

**PENGARUH *TIME MANAGEMENT SKILLS* DAN MOTIVASI BELAJAR
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS
EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Strata 1 (S1) pada Departemen Pendidikan Ekonomi
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang*



Oleh :

NADILLA AGGAHRA

2021/21053089

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN EKONOMI
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

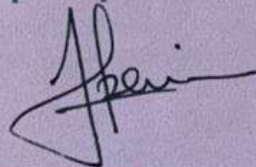
2025

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**"PENGARUH *TIME MANAGEMENT SKILLS* DAN MOTIVASI BELAJAR
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS
EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS NEGERI PADANG"**

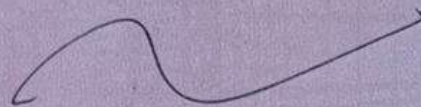
Nama : Nadilla Aggahra
NIM/BP : 21053089/2021
Keahlian : Ekonomi Koperasi
Departemen : Pendidikan Ekonomi
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis

Disetujui oleh
Kepala Departemen Pendidikan Ekonomi



Dr. Friyatmi, M.Pd
NIP. 19820514 20064 2 00 1

Padang, Oktober 2025
Pembimbing



Dr. Zul Afdal, M.Pd
NIP. 19860714 202012 1 004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nadilla Aggahra
Nim/ Tahun Masuk : 21053089/ 2021
Tempat/Tanggal Lahir : Magek/ 11 September 2002
Departemen/Keahlian : Pendidikan Ekonomi/ Ekonomi Koperasi
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Nomor Handphone : 085973614286
Judul : Pengaruh *Time Management Skills* dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis (skripsi) saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik (sarjana), baik di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang maupun Program Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan pemikiran saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang telah ditulis atau dipublikasikan kecuali secara eksplisit dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka .
4. Karya tulis/skripsi ini sah apabila telah ditanda tangani Asli oleh Tim Pembimbing, Tim Penguji dan Kepala Departemen.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh karena karya tulis/skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi.

Padang, 1 Agustus 2025

Yang Menyatakan



Nadilla Aggahra
NIM 21053089

ABSTRAK

Nadilla Aggahra (21053089) : Pengaruh *Time Management Skills* dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang

Pembimbing : Dr. Zul Afdal, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: 1) Pengaruh *time management skills* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, 2) Pengaruh *time management skills* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, 3) Pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini merupakan asosiatif kausal dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif program S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang angkatan 2022 hingga 2024, yang berjumlah 2.051 orang. Sampel ditentukan melalui metode *proportional random sampling* dan menghasilkan 96 partisipan. Analisis data dilakukan dengan teknik regresi linier berganda melalui bantuan perangkat lunak SPSS versi 25.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) *Time management skills* dan motivasi belajar berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, 2) *Time management skills* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, 3) Motivasi belajar berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa *time management skills* dan motivasi belajar mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa dalam Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang sebesar 63,8%.

Kata kunci : *Time management skills, motivasi belajar, prokrastinasi akademik.*

ABSTRACT

Nadilla Aggahra (21053089) : *The Influence of Time Management Skills and Learning Motivation on Academic Procrastination among Students of the Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Padang*

Advisor : Dr. Zul Afdal, M.Pd

This study aims to analyze: (1) the influence of time management skills and learning motivation on academic procrastination among students of the Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Padang, (2) the influence of time management skills on academic procrastination, and (3) the influence of learning motivation on academic procrastination.

This research is an associative-causal study with a quantitative approach. The subjects consisted of all active undergraduate students of the Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Padang, from the 2022 to 2024 cohorts, totaling 2,051 students. The sample was determined using the proportional random sampling method, resulting in 96 participants. Data analysis was carried out using multiple linear regression with the assistance of SPSS version 25.

The results indicate that: (1) time management skills and learning motivation have a significant effect on academic procrastination, (2) time management skills have a negative and significant effect on academic procrastination, and (3) learning motivation has a negative and significant effect on academic procrastination. The findings further show that time management skills and learning motivation collectively influence academic procrastination among students of the Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Padang, by 63.8%.

Keywords: *Time management skills, learning motivation, academic procrastination.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Time Management Skills* dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang”**. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S1) di Departemen Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.

Selama penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan, masukan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan bagi penulis dalam pembuatan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Perengki Susanto, SE., M.Sc. Ph.D selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Marwan, S.Pd., M.Si selaku Wakil Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
5. Ibu Dr. Friyatmi, S.Pd., M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
6. Bapak Dr. Zul Afdal, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan ilmu, pengetahuan, waktu serta masukan dengan penuh kesabaran dalam mengarahkan dan membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga segala kebaikan Bapak menjadi amal yang tak ternilai.
7. Bapak Dr. Rino, M.Pd., M.M selaku Dosen Penelaah penulis terima kasih saya sampaikan kepada Bapak atas masukan dan ketelitiannya dalam menelaah skripsi ini. Saran dan koreksi Bapak sangat berarti bagi proses pembelajaran saya.

