

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis: Bagaimana peranan manajemen waktu dan motivasi belajar?

Amanda Eva Wulandari¹, Andik Matulesy^{2*}, Suhadianto³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

*E-mail: andikmatulesy@untag-sby.ac.id

Published:
4 Feb 2023

Abstract

This study aims to determine the relationship between time management and learning motivation with academic procrastination in student activists. The participants in this study were 126 student activists at the University of 17 August 1945 Surabaya. Taking participants using accidental sampling technique. The results of the study through multiple linear tests show that simultaneously there a significant negative relationship between the two predictor variables, namely time management and learning motivation with academic procrastination. The partial test results show that there a significant negative relationship between time management and academic procrastination and also shows that there a significant negative relationship between learning motivation and academic procrastination, higher the time management and learning motivation, the lower the level of academic procrastination and vice versa. It is recommended for student activists to improve their time management so they can use their time effectively and increase their learning motivation to foster enthusiasm in learning.

Keywords: student activist; time management; motivation to learn; procrasti; academic procrastination

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 126 responden mahasiswa aktivis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Pengambilan partisipan menggunakan teknik accidental sampling. Hasil penelitian melalui uji Linier Berganda menunjukkan secara simultan ada hubungan negatif yang signifikan kedua variabel prediktor yaitu manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Hasil uji parsial menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik dan juga menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik atau dengan kata lain semakin tinggi manajemen waktu dan motivasi belajar maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Disarankan untuk mahasiswa aktivis memperbaiki manajemen waktu yang dimiliki agar dapat menggunakan waktu yang dimiliki dengan efektif dan meningkatkan motivasi belajar yang dimiliki untuk menumbuhkan semangat dalam belajar.

Kata kunci: mahasiswa aktivis; manajemen waktu; motivasi belajar; prokrasti; prokrastinasi akademik

Copyright © 2023. Amanda Eva Wulandari, Andik Matulesy, Suhadianto

Pendahuluan

Mahasiswa yaitu seseorang yang sedang dalam proses memperoleh ilmu pengetahuan dan terdaftar pada salah satu perguruan tinggi, baik itu institusi, sekolah tinggi, politeknik maupun universitas (Hartaji & Damar, 2012). Peneliti menyimpulkan, mahasiswa yaitu seseorang yang terdaftar dan menempuh pendidikan lebih tinggi dari siswa dan melakukannya di sebuah perguruan tinggi, baik negeri, swasta atau lembaga lain yang berada pada tingkat yang sama dengan perguruan tinggi.

Tidak hanya kegiatan belajar saja, tetapi menjadi seorang mahasiswa tidak akan terlepas dari belajar berorganisasi dan belajar bersosial dengan masyarakat (Agung, 2020). Mahasiswa diharapkan tidak hanya aktif dalam bidang akademik, tetapi juga aktif dalam bidang non akademik misalnya ikut berpartisipasi dan aktif didalam sebuah organisasi.

Mahasiswa yang aktif organisasi didalam kampus disebut dengan mahasiswa aktivis. Mahasiswa aktivis merupakan mahasiswa yang berpartisipasi dengan menjadi pengurus atau anggota di dalam sebuah organisasi (Hidayah & Sunarso, 2017). Penulis menyimpulkan mahasiswa aktivis adalah mahasiswa yang ditengah kesibukan perkuliahannya masih aktif dan mengikuti kegiatan yang ada di sebuah organisasi.

Mahasiswa aktivis diharapkan dapat mengelola dengan baik antara belajar dibangku perkuliahan dengan organisasi yang diikuti (Agung, 2020). Faktanya banyak mahasiswa aktivis yang belum mampu mengelola dengan baik antara berorganisasi dan belajar dibangku perkuliahan. Hal ini menyebabkan mahasiswa aktivis sering melakukan penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang dilakukan dengan sengaja, sehingga menimbulkan berbagai dampak negatif.

Perilaku menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang dilakukan dengan sengaja dalam istilah psikologi disebut dengan prokrastinasi, sedangkan pelaku yang melakukan prokrastinasi disebut prokrastinator. Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin yaitu *procrastinare*, kata *procrastinare* adalah kata yang berawalan *pro* yang berarti bergerak maju dan akhiran *crastinus* yang berarti memiliki hari esok, maka jika digabungkan, kata *procrastinare* adalah menunda untuk hari berikutnya (Burka & Yuen, 2008).

Prokrastinasi bisa saja terjadi diberbagai elemen kehidupan misalnya seperti kesehatan, keluarga, pekerjaan, rutinitas dan akademik. Prokrastinasi yang terjadi dalam bidang akademik, disebut dengan prokrastinasi akademik (Klingsieck, 2013). Prokrastinasi akademik yaitu jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ferrari, 1995).

