaskan oleh faktor-faktor di luar kedua variabel yang diteliti. Temuan ini kontras dengan hasil Wulandari dkk. (2023), yang melaporkan pengaruh simultan signifikan pada mahasiswa aktivis, namun sejalan dengan temuan Brahma dan Saikia (2023) bahwa regulasi diri secara umum — bukan sekadar manajemen waktu dan motivasi secara terpisah — merupakan prediktor yang lebih kuat terhadap prokrastinasi akademik. Perbedaan hasil antarpelitian ini memberi indikasi bahwa prokrastinasi akademik pada kelompok mahasiswa Pendidikan Bisnis angkatan 2023 kemungkinan lebih banyak

dipengaruhi oleh faktor psikologis yang lebih mendasar, seperti kontrol diri dan regulasi emosi (Wang & Sun, 2023), ataupun faktor lingkungan seperti tekanan akademik dan pola penggunaan perangkat digital, yang tidak tercakup dalam model penelitian ini.

Perbedaan temuan ini juga perlu dibaca dalam terang karakteristik subjek penelitian. Mahasiswa aktivis pada penelitian Wulandari dkk. (2023) menghadapi tuntutan mengelola waktu antara kegiatan organisasi dan akademik secara eksplisit, sehingga variasi kemampuan manajemen waktu di antara mereka kemungkinan lebih tampak dan lebih berdampak langsung terhadap perilaku menunda tugas. Sebaliknya, mahasiswa Pendidikan Bisnis angkatan 2023 pada penelitian ini merupakan kelompok yang relatif homogen dari satu program studi dan satu angkatan, dengan tuntutan peran yang lebih seragam, sehingga variasi manajemen waktu dan motivasi belajar antarindividu mungkin tidak cukup besar untuk menghasilkan perbedaan prokrastinasi yang terdeteksi secara statistik. Temuan ini menegaskan pentingnya kehati-hatian

dalam menggeneralisasi hasil penelitian pada konteks program studi dan angkatan tertentu, serta membuka ruang bagi penelitian lanjutan untuk menguji variabel-variabel lain yang berpotensi lebih relevan bagi kelompok mahasiswa spesifik ini, seperti kontrol diri, orientasi tujuan berprestasi, atau dimensi motivasi yang lebih spesifik.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan tiga hal. Pertama, manajemen waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Bisnis angkatan 2023. Kedua, motivasi belajar juga tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, meskipun arah hubungannya negatif sebagaimana yang dihipotesiskan. Ketiga, secara simultan, manajemen waktu dan motivasi belajar tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, dengan kontribusi terhadap variasi prokrastinasi yang sangat kecil (7,2%), sementara sebagian besar variasi lainnya dijelaskan oleh faktor di luar kedua variabel tersebut, seperti

kontrol diri, distraksi digital, dan tekanan akademik.

Temuan ini menegaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan fenomena multifaktor yang tidak cukup dijelaskan hanya melalui manajemen waktu dan motivasi belajar, sehingga upaya menekan perilaku menunda tugas di kalangan mahasiswa perlu mempertimbangkan aspek psikologis dan lingkungan belajar secara lebih menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, M., Sari, D. A., & Rahman, F. (2023). Prokrastinasi akademik dan hubungannya dengan regulasi diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 12(2), 101–115.
<https://doi.org/10.21009/jppi.122.05>
- Bashir, L., & Gupta, S. (2023). Academic procrastination: Indicators, causes and remedies. *International Journal of Education and Management Studies*, 13(4), 211–218.
- Brahma, B., & Saikia, P. (2023). Influence of self-regulated learning on the academic procrastination of college students. *Journal of Education and Health Promotion*, 12(1), 182.
https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1106_22
- Bu, X., Wu, L., & Wang, H. (2021). Impact of college students' academic procrastination on

- subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 49(7), e9858.
<https://doi.org/10.2224/sbp.9858>
- Calonia, J. T., Pagente, D. P., Desierto, D. J. C., Capio, R. T., Tembrevilla, J. A. P., Guzman, C. A., & Nicor, A. J. S. (2023). Time management and academic achievement: Examining the roles of prioritization, procrastination and socialization. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 8(6), 766–775.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2020). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage Publications.
- Martinie, M.-A., Potocki, A., Broc, L., et al. (2023). Predictors of procrastination in first-year university students: Role of achievement goals and learning strategies. *Social Psychology of Education*, 26, 309–331.
<https://doi.org/10.1007/s11218-022-09743-1>
- Nabila, R. (2021). Prokrastinasi akademik mahasiswa: Studi kualitatif faktor internal dan eksternal. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 18(1), 44–57.
<https://doi.org/10.21009/jpp.181.05>
- Nurhayati, E., & Rahayu, N. (2021). *Motivasi belajar mahasiswa pada era digital*. Alfabeta.
- Purnama, S. (2020). *Manajemen waktu dalam efektivitas belajar mahasiswa*. Pustaka Pelajar.
- Riduwan. (2020). *Instrumen penelitian pendidikan*. Alfabeta.
- Risma, N. (2021). Prokrastinasi akademik mahasiswa dan faktor penyebabnya. *Jurnal Pendidikan Psikologi*, 7(1), 55–68.
- 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>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tisocco, F., & Liporace, M. (2023). Structural relationships between procrastination, academic motivation, and academic achievement within university students: A self-determination theory approach. *Innovative Higher Education*, 48, 351–369.
<https://doi.org/10.1007/s10755-022-09622-9>
- Wang, J., & Sun, Y. (2023). Time flies, but you're in control: The mediating effect of self-control between time attitude and academic procrastination. *BMC Psychology*, 11(1), 393.
<https://doi.org/10.1186/s40359-023-01427-1>
- Wulandari, A. E., Matulessy, A., & Suhadianto. (2023). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis: Bagaimana peranan manajemen waktu dan motivasi belajar? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 720–733.