8. Bapak dan Ibu Dosen Departemen Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
9. Bapak dan Ibu Staf Tata Usaha dan Perpustakaan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang yang telah membantu kelancaran administrasi dan perolehan buku penunjang dalam pembuatan skripsi.
10. Teristimewa untuk kedua orang tua tercinta, Papa Indra Jaya, cinta pertama sekaligus sosok panutan dalam hidup penulis, dan Mama Elvita Roza, surga penulis yang tak pernah lelah berdoa dan berjuang. Dengan penuh rasa syukur dan cinta, penulis menyampaikan terima kasih yang tak terhingga atas doa, kasih sayang, dan dukungan yang tak pernah terputus. Papa dan Mama selalu memberikan yang terbaik, tanpa kenal lelah mendoakan, mengusahakan, serta mendukung baik secara moral maupun material. Setiap doa, pengorbanan, dan ketulusan yang Papa dan Mama berikan menjadi kekuatan terbesar di setiap langkah hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tanpa kehadiran dan pengorbanan luar biasa dari Papa dan Mama, pencapaian ini tidak akan pernah terwujud. Penulis berharap semoga Papa dan Mama senantiasa diberi kesehatan, umur panjang, serta kesempatan untuk menyaksikan keberhasilan-keberhasilan lain yang akan penulis raih di masa mendatang.
11. Kepada Kakek Alvin dan Nenek Elizabet, terima kasih atas doa, kasih sayang, dan perhatian yang tiada henti. Kehangatan dan ketulusan kalian adalah sumber semangat yang tidak tergantikan. Semoga Allah selalu memberikan kesehatan, kebahagiaan, dan umur panjang untuk kakek dan nenek tercinta.
12. Saudari kandung tercinta, Valerina Osya, terima kasih atas dukungan, semangat, dan kasih sayang yang selalu menyertai langkah penulis. Kita telah melalui banyak hal bersama, dan perjalanan ini akan terus kita lanjutkan dengan penuh kekuatan. *We will conquer this world together, and no matter what happens, we will never give up—we will keep fighting, side by side.* Semoga setiap impian yang kita rajut dapat terwujud, dan setiap langkah yang kita ambil selalu membawa kita pada kebahagiaan,

kesuksesan, dan kebanggaan bagi keluarga. Terima kasih telah menjadi saudari, sahabat, sekaligus rekan seperjuangan dalam hidup ini.

13. Kepada sahabat penulis di bangku perkuliahan yang selalu kebersamai yaitu Syahadati Aulia, Silvia Iwangga, Putri Nurhaliza, Adelia Sepita Angie, dan Fadila “GERATZ”. Terima kasih atas segala bentuk dukungan, semangat, motivasi, canda tawa, dan tangis air mata yang mewarnai perjalanan ini. Kebersamaan sejak awal memasuki perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini. *See you on top, guys!*
14. Kepada sahabat putih abu-abu Salsabila Safa Ajra, Suci Indah Sari, Annisa Salsabila, Stevany, Indah Irgandi, Desfi Nabila Fitri. Terima kasih atas kebersamaan di masa putih abu-abu yang penuh cerita. Kita pernah satu bangku, satu tawa, satu perjuangan. Kini, perkuliahan memisahkan kita secara jarak, tapi tidak di hati. Meski tak lagi berjalan di koridor yang sama, kenangan itu tetap hidup dan menemani setiap proses hingga skripsi ini terselesaikan.
15. Kepada rekan-rekan mahasiswa, khususnya dari Program Studi Pendidikan Ekonomi Angkatan 2021 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas negeri Padang, atas kerjasama, semangat kebersamaan, dan dukungan selama proses studi dan penyusunan skripsi ini.
16. Serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu, mendukung, dan memberikan pemikiran serta tenaga demi kelancaran penyusunan skripsi ini. Setiap kebaikan yang diberikan merupakan bagian tak terpisahkan dari keberhasilan ini.
17. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and trying to give me more than I receive, I wanna thank me for trying to do more right than wrong, I wanna thank me for just being me all time.*

Semoga segala bentuk bantuan dan dukungan dari segala pihak dinilai ibadah di sisi Allah SWT. Penulis menyadari dengan segala kekurangan dan keterbatasan penulis, skripsi ini jauh dari kata kesempurnaan, baik dari segi isi maupun penyajian. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan berupa kritikan dan saran. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat tambahan ilmu bagi penulis khususnya dan teman-teman pada umumnya.