Berdasarkan penelitian pada 500 mahasiswa di Universitas wilayah Surabaya diperoleh hasil sebanyak 54,4% menunda untuk menyelesaikan administrasi akademik, 56,8% terlambat masuk kelas, 61,8% menunda untuk belajar, 76,8% menunda tugas untuk membaca buku, 73% mahasiswa melakukan penundaan saat menyusun makalah (Suhadianto & Pratitis, 2020).

Peneliti juga melakukan survey pendahuluan pada mahasiswa aktivis di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang dilakukan pada tanggal 30 September 2022. Hasil suvey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 15 mahasiswa aktivis di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya menunjukkan 22% mahasiswa aktivis sering terlambat dalam mengumpulkan tugas sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan oleh dosen. Selain itu, 20% mahasiswa aktivis menunda untuk memulai mengerjakan tugas dan 19% menunda untuk menyelesaikan tugas. Hasil suvey juga menunjukkan 15% mahasiswa aktivis mengerjakan tugas tidak sesuai dengan rencana yang sudah disusun dan 13% menunjukkan bermain sosial media lebih menarik daripada mengerjakan tugas. Hasil survey

yang terakhir juga menunjukkan 11% mahasiswa aktivis melakukan aktivitas lain ketika mengerjakan tugas.

Prokrastinasi akademik memiliki dampak yang sangat jelas dalam bidang kognitif, afektif, perilaku, akademik, moral, fisik dan interpersonal. Hanya 1 orang atau 5% dari subjek penelitian yang merasakan dampak positif prokrastinasi akademik, seperti merasa tertantang dan merasa lebih tenang sementara (Suhadianto & Pratitis, 2020).

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor yaitu keyakinan dan kemampuan akademik = 16%, gangguan perhatian = 9%, faktor sosial = 17%, manajemen waktu = 33%, inisiatif pribadi = 17%, kemalasan = 8% (Muyana, 2018). Selain itu, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu manajemen waktu, motivasi belajar, ketidak mampuan untuk berkonsentrasi, ketakutan dan kecemasan terkait dengan kegagalan serta kurang memiliki keyakinan dengan kemampuan yang dimiliki (Ardiansyah, 2019).

Agar penelitian dapat terfokus dan tidak melebar luas dari permasalahan yang diangkat, maka peneliti membatasi pada ruang lingkup penelitian. Meskipun, sudah banyak penelitian terdahulu yang meneliti prokrastinasi akademik. Penelitian terdahulu yang sudah dilakukan hanya berfokus pada mahasiswa secara keseluruhan. Pada penelitian ini peneliti ingin berfokus pada mahasiswa aktivis yang melakukan prokrastinasi akademik.

Selain itu, peneliti juga ingin berfokus pada hubungan manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Alasan peneliti melakukan penelitian yang berfokus pada ini karena penelitian sebelumnya hanya menggabungkan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik, atau motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Belum ada yang menggabungkan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik.

Salah satu faktor yang mempengaruhi mahasiswa aktivis melakukan prokrastinasi akademik yaitu manajemen waktu (Ardiansyah, 2019). Faktanya banyak mahasiswa aktivis yang sering mengeluh karena tidak dapat membagi waktu dengan baik antara kapan harus mulai mengerjakan tugas, kapan harus berkuliah dan kapan harus berorganisasi.

Manajemen waktu yaitu pengendalian diri seseorang dalam hal menggunakan waktu dengan seefektif dan seefisien mungkin dengan perencanaan, penjadwalan, kontrol terhadap waktu, membuat skala prioritas menurut kepentingan, serta keinginan yang terorganisasi dapat dilihat dari perilaku tidak menunda pekerjaan yang harus diselesaikan (Therese Hoff Macan, 1990).

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik karena faktor manajemen waktu memperlihatkan bahwa mereka tidak bisa mengelola waktu yang dimilikinya dengan baik. Dapat memajemen waktu artinya, seseorang dilatih untuk mengelolah waktu seefektif mungkin dengan merencanakan, mengatur, mengarahkan dan mengawasi waktu untuk mencapai tujuan yang ditetapkan, yang dimulai dari persiapan jadwal kegiatan, skala prioritas, perkiraan waktu untuk suatu kegiatan untuk evaluasi dari penerapan jadwal aktivitas yang telah dibuat (Al-Bahra & Sena, 2019).

Tidak hanya faktor manajemen waktu saja yang mempengaruhi mahasiswa aktivis melakukan prokrastinasi akademik tetapi faktor motivasi belajar juga mempengaruhi mahasiswa aktivis melakukan prokrastinasi akademik. Motivasi belajar adalah kecenderungan seseorang untuk mencapai tujuan dengan ketekunan dan semangat dalam melakukan aktivitas belajarnya (Chernis & Goleman, 2001).

Motivasi belajar dapat dipengaruhi dari dalam diri mahasiswa ataupun dari luar diri mahasiswa (Ardiansyah, 2019). Mahasiswa yang belajar karena dorongan diri sendiri dan dorongan orang tua akan menghasilkan prestasi yang berbeda. Peran

motivasi dalam belajar adalah untuk menumbuhkan hasrat, merasa bahagia, dan semangat belajar (Sardirman, 2017). Mahasiswa yang memiliki motivasi untuk belajar, mereka akan meluangkan waktu lebih banyak untuk belajar, lebih rajin, terdorong untuk memulai kegiatan untuk kemauan mereka sendiri, termasuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan konsisten dengan pendirian ketika menghadapi kesulitan dalam melakukan suatu tugas.

Hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis sangat penting untuk sebuah keberhasilan seorang mahasiswa aktivis. Manajemen waktu pada mahasiswa aktivis sangat diperlukan karena dengan adanya manajemen waktu yang baik maka akan mencegah adanya prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis. Apabila mahasiswa aktivis memiliki tingkat manajemen waktu yang baik maka kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik semakin rendah dan sebaliknya (Al-Bahra & Sena, 2019). Tingginya motivasi belajar yang dimiliki oleh seseorang ketika menghadapi tugas maka semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik (Tamami, 2012).

Manajemen waktu yang baik dan motivasi belajar yang tinggi dapat menurunkan prokrastinasi akademik yang menghantui setiap orang terutama mahasiswa aktivis (Muyana, 2018). Manajemen waktu yang baik dan motivasi belajar yang tinggi membuat seorang mahasiswa tidak akan menunda untuk mengerjakan tugasnya, karena sudah mampu memajemen waktu yang dimiliki dengan baik dan memiliki motivasi belajar yang tinggi untuk mengerjakan tugas. Dengan begitu, seseorang tidak akan bermalas-malasan dan tidak menunda-nunda untuk mengerjakan tugas.

Berdasarkan uraian diatas, penulis menyimpulkan bahwa semakin baik manajemen waktu dan tingginya motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa aktivis, maka mahasiswa aktivis tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang ada atau tidaknya hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis.

Metode

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti untuk penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *korelasional*. Penelitian *korelasional* bertujuan untuk melihat hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktivis (DPM, BEM, HIMA dan UKM) di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 126 responden mahasiswa aktivis. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik non random sampling dengan jenis *accidental sampling*.

Instrumen

Dalam penelitian ini terdapat 3 skala penelitian yaitu skala manajemen waktu (X1), skala motivasi belajar (X2) dan skala prokrastinasi akademik (Y). Penelitian ini menggunakan skala manajemen waktu sebagai alat ukur yang didasarkan oleh teori menurut (Therese Hoff Macan, 1990). Pengukuran skala manajemen waktu pada mahasiswa aktivis terdiri dari 4 aspek, antara lain (1) menetapkan tujuan dan prioritas,

contoh pernyataan; Saya memiliki tujuan dari kegiatan yang saya lakukan, Saya melakukan kegiatan tanpa tujuan. (2) teknik atau mekanika manajemen waktu, contoh pernyataan; Saya mampu mengatur waktu dengan menggunakan daftar yang sudah dibuat, Saya melakukan aktivitas tanpa rencana. (3) kontrol terhadap waktu, contoh pernyataan; Saya mampu mengendalikan batas waktu untuk mengerjakan tugas, Dalam mengerjakan tugas saya kurang memperhatikan waktu. (4) preferensi untuk terorganisir, contoh pernyataan; Pekerjaan yang sudah saya kerjakan memenuhi target waktu yang saya inginkan, Saya memberi tanda pada agenda kegiatan yang sudah dilakukan. Skala motivasi belajar sebagai alat ukur yang didasarkan oleh teori menurut Chernis & Goleman (2001). Pengukuran skala motivasi belajar pada mahasiswa aktivis terdiri dari 4 aspek, antara lain; (1) dorongan untuk mencapai sesuatu, contoh pernyataan; Saya percaya diri dengan hasil belajar saya untuk mendapatkan IPK maksimal, Saya pasrah dengan kemampuan yang dimiliki. (2) komitmen, contoh pernyataan; Saya tidak melupakan tujuan utama berkuliah, Memegang teguh pendirian terhadap jalan hidup yang saya pilih. (3) inisiatif, contoh pernyataan; Saya bergabung didalam organisasi untuk menambah wawasan, Saya belajar banyak hal untuk mendapatkan beasiswa. (4) optimis, contoh pernyataan; Saya tetap belajar meskipun orang tua tidak memberikan semangat, Saya pesimis melihat prestasi yang didapatkan oleh teman-teman. Skala prokrastinasi akademik sebagai alat ukur yang didasarkan oleh teori menurut Ferrari (1995). Pengukuran skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis terdiri dari 4 aspek, antara lain; (1) penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, contoh pernyataan; Rasa bosan terhadap tugas membuat saya memilih untuk menunda mengerjakan tugas, Saya tetap mengerjakan tugas meskipun sedang jenuh. (2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, contoh pernyataan; Saya sibuk dengan aktivitas lain sebelum mengerjakan tugas, Saya melakukan aktivitas lain ketika mengerjakan tugas. (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, contoh pernyataan; Saya memilih melakukan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas yang sudah direncanakan, Saya mengerjakan tugas sesuai dengan rencana. (4) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, contoh pernyataan; Saya lebih tertarik membalas *chat WhatsApp* daripada fokus mengerjakan tugas, Saya menunda bermain *game online* untuk menyelesaikan tugas.