Padang, Agustus 2025
Saya yang menyatakan

Nadilla Aggahra

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	12
C. Batasan Masalah	13
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian	14
F. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	17
A. Kajian Teori.....	17
1. <i>Grand Theory</i>	17
2. Prokrastinasi Akademik	18
3. <i>Time Management Skills</i>	25
4. Motivasi Belajar	32
5. Hubungan Antar Variabel	39
B. Penelitian Relevan	41
C. Kerangka Konseptual.....	43
D. Hipotesis Penelitian	44

BAB III METODE PENELITIAN	46
A. Jenis Penelitian	46
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	47
D. Jenis dan Sumber Data Penelitian	50
E. Teknik Pengumpulan Data.....	50
F. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	51
G. Instrumen Penelitian dan Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	53
H. Uji Coba Instrumen	57
I. Teknik Analisis Data	61
BAB IV HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN.....	69
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	69
B. Karakteristik Responden.....	71
C. Analisis Hasil Penelitian.....	73
D. Hasil Analisis Data Penelitian	114
E. Pembahasan.....	124
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	135
A. Kesimpulan.....	135
B. Saran	136
DAFTAR PUSTAKA	138
LAMPIRAN.....	147

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Masa Studi Mahasiswa FEB UNP Tahun 2017-2020	4
Tabel 2 Observasi Awal Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis	6
Tabel 3 Penelitian Relevan.....	41
Tabel 4 Rincian dan Populasi Penelitian.....	47
Tabel 5 Data Perhitungan Jumlah Sampel	49
Tabel 6 Definisi Operasional	52
Tabel 7 Nilai Jawaban dari Pembobotan Skala Likert	55
Tabel 8 Kisi-Kisi Angket Penelitian	56
Tabel 9 Hasil Uji Coba Validitas Variabel Prokrastinasi Akademik (Y)	58
Tabel 10 Hasil Uji Coba Validitas Variabel <i>Time Management Skills</i> (X1)	58
Tabel 11 Hasil Uji Coba Validitas Variabel Motivasi Belajar (X2)	59
Tabel 12 Hasil Uji Reliabilitas	60
Tabel 13 Kategori TCR.....	62
Tabel 14 Karakteristik Responden Berdasarkan <i>Gender</i>	72
Tabel 15 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Masuk	72
Tabel 16 Karakteristik Responden Berdasarkan Departemen	73
Tabel 17 Distribusi Keseluruhan Variabel Penelitian	74
Tabel 18 Deskripsi Variabel Terikat	76
Tabel 19 Distribusi Frekuensi Penundaan untuk Memulai atau Menyelesaikan Tugas	78
Tabel 20 Distribusi Frekuensi Kelambanan dalam Menyelesaikan Tugas	80

Tabel 21 Distribusi Frekuensi Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Realitasnya	82
Tabel 22 Distribusi Frekuensi Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan daripada Mengerjakan Tugas yang Harus Diselesaikan	85
Tabel 23 Deskripsi Variabel Bebas	87
Tabel 24 Distribusi Frekuensi Menetapkan Tujuan	89
Tabel 25 Distribusi Frekuensi Menyusun Prioritas.....	91
Tabel 26 Distribusi Frekuensi Menyusun Jadwal	93
Tabel 27 Distribusi Frekuensi Menghindari Penundaan	95
Tabel 28 Distribusi Frekuensi Meminimalkan Waktu yang Terbuang.....	98
Tabel 29 Deskripsi Variabel Bebas.....	100
Tabel 30 Distribusi Frekuensi Hasrat dan Keinginan untuk Berhasil dalam Belajar	102
Tabel 31 Distribusi Frekuensi Dorongan dan Kebutuhan dalam Belajar	104
Tabel 32 Distribusi Frekuensi Harapan dan Cita-Cita Masa Depan	106
Tabel 33 Distribusi Frekuensi Penghargaan dalam Belajar	108
Tabel 34 Distribusi Frekuensi	109
Tabel 35 Distribusi Frekuensi Lingkungan Belajar yang Kondusif.....	111
Tabel 36 Hasil Uji Normalitas	115
Tabel 37 Hasil Uji Heteroskedastisitas	116
Tabel 38 Hasil Uji Multikolinearitas	117
Tabel 39 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda	118
Tabel 40 Hasil Uji F	120

Tabel 41 Hasil Uji t	121
Tabel 42 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)	123

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual	44
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Permintaan Data Mahasiswa.....	148
Lampiran 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba	149
Lampiran 3. Angket Uji Coba Penelitian.....	152
Lampiran 4. Tabulasi Data Uji Coba Penelitian	159
Lampiran 5. Hasil Uji Coba Penelitian	162
Lampiran 6. Script Wawancara dengan Wakil Dekan II Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.....	168
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	170
Lampiran 8. Angket Penelitian	171
Lampiran 9. Data Responden Penelitian.....	177
Lampiran 10. Tabulasi Data Penelitian.....	181
Lampiran 11. Hasil Analisis Data	189
Lampiran 12. Screenshoot Pengisian Kuesioner Penelitian.....	192

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan mencerminkan rangkaian pembelajaran tanpa henti yang menyertai dan mencakup hampir seluruh aspek kehidupan manusia. Dalam menghadapi dinamika zaman yang semakin kompleks, kualitas sumber daya manusia menjadi titik konsentrasi utama. Karena hal tersebut, pendidikan pada era sekarang tidak hanya terbatas pada sarana untuk mentransfer pengetahuan, tetapi juga sebagai wahana untuk membentuk individu yang kreatif, inovatif, dan memiliki kemampuan manajerial terhadap waktu guna mendukung pencapaian tujuan akademik dan profesional secara optimal.