Hasil uji validitas skala prokrastinasi akademik diperoleh *index corrected aitem total correlation* yang bergerak dari -0.258 sampai dengan 0.667 dan nilai reliabilitasnya sebesar 0.951. Pada skala manajemen waktu diperoleh *index corrected aitem total correlation* yang bergerak dari -0.252 sampai dengan 0.808 dan nilai reliabilitasnya sebesar 0.943. Pada skala motivasi belajar diperoleh *index corrected aitem total correlation* yang bergerak dari -0.357 sampai dengan 0.731 dan nilai reliabilitasnya sebesar 0.950.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda, karena ingin berfokus pada hubungan 2 variabel independent dengan variabel dependent dengan bantuan program *Statistic Package for Social Science (SPSS)* versi 22 for windows. Tujuan dari analisis data ini adalah untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis.

Hasil

Pengambilan data dimulai dari tanggal 02 Desember 2022 s/d 06 Desember 2022, didapatkan sejumlah 126 responden mahasiswa aktivis. Secara demografis subjek penelitian dikelompokkan pada beberapa karakteristik seperti pada berikut ini;

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 126 responden, sebanyak 2 responden berusia 18 tahun (1%), sebanyak 4 responden berusia 19 tahun (3%), sebanyak 21 responden berusia 20 tahun (17%), sebanyak 60 responden berusia 21 tahun (48%), sebanyak 34 responden berusia 22 tahun (27%), sebanyak 3 responden berusia 23 tahun (2%), sebanyak 2 responden berusia 24 tahun (1%) dan 2 responden berusia 25 tahun (2%). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan responden terbanyak pada penelitian ini yaitu berusia 21 tahun.

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentasi
18 Tahun	2	1%
19 Tahun	4	3%
20 Tahun	21	17%
21 Tahun	58	48%
22 Tahun	34	27%
23 Tahun	3	2%
24 Tahun	2	1%
25 Tahun	2	1%
Total	126	100%

Sumber: Output *Excell* 2010

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 126 responden, sebanyak 39% berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 61% berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa responden paling banyak dalam penelitian ini yaitu responden berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2
Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik	Kelompok	Jumlah	Presentasi
Jenis	Laki-laki	49	39%
Kelamin	Perempuan	77	61%
	Total	126	100%

Sumber : Output *Excell* 2010

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 126 responden, sebanyak 7 responden mengikuti organisasi BEM Universitas (6%), sebanyak 3 responden mengikuti organisasi BEM Hukum (2%), sebanyak 4 responden mengikuti organisasi BEM Fisip (3%), sebanyak 10 responden mengikuti organisasi BEM Psikologi (8%), sebanyak 5 responden mengikuti organisasi DPM Psikologi (4%), sebanyak 6 responden mengikuti organisasi HIMANITA (5%), sebanyak 6 responden mengikuti organisasi UKM Badminton (5%), sebanyak 14 responden mengikuti organisasi UKM KOPMA 17 (11%), sebanyak 10 responden mengikuti

organisasi UKM Kesehatan (8%), sebanyak 3 responden mengikuti organisasi UKM Bola Volly (2%), sebanyak 7 responden mengikuti organisasi UKM Pramuka (6%), sebanyak 3 responden mengikuti organisasi UKM Teater (2%), sebanyak 3 responden mengikuti organisasi UKM Bola Basket (2%), sebanyak 4 responden mengikuti organisasi UKM E-Sport (3%), sebanyak 4 responden mengikuti organisasi UKM Graha Sinema (3%), sebanyak 22 responden mengikuti organisasi UKM Tari (19%), sebanyak 3 responden mengikuti organisasi UKM Paramatag (2%), sebanyak 3 responden mengikuti organisasi UKM Musik (2%), sebanyak 5 responden mengikuti organisasi UKM Pataga (4%) dan sebanyak 4 responden mengikuti organisasi UKM Menwa (3%). Berdasarkan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa responden paling banyak dalam penelitian ini yaitu responden yang mengikuti organisasi UKM Tari.