Sebagai lembaga pendidikan formal, institusi perguruan tinggi berperan krusial dalam menciptakan sumber daya manusia yang unggul dan mampu bersaing di berbagai bidang. Sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 30 Tahun 1999, peran perguruan tinggi tidak terbatas pada penyampaian ilmu pengetahuan, tetapi juga mencakup fungsi sebagai tempat transfer ilmu, namun juga sebagai pusat pengembangan keilmuan serta teknologi guna meningkatkan kesejahteraan masyarakat serta kemajuan bangsa (Lian, 2019).

Mahasiswa sebagai agen utama dalam proses perguruan tinggi memiliki tanggung jawab untuk mengikuti proses pembelajaran secara aktif, menyelesaikan tugas akademik, serta berpartisipasi dalam kegiatan

ilmiah guna mengasah keterampilan intelektual dan profesional (Peraturan Pemerintah RI No. 30 Tahun, 1999). Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan memiliki kemandirian dalam belajar, disiplin dalam menyelesaikan tugas, serta aktif dalam kegiatan akademik dan non-akademik guna meningkatkan kompetensi dan pengembangan diri (Ahmad *et al.*, 2022). Selain menghadiri perkuliahan, mahasiswa juga memiliki kewajiban akademik lainnya, seperti mempersiapkan diri sebelum perkuliahan, mengerjakan tugas yang diberikan dosen, serta mengikuti evaluasi akademik (Syukur *et al.*, 2020).

Kenyataannya, sejumlah besar mahasiswa kerap kesulitan menangani beban studi yang tinggi dan beragam bentuknya. Beban akademik yang tinggi, tugas-tugas yang menumpuk, serta keterlibatan dalam berbagai aktivitas non-akademik sering kali membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam menjaga konsistensi belajar yang menjadi kewajibannya. Alih-alih memandang berbagai kewajiban tersebut sebagai tantangan yang perlu dihadapi, sebagian mahasiswa justru melihatnya sebagai hambatan yang dihindari. Banyak mahasiswa yang mengeluhkan banyaknya tuntutan akademik, sehingga mendorong mereka menunda penyelesaian tugas dengan mencari pelarian melalui aktivitas lain di luar kewajiban perkuliahan (Maghfiroh *et al.*, 2022).

Kondisi tersebut memicu munculnya kebiasaan menunda pengerjaan tugas atau yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Wulandari *et al.*, (2023) menyebutkan bahwa sekitar 68% mahasiswa

mengalami hambatan dalam menyelesaikan kewajiban akademik secara tepat waktu, yang kemudian berujung pada perilaku menunda atau prokrastinasi.

Ferrari *et al.*, sebagaimana dikutip dalam Triyono & Khairi (2018), mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai tindakan menunda tugas yang dilakukan dengan kesadaran penuh dan secara berulang, meskipun individu menyadari bahwa penundaan itu dapat membawa konsekuensi negatif. Perilaku ini banyak ditemukan di kalangan mahasiswa, terutama pada tahap awal perkuliahan, ketika mereka masih beradaptasi dengan tuntutan akademik yang lebih kompleks (Boncales, 2019). Ghufroon & Risnawita (2017:152) menekankan bahwa prokrastinasi bukan semata-mata karena keengganan menjalankan tanggung jawab, melainkan karena kecenderungan untuk menunda proses penyelesaian yang pada akhirnya menyebabkan waktu terbuang dan tenggat waktu tidak terpenuhi.

Prokrastinasi akademik yang berdampak pada keterlambatan penyelesaian studi menjadi persoalan konkret yang sering dihadapi oleh mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Permasalahan tersebut memiliki keterkaitan erat terhadap jangka waktu penyelesaian perkuliahan yang melebihi masa studi ideal. Berdasarkan dokumentasi Fakultas Ekonomi dan Bisnis, data kelulusan mahasiswa selama periode empat tahun terakhir 2017 hingga 2020 menunjukkan bahwa tingkat keterlambatan penyelesaian studi tergolong cukup tinggi. Artinya, jumlah mahasiswa yang mampu merampungkan studinya secara tepat

waktu khususnya dalam jangka waktu kurang dari delapan semester masih relatif rendah.

Berikut ini merupakan data statistik wisudawan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang selama periode 2017 hingga 2020 yang menggambarkan tingkat ketepatan waktu penyelesaian studi:

Tabel 1 Data Masa Studi Mahasiswa FEB UNP Tahun 2017-2020

No	Tahun Masuk	Jumlah Mahasiswa	Durasi Studi ≤ 8 Semester	Durasi Studi > 8 Semester	Total Lulus	Persentase Wisudawan Dengan Masa Tepat Waktu
1.	2017	741	207	399	606	34%
2.	2018	681	179	331	510	35%
3.	2019	648	213	252	465	46%
4.	2020	676	226	137	363	62%