Tabel 3
Karakteristik Responden Berdasarkan Organisasi yang diikuti

Organisasi	Jumlah	Presentasi
BEM Universitas	7	6%
BEM Hukum	3	2%
BEM Fisip	4	3%
BEM Psikologi	10	8%
DPM Psikologi	5	4%
HIMANITA	6	5%
UKM Badminton	6	5%
UKM KOPMA 17	14	11%
UKM Kesehatan	10	8%
UKM Bola Volly	3	2%
UKM Pramuka	7	6%
UKM Teater	3	2%
UKM Basket	3	2%
UKM E-Sport	4	3%
UKM Graha Sinema	4	3%
UKM Tari	22	19%
UKM Paramatag	3	2%
UKM Musik	3	2%
UKM PATAGA	5	4%
UKM Menwa	4	3%
Total	126	100%

Peneliti menggunakan jenis penelitian korelasi dengan 2 variabel bebas (X). Pada jenis penelitian korelasi 2 variabel bebas menggunakan uji asumsi klasik. Pada uji asumsi klasik berupa uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinieritas dan uji heteroskedastisitas dengan bantuan program komputer SPSS 22.

Dalam uji normalitas, peneliti menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 22 for windows. Apabila angka signifikansi $> 0,05$ maka data dapat dikatakan berdistribusi normal, sebaliknya apabila angka signifikansi $< 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal. Hasil uji normalitas sebaran variabel manajemen waktu, motivasi belajar dengan prokrastinasi

akademik menggunakan uji *OneSample Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh hasil signifikansi $p = 0.200$ ($p > 0.05$), artinya sebaran data berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa hasil uji normalitas manajemen waktu, motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik berdistribusi dengan normal.

Tabel 4.
Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Variabel	Sig	Keterangan
Manajemen waktu (X1)		
Motivasi belajar (X2)	0,200	Distribusi data normal
Prokrastinasi akademik (Y)		

Sumber : Output SPSS versi 22

Teknik yang digunakan untuk menguji linieritas adalah *Test for Linierity* pada program SPSS versi 22 *for Windows*. Selain itu, uji linieritas ini juga diharapkan dapat mengetahui taraf signifikansi penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka terdapat hubungan yang linear antara variabel independent (X) dengan variabel dependent (Y), sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak linear. Hasil uji linieritas hubungan antara variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,277 ($p > 0,05$), artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 5.
Hasil Uji Linieritas Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik

Variabel	F	Sig	Keterangan
Manajemen waktu - prokrastinasi akademik	1,161	0,277	Linier

Sumber : Output SPSS versi 22

Hasil uji linieritas hubungan antara variabel motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,303 ($p > 0,05$), artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 6.
Hasil Uji Linieritas Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik

Variabel	F	Sig	Keterangan
Motivasi belajar - prokrastinasi akademik	1,138	0,303	Linier

Sumber : Output SPSS versi 22

Uji Multikolonieritas, bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan korelasi antara variabel bebas (*independent*). Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi di antara variable independen. Untuk mengetahui ada atau tidaknya

multikolinieritas dalam regresi, dapat dilihat dari nilai untuk menunjukkan adanya multikolinieritas adalah nilai tolerance $> 0,10$ maka tidak terjadi gejala multikolinieritas. Sebaliknya jika $< 0,10$ maka terjadi gejala multikolinieritas. Apabila nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) $< 10,0$ maka tidak terjadi gejala multikolinieritas. Berdasarkan data dibawah menunjukkan bahwa nilai tolerance sebesar $0,519 >$ dari $0,10$ yang mengindikasikan tidak terjadi gejala multikolinieritas pada variabel independent yaitu manajemen waktu dan motivasi belajar. Selanjutnya diketahui nilai VIF sebesar $1,926 <$ $10,00$ yang mengindikasikan tidak terjadi gejala multikolinieritas pada variabel *independent* tersebut.

Tabel 7.
Perbandingan Nilai Tolerance dan VIF

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Manajemen waktu	0,519	1,926	Tidak terjadi multikolinieritas
Motivasi belajar	0,519	1,926	Tidak terjadi multikolinieritas

Sumber : Output SPSS versi 22

Dalam penelitian ini uji heterokedstisitas dilakukan dengan menggunakan uji *Glesjer* dengan ketentuan jika nilai signifikansi variabel $> 0,05$ dinyatakan tidak terjadi heterokedstisitas. Sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ terjadi heterokedstisitas. Berdasarkan data dibawah dapat diketahui bahwa manajemen waktu memiliki nilai signifikansi heterokedstisitas sebesar $0,535 >$ dari $0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heterokedstisitas pada variabel manajemen waktu. Diketahui motivasi belajar memiliki nilai signifikansi heterokedstisitas sebesar $0,2434 >$ $0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heterokedstisitas pada variabel motivasi belajar.

Tabel 8.
Perbandingan Signifikasi Heterokedstisitas

Variabel	Sig		Keterangan
Manajemen waktu	0,535	$>0,05$	Tidak terjadi Heterokedstisitas
Motivasi belajar	0,434	$>0,05$	Tidak terjadi Heterokedstisitas

Sumber : Output SPSS versi 22

Teknik yang digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini yaitu teknik korelasi. Teknik korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis, hubungan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis, hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis dengan menggunakan teknik analisis regresi linier berganda. Berikut hasil data yang diperoleh oleh peneliti :

Hasil analisis statistik pada tabel 9 menunjukkan secara simultan ada hubungan negatif yang signifikan kedua variabel prediktor yaitu manajemen waktu dan motivasi belajar .

dengan prokrastinasi akademik ($F=17.632$; $P=0.000$). Penelitian ini membuktikan bahwa manajemen waktu dan motivasi belajar merupakan prediktor yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Hubungan kedua variabel prediktor sebesar 22.3% dengan prokrastinasi akademik, 77.7% berhubungan dengan variabel lain.

Tabel 9.
Hasil Uji Analisis Regresi Berganda Variabel Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik

Statistic	Value
F	17,632
P	0,000
R	-0,472
R Square	0,223

Sumber : Output SPSS versi 22

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan hasil uji parsial yaitu ada hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik ($\beta = -0.446$; $t = -3.115$; $p = 0.002$). Artinya yaitu semakin rendah manajemen waktu yang dimiliki oleh mahasiswa aktivis maka semakin tinggi kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin tinggi manajemen waktu yang dimiliki oleh mahasiswa aktivis maka semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Begitu juga dengan variabel motivasi belajar memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik ($\beta = -0.893$; $t = -5.803$; $p = 0.000$). Artinya, jika semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa aktivis maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya, sebaliknya jika semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa aktivis maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Dengan demikian, variabel manajemen waktu dan motivasi belajar dapat dijadikan sebagai variabel prediktor terhadap prokrastinasi akademik.

Tabel 10.
Pengaruh Variabel Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik

Predictors Variabels	B	T	R	P
Manajemen Waktu	-0,446	-3.115	-0,344	0,002
Motivasi Belajar	-0,893	-5.803	-0,640	0,000

Sumber : Output SPSS versi 22

Berdasarkan persamaan regresi tersebut sehingga dapat dijelaskan sebagai berikut : (1) Konstanta sebesar 38.434, artinya jika manajemen waktu (X1) dan motivasi belajar (X2) nilainya yaitu 0, maka skor prokrastinasi akademik (Y') nilainya adalah 38.434; (2) Koefisien regresi variabel manajemen waktu (X1) sebesar -0.446, artinya jika variabel prediktor nilainya tetap dan nilai manajemen waktu mengalami kenaikan 1, maka skor prokrastinasi akademik mengalami penurunan sebesar 0.446. Artinya semakin tinggi penilaian terhadap manajemen waktu maka semakin rendah prokrastinasi akademik, dan sebaliknya; (3) Koefisien regresi variabel motivasi belajar (X2) sebesar -0.893, artinya jika

variabel prediktor nilainya tetap dan nilai motivasi belajar mengalami kenaikan 1, maka skor prokrastinasi akademik mengalami

Pembahasan

Berdasarkan hasil data diatas menunjukkan bahwa secara simultan terdapat hubungan negatif antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis, maka hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen waktu yang baik dan motivasi belajar yang baik memiliki hubungan yang signifikan sehingga dapat menurunkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis.