Sumber : Tata Usaha Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 2025

Berdasarkan informasi tersebut terlihat bahwa sebagian mahasiswa menyelesaikan perkuliahan dengan durasi yang melebihi batas studi ideal. Bahkan dalam empat tahun terakhir, persentase mahasiswa yang lulus tepat waktu cenderung fluktuatif dan belum mencapai angka yang optimal. Hal ini mengindikasikan adanya permasalahan yang tidak hanya bersifat akademik, tetapi juga berkaitan dengan kebiasaan atau pola perilaku mahasiswa dalam menjalani proses perkuliahan.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara langsung yang dilakukan penulis pada 18 Juni 2025 bersama Dr. Marwan, S.Pd., M.Si., selaku Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, yang menyampaikan bahwa meskipun mahasiswa saat ini mulai menunjukkan

upaya menyelesaikan studi tepat waktu, secara umum masih terdapat keterlambatan studi yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk mahasiswa angkatan lama yang belum menyelesaikan studinya. Fakultas telah menerapkan kebijakan percepatan studi seperti penggunaan Sistem Informasi Tugas Akhir, namun tetap ditemukan mahasiswa yang mengalami kendala mengatur waktu secara efektif dan memenuhi kewajiban akademik secara konsisten. Selain itu, beliau menyatakan kebiasaan prokrastinasi sering kali dimulai dari penundaan tugas-tugas kecil dan kemudian berkembang menjadi hambatan serius dalam menyelesaikan tugas akhir.

Prokrastinasi akademik memiliki implikasi serius terhadap kinerja akademik mahasiswa dan efektivitas program studi. Bagi mahasiswa, prokrastinasi tidak hanya berdampak pada keterlambatan tugas, tetapi juga memicu stres, kecemasan, kelelahan mental, dan penurunan kualitas hasil belajar. Kondisi ini mengganggu fokus akademik dan berpotensi menurunkan kepercayaan diri. Sementara itu, bagi program studi, tingginya angka mahasiswa yang menunda penyelesaian studi dapat berdampak negatif terhadap akreditasi, karena indikator evaluasi kinerja perguruan tinggi menekankan pada efisiensi studi dan tingkat kelulusan tepat waktu. Ketika banyak mahasiswa tidak menyelesaikan studi sesuai masa ideal, hal ini dapat menjadi sinyal rendahnya efektivitas pembinaan akademik dan kelemahan dalam sistem pendukung pembelajaran.

Fenomena ini juga diperkuat oleh hasil penelitian di lingkungan akademik salah satu program studi ekonomi di Universitas Negeri Padang. Rima & Armianti (2025) menemukan bahwa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UNP menunjukkan kecenderungan tinggi terhadap perilaku prokrastinasi akademik, khususnya dalam hal keterlambatan pengumpulan tugas kuliah. Temuan ini mengindikasikan bahwa kebiasaan penundaan penyelesaian tugas akademik merupakan persoalan nyata yang perlu mendapat perhatian lebih di lingkungan kampus.

Untuk memperoleh gambaran awal peneliti telah melakukan observasi awal yang dilakukan dengan *google form* pada bulan Maret 2025, mengenai kecenderungan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2 Observasi Awal Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis

No.	Keterangan	Ya	Tidak
1.	Menunda mengerjakan tugas akademik	83,3%	16,7%
2.	Mengerjakan tugas berdekatan <i>deadline</i>	80%	20%
3.	Keterlambatan dalam mengumpulkan tugas	86,7%	13,3%
4.	Mendahulukan bermain media sosial daripada mengerjakan tugas	73,3%	26,7%
5.	Pengelolaan waktu dengan baik sehingga jarang menunda tugas	20%	80%
6.	Membuat daftar prioritas dalam mengerjakan tugas	23,3%	76,7%
7.	Tetap termotivasi belajar meskipun menghadapi kesulitan	23,3%	76,7%
8.	Memiliki target akademik untuk meningkatkan semangat belajar	26,7%	73,3%

Sumber : Olahan Data Primer Tahun 2025

Berdasarkan temuan dari observasi awal yang melibatkan 30 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, kecenderungan prokrastinasi akademik berada pada tingkat yang cukup tinggi. Indikasi ini tampak dari pernyataan 83,3% mahasiswa mengakui pernah menunda mengerjakan tugas akademik, dan 80% responden sering mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan (*deadline*). Lebih lanjut, 86,7% mahasiswa menyatakan pernah mengalami keterlambatan dalam mengumpulkan tugas akademik. Data ini menunjukkan bahwa penundaan dalam menyelesaikan tugas bukan hanya terjadi secara insidental, melainkan telah menjadi kebiasaan umum di kalangan mahasiswa.

Selain itu, hasil observasi juga memperlihatkan adanya masalah dalam pengelolaan waktu. Sebanyak 80% mahasiswa menyatakan tidak mampu mengelola waktu dengan baik, dan 76,7% tidak terbiasa membuat daftar prioritas dalam mengerjakan tugas. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa kesulitan membagi waktu secara efektif antara perkuliahan, tugas akademik, dan aktivitas lainnya, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap kebiasaan menunda tugas.