Kebanyakan mahasiswa aktivis kurang mampu dalam mengatur waktu yang dimilikinya sehingga mereka sering menggunakan waktu yang dimilikinya dengan tidak efektif karena dihabiskan untuk kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan organisasi sehingga waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas juga ikut tersita. Tugas-tugas akademik yang mahasiswa aktivis miliki akan tertunda untuk menyelesaikan atau mengerjakan tugasnya tersebut karena waktu yang seharusnya mereka gunakan untuk mengerjakan tugas mereka gunakan untuk kegiatan berorganisasi.

Harapannya mahasiswa aktivis mampu mengelola waktu yang mereka miliki dengan baik kapan mereka harus fokus dengan kegiatan organisasi dan kapan mereka harus fokus belajar atau mengerjakan tugas yang berhubungan dengan tugas akademik. Agar dapat berjalan dengan baik antara berorganisasi dengan belajar dibangku perkuliahan agar tidak ada yang tertinggal dari keduanya.

Mahasiswa aktivis juga kurang memiliki motivasi dalam belajar karena mereka sering meninggalkan pengerjaan tugasnya maupun meninggalkan kelas hanya untuk kegiatan yang ada didalam organisasi. Perlu adanya motivasi belajar dari dalam diri maupun dari luar agar mereka terdorong untuk memulai belajar ataupun mengerjakan tugas. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar mereka akan meluangkan waktu untuk belajar maupun mengerjakan tugas ditengah-tengah kesibukan berorganisasi. Adanya manajemen waktu yang baik dan motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa aktivistujuannya agar mereka mampu meraih apa yang mereka inginkan.

Dari hasil uji parsial, maka hipotesis kedua pada penelitian ini diterima dan terdapat hubungan negatif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis. Manajemen yang dimiliki oleh seorang mahasiswa aktivis di Universitas 17 Agustus Surabaya sangat berpengaruh terhadap tingkat prokrastinasi akademiknya. Dari hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa aktivis yang memiliki manajemen waktu yang baik maka kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik semakin rendah dan apabila memiliki manajemen waktu yang buruk maka kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik semakin tinggi. (Al-Bahra & Sena, 2019).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Nisa,dkk. (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Selain itu, senada dengan penelitian Eka,dkk. (2019) berdasarkan penelitiannya dapat disimpulkan bahwa hipotesisnya diterima karena ada hubungan negatif antara variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

Individu yang memiliki manajemen waktu yang baik tentunya memiliki teknik untuk mengontrol diri dalam menggunakan waktu yang dimilikinya dengan efektif, sehingga kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik semakin rendah (Al-Bahra & Sena, 2019). Individu yang mampu mengontrol dirinya dalam belajar maka tidak akan melakukan

penundaan tugas. Individu yang dapat menyeimbangkan dan mengatur waktunya diharapkan dapat meningkatkan waktu dengan efektif dan menjadi lebih produktif sehingga dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang berharap atas suatu prestasi belajar seharusnya memiliki manajemen waktu yang baik agar apa yang diinginkan bisa tercapai.

Seseorang yang memiliki manajemen waktu yang baik akan mempunyai kemauan yang kuat untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapi dalam upaya untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan. Manajemen waktu merupakan salah satu faktor penting dalam belajar sebagai usaha untuk mencapai prestasi belajar yang baik.

Memiliki manajemen waktu yang baik biasanya menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan dan keinginan dengan memprioritaskan tugas yang harus diselesaikan. Tugas-tugas yang seharusnya diprioritaskan harus disesuaikan dengan waktu dan sumber yang tersedia melalui perencanaan, penjadwalan, pembuatan daftar, pengorganisasian dan pendekatan terhadap tugas. Seseorang yang memiliki manajemen waktu yang baik pasti akan menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang sudah direncanakan.

Dari hasil uji parsial yang kedua, maka hipotesis ketiga pada penelitian ini juga diterima dan terdapat hubungan negatif antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis. Mahasiswa yang belajar karena dorongan diri sendiri dan dorongan orang tua akan menghasilkan prestasi yang berbeda. Peran motivasi dalam belajar adalah untuk menumbuhkan hasrat, merasa bahagia, dan semangat belajar (Sardirman, 2017). Mahasiswa yang memiliki motivasi untuk belajar, mereka akan meluangkan waktu lebih banyak untuk belajar, lebih rajin, terdorong untuk memulai kegiatan untuk kemauan mereka sendiri, termasuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan konsisten dengan pendirian ketika menghadapi kesulitan dalam melakukan suatu tugas. Dari hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa aktivis yang memiliki motivasi belajar yang tinggi maka kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik semakin rendah dan apabila memiliki motivasi belajar yang rendah maka kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik semakin tinggi.