Sementara itu, dari sisi motivasi belajar terlihat bahwa hanya 23,3% mahasiswa yang tetap termotivasi belajar meskipun menghadapi kesulitan, dan hanya 26,7% yang memiliki target akademik untuk meningkatkan semangat belajar. Fakta tersebut mengindikasikan bahwa banyak mahasiswa belum memiliki tujuan akademik yang terstruktur, sehingga

berpotensi meningkatkan kecenderungan untuk menunda tugas akademik. Temuan ini juga mengisyaratkan bahwa kecenderungan prokrastinasi akademik tidak lagi sekadar fenomena insidental. Rendahnya *time management skills* serta lemahnya motivasi belajar diduga menjadi faktor dominan yang menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi.

Untuk memahami keterkaitan antara faktor-faktor tersebut, penelitian ini menggunakan kerangka *Temporal Motivation Theory* (TMT), sebuah hasil pemikiran yang diperkenalkan oleh Steel dan König sebagai dasar untuk menjelaskan perilaku penundaan. TMT menyatakan bahwa kecenderungan seseorang untuk menunda tugas dipengaruhi oleh empat komponen utama, yaitu nilai tugas (*value*), harapan keberhasilan (*expectancy*), *impulsivitas*, dan tenggat waktu (*delay*) (Netzer Turgeman & Pollak, 2023). Mahasiswa dengan motivasi belajar rendah akan cenderung memandang tugas tidak penting (*low value*) dan merasa tidak mampu menyelesaikannya (*low expectancy*), sedangkan mahasiswa dengan *time management skills* yang lemah lebih mudah terdistraksi dan kesulitan mengatur waktu (*high delay*). Pernyataan ini didukung oleh Sulaiman (2018), yang mengemukakan bahwa *time management skills* serta motivasi belajar termasuk dalam kategori faktor internal yang mempengaruhi kecenderungan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, integrasi antara kerangka teoritis dan temuan empiris ini memperkuat dasar pemilihan variabel dalam penelitian ini.

Penjelasan ini memperkuat pandangan para ahli yang menyoroti pentingnya *time management skills* dalam mengurangi perilaku prokrastinasi. Zebua & Santosa (2023) menyatakan bahwa *time management skills* mencerminkan kapasitas seseorang untuk menyusun rencana, mengatur kegiatan, serta membagi waktu secara efektif guna menyelesaikan berbagai tanggung jawab secara optimal dan sistematis. Menurut Wessel *et al.*, (2021) *time management skills* mencakup penetapan tujuan, penyusunan prioritas, pengendalian distraksi, serta pemantauan progres secara berkala, yang semuanya berperan penting dalam meningkatkan pencapaian akademik serta mengurangi perilaku menunda.

Temuan ini juga diperkuat oleh hasil peneliti terdahulu yang dilakukan oleh Silalahi & Saragih (2022), di mana ditemukan adanya korelasi signifikan bernilai negatif antara keterampilan mengelola waktu dan perilaku prokrastinasi akademik. Artinya, semakin terampil seseorang dalam mengelola waktu, maka semakin kecil kemungkinan individu tersebut menunda penyelesaian tugas-tugas akademik. Pendapat serupa disampaikan oleh Niken & Machali (2021) yang mengemukakan bahwa keterampilan mengatur waktu secara efisien dapat membantu menekan kecenderungan prokrastinasi di kalangan mahasiswa.

Selain *time management skills*, menurut Sulaiman (2018) perilaku menunda tugas akademik juga dapat dipengaruhi oleh seberapa tinggi atau rendahnya motivasi belajar seseorang. Langi (2021) menjelaskan motivasi belajar mencerminkan dorongan internal yang mendorong individu untuk

melakukan aktivitas pembelajaran secara konsisten, menjaga keberlangsungannya, serta memberikan arah yang jelas agar tujuan akademik yang ingin dicapai dapat terwujud. Motivasi belajar yang kuat tidak hanya membuat mahasiswa lebih fokus dan tekun dalam belajar, tetapi juga mampu mengurangi kecenderungan menunda tugas karena adanya kesadaran akan pentingnya pencapaian tujuan akademik.

Rendahnya motivasi belajar menggambarkan mayoritas mahasiswa belum memiliki dorongan internal yang cukup kuat untuk belajar secara mandiri dan berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan pendapat Sardiman (2019) mengemukakan bahwa motivasi belajar adalah kekuatan internal dalam diri yang mendorong dan mengaktifkan semangat seseorang untuk terlibat dalam proses pembelajaran, serta mengarahkan aktivitas belajar secara terfokus, sehingga tercapainya hasil belajar yang diinginkan. Ketika motivasi belajar rendah, mahasiswa cenderung kehilangan fokus, tidak menetapkan prioritas, dan mudah terdistraksi, yang pada akhirnya meningkatkan risiko prokrastinasi akademik.