Data ini diperkuat dengan penelitian Sundaroh (2020), hasil penelitiannya menunjukkan hubungan yang negative dengan taraf hubungan yang sedang pada variabel motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Sejalan juga dengan penelitian Nitami (2015) hasil penelitiannya yaitu terdapat hubungan yang signifikan dan negative antara motivasi belajar dengan prokratinasi akademik.

Motivasi yang ada dalam diri individu akan mengarahkan dan mendorong mereka untuk belajar, serta memiliki keyakinan dalam dirinya bahwa keberhasilan atau kesuksesan yang diraihny akan ditentukan oleh usaha dan kemampuannya sendiri, maka individu tersebut akan memiliki dorongan untuk berprestasi. Sehingga, motivasi dapat mendorong seseorang untuk mengerjakan tugas dengan sebaik-baiknya, yang mengarahkan dan mengerakkan seseorang untuk mengerjakannya seoptimal mungkin. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki motivasi belajar akan bersegera mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugasnya sehingga tidak menunda dalam memulai atau pun menyelesaikan tugasnya..

Motivasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian Ghufro dan Risnawita (2019) yang menjelaskan bahwa motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi. Motivasi itu sendiri yaitu dorongan untuk mengerjakan suatu tugas dengan sebaik-baiknya. Sehingga semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki seseorang maka akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Seseorang yang memiliki motivasi belajar yang tinggi tidak akan melakukan prokrastinasi akademik, karena hal tersebut dapat

menghambat pencapaian tujuannya, serta dapat merusak kegiatannya. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi pasti akan tergambarkan dari bentuk perilaku sehari-harinya yang rajin, ulet, serta melakukan hal yang sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan. Motivasi bisa karena dorongan diri sendiri, keluarga serta lingkungan sekitarnya sehingga membuat seseorang memiliki semangat untuk menyelesaikan tugas yang sudah menjadi tanggung jawabnya, baik tugas secara akademik maupun non-akademik.

Kesimpulan

Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa aktivis di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, baik laki-laki maupun perempuan serta dari berbagai macam organisasi yang diikuti. Partisipan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 126 responden mahasiswa aktivis di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa secara simultan ada hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Uji parsial juga menunjukkan hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik terdapat hubungan negatif dan signifikan. Pada uji parsial hubungan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik juga menunjukkan hubungan yang signifikan dan bersifat negatif. Hasil penelitian ini menunjukkan, semakin baik manajemen waktu dan motivasi belajar yang dimiliki oleh seorang mahasiswa aktivis maka semakin rendah kecenderungan prokrastinasi akademiknya.

Bagi peneliti selanjutnya peneliti menyarankan untuk memperbanyak subjek dalam penelitiannya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk penelitian yang serupa dengan memperluas lingkup penelitian dan lebih menyempurnakan penelitian selanjutnya, dengan mencari faktor lain yang lebih terkait dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya misalnya seperti efikasi diri, kontrol diri dan dukungan sosial. Peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya dapat memperbanyak referensi bacaan mengenai manajemen waktu, motivasi belajar dan prokrastinasi akademik.

Referensi

- Agung, S. (2020). Hubungan Psychological Ownership Dalam Organisasi Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Aktivis Organisasi (*Doctoral dissertation*, Universitas Andalas).
- Amalea, R., & Wisma, N. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Blimbingan dan Konseling Angkatan 2020 Universitas Sriwijaya (*Doctoral dissertation*, Sriwijaya University).
- Ardiansyah, Y. P. (2019). Hubungan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Cambridge: Da Capo Press.
- Cherniss, C. & Goleman D. (2001). *The Emotionally Intelligent Workplace*. San Fransisco: Jossey-Bass

-
- Ferrari, J.R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ismunandar, T. R. (2016). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Klingsieck, K. B. (2013). *Procrastination in Different Life Domains: Is Procrastination Domain Specific?* *Current Psychology*, 32(2), 175–185.
- Macan, 1990. *Time Manajemen: Test of proses Model*. *American Journal of Health Studies*; 2000; 16, 1; ProQuest Research Librarypg. 41
- Mardiani, I., Zulaihati, S., & Sumiati, A. (2021). Hubungan antara *Locus Of Control* dan Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Akuntansi. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(6), 3579-3592.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 45-52.
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). Manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. *Journal of Psychological Perspective*, 1(1), 29-34.
- Sardiman. (2017). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Simbolon, P., Mendrova, D. S., & Zega, A. I. (2020). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar Mahasiswa di STIKes St. Elisabeth Medan. *Jurnal Masohi*, 1(1), 1-7.
- Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2020). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204-223
- Wahyuningtyas, E. P., Fasikhah, S. S., & Amalia, S. (2019). Hubungan manajemen stres dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Riset Aktual Psikologi*, 10(1), 28-45.