Pelikan *et al.*, (2021) dalam penelitiannya menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat motivasi belajar yang optimal cenderung mampu beradaptasi lebih baik secara akademik, serta memiliki kecenderungan yang lebih rendah untuk melakukan penundaan tugas. Selaras dengan temuan tersebut, studi yang dilakukan oleh Rohma *et al.*, (2024) membuktikan korelasi antara motivasi belajar dan perilaku prokrastinasi menunjukkan arah negatif yang signifikan, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi

tingkat motivasi yang dimiliki mahasiswa, semakin kecil kemungkinan mereka terlibat dalam perilaku menunda pekerjaan akademik.

Meskipun berbagai penelitian terdahulu telah meneliti pengaruh antara motivasi belajar, *time management skills*, dan prokrastinasi akademik, terdapat beberapa hasil penelitian yang masih menunjukkan perbedaan atau belum memberikan kesimpulan yang konsisten. Studi oleh Nasrullah & Khan (2015) mengungkapkan bahwa kemampuan mengatur waktu secara efektif memiliki hubungan positif terhadap prestasi akademik, namun tidak menunjukkan pengaruh yang berarti terhadap perilaku prokrastinasi. Temuan ini mengisyaratkan bahwa meskipun mahasiswa memiliki keterampilan dalam mengelola waktu, mereka tetap bisa mengalami prokrastinasi, terutama jika berada dalam tekanan akademik yang tinggi. Selaras dengan ketidakkonsistenan hasil penelitian tersebut, Suaidah Lubis (2022) dalam penelitiannya menyatakan bahwa motivasi belajar bukanlah faktor yang secara signifikan berkaitan dengan perilaku prokrastinasi akademik. Bahkan, tingkat motivasi belajar yang tinggi sekalipun tidak menunjukkan adanya hubungan langsung dengan kecenderungan mahasiswa dalam menunda tugas-tugas akademik.

Variasi temuan dari beberapa penelitian terdahulu mengindikasikan adanya celah kajian dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Berdasarkan kondisi tersebut, studi ini dilakukan untuk menjawab kekosongan tersebut melalui analisis lebih lanjut dengan mengkaji peran *time management skills* dan motivasi belajar sebagai dua

variabel penting yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa.

Temuan penelitian ini diantisipasi mampu memberikan sumbangan ilmiah untuk pihak fakultas dan program studi untuk memahami faktor-faktor internal yang mendorong munculnya perilaku prokrastinasi, khususnya dari aspek *time management skills* dan motivasi belajar. Selain itu, Temuan dalam studi ini juga diperkirakan dapat memberikan manfaat praktis sebagai dasar penyusunan program intervensi seperti pelatihan soft skills, manajemen waktu, dan peningkatan motivasi belajar untuk menekan angka prokrastinasi akademik dan mempercepat masa studi mahasiswa. Dengan demikian, lulusan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang yang dihasilkan tidak hanya memiliki prestasi akademik, tetapi juga kesiapan mental dan keterampilan yang dibutuhkan di dunia kerja.

Berdasarkan uraian yang dipaparkan di atas, peneliti menetapkan fokus penelitian dengan judul: **“Pengaruh *Time Management Skills* dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang sebelumnya, dapat diidentifikasi permasalahan yaitu:

1. Tingginya kecenderungan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa, yang ditandai dengan kebiasaan menunda tugas akademik meskipun menyadari konsekuensi negatifnya.

2. Rendahnya kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu (*time management skills*) secara efektif menimbulkan kesulitan dalam menyusun jadwal belajar dan menyelesaikan tugas tepat waktu di kalangan mahasiswa.
3. Kurangnya motivasi belajar yang dialami oleh mahasiswa turut mempengaruhi kecenderungan untuk menunda aktivitas akademik yang seharusnya diselesaikan secara terstruktur.

C. Batasan Masalah

Merujuk pada pemaparan latar belakang serta hasil identifikasi masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, dan dengan mempertimbangkan beragam aspek yang berpotensi mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik, maka peneliti membatasi ruang lingkup kajian ini hanya pada dua variabel utama, yaitu *time management skills* dan motivasi belajar. Fokus utama dari penelitian ini terletak pada pengkajian kontribusi kedua faktor tersebut berkontribusi terhadap tingginya kecenderungan penundaan akademik di kalangan mahasiswa. Mahasiswa yang terdaftar di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang menjadi batasan subjek dalam penelitian ini.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan pembatasan ruang lingkup penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka perumusan masalah yang menjadi fokus kajian ini dapat dinyatakan sebagai berikut:

1. Apakah *time management skills* dan motivasi belajar berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang?
2. Apakah *time management skills* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang?
3. Apakah motivasi belajar berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang?

E. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang telah disusun sebelumnya, maka tujuan dari penelitian ini dirancang untuk mengidentifikasi dan menganalisis hal-hal berikut:

1. Pengaruh *time management skills* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
2. Pengaruh *time management skills* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
3. Pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.

F. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memperluas pemahaman ilmiah dan memperkaya referensi pustaka terkait pengaruh keterampilan manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Temuan yang dihasilkan juga dapat menjadi pijakan teoritis dalam pengembangan penelitian lanjutan yang mengkaji lebih dalam hubungan antara *time management skills*, motivasi belajar, dan kecenderungan prokrastinasi dalam konteks pendidikan tinggi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini membantu penulis untuk menggali secara lebih komprehensif berbagai faktor yang berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik. Selanjutnya melatih kemampuan analisis, pemecahan masalah, serta meningkatkan keterampilan dalam melakukan penelitian ilmiah.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada mahasiswa mengenai signifikansi *time management skills* dan motivasi belajar sebagai faktor dalam mendukung pencapaian akademik. Dengan memahami kedua faktor tersebut, mahasiswa diharapkan mampu mengurangi perilaku menunda tugas dan meningkatkan efektivitas belajar, sehingga dapat menunjang pencapaian hasil akademik yang optimal.

c. Bagi Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Temuan dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan dan refleksi bagi pihak fakultas untuk menyusun strategi pengembangan pembelajaran maupun pelatihan yang dapat meningkatkan *time management skills* dan motivasi belajar mahasiswa. Dengan demikian, diharapkan mampu menciptakan lingkungan akademik yang lebih produktif serta mendukung peningkatan kualitas lulusan yang berintegritas, disiplin, dan memiliki kesiapan menghadapi dunia kerja.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *time management skills* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan yang telah peneliti lakukan, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. *Time management skills* dan motivasi belajar secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Artinya, semakin baik *time management skills* dan motivasi belajar mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, jika *time management skills* dan motivasi belajar rendah, maka tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang cenderung meningkat.
2. *Time management skills* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Artinya, semakin baik *time management skills* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, mahasiswa dengan *time management skills* yang rendah cenderung lebih sering menunda dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

3. Motivasi belajar berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih disiplin dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas perkuliahan, sehingga mengurangi kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, motivasi belajar yang rendah membuat mahasiswa lebih rentan menunda tugas dan kewajiban akademiknya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, diketahui bahwa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang masih menunjukkan perilaku menunda penyelesaian tugas akademik. Kondisi ini berkaitan erat dengan kurang optimalnya keterampilan manajemen waktu serta tingkat motivasi belajar yang belum memadai. Oleh sebab itu, peneliti merekomendasikan agar mahasiswa mulai meningkatkan kemampuan dalam mengelola waktu secara lebih efektif, seperti melalui penerapan teknik *time blocking*, penyusunan *to-do list*, dan penetapan skala prioritas harian. Selain itu, mahasiswa juga perlu membangun motivasi intrinsik dengan menetapkan tujuan belajar yang realistis dan bermakna, guna menekan perilaku menunda penyelesaian tugas-tugas akademik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar atau rujukan awal untuk peneliti selanjutnya yang ingin mendalami isu prokrastinasi akademik. Disarankan agar penelitian berikutnya turut mengeksplorasi variabel lain yang berpotensi mempengaruhi prokrastinasi akademik, guna memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh. Selain itu, penggunaan teori atau pendekatan yang berbeda juga dapat menjadi alternatif untuk memperkaya perspektif dan menghasilkan temuan yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agormedah, E. K., Britwum, F., Amoah, S. O., Acheampong, H. Y., Adjei, E., & Nyamekye, F. (2021). Assessment of Time Management Practices and Students' Academic Achievement: The Moderating Role of Gender. *International Journal of Social Sciences & Educational Studies*, 8(4), 171–188. <https://doi.org/10.23918/ijsses.v8i4p171>
- Ahmad, A. H., Abd Rani, M. J., Shaari, M. S., Che Kasim, A. N., Masnan, F., Alias, N. S., & Shamsudin, M. F. (2024). Exploring the impact of a sense of purpose on academic performance: Unveiling the moderating influence of time management. *Social Sciences and Humanities Open*, 10(October), 101174. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.101174>
- ahmad, Sari, A. J. T., ahmad, H. W., Rosyid, M. N. I., Widiyanto, E., & Rasyad, A. (2022). Literatur Review: Tren Perkembangan Pendidikan Non-Formal di Indonesia. *Jurnal Pendidikan*, 7(2), 76–82.
- Almanshur, J. I. F. & F. (2025). The Effect of Time Management and Learning Motivation on Academic Procrastination. *Al-Kharaj : Jurnal Ekonomi , Keuangan & Bisnis Syariah*, 7(4), 1005–1015. <https://doi.org/10.47467/alkharaj.v7i4.5257>
- Anastasya, Y. A., Safarina, N. A., & Safuwan, S. (2021). Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Kecenderungan FoMO selama Pandemi COVID-19 pada Ibu Bekerja. *Jurnal Diversita*, 7(1), 36–42. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.4530>
- Anisahwati, P. (2019). Pengaruh perfectionism dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tesis dan disertasi. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i1.10832>
- Annisya Apriliani, D. S., Rahmayanti, N. Z., Greata, H., & Fitria, R. L. (2024). the Role of Academic Motivation in Preventing Students' Academic Procrastination During Online Learning Amid the Covid-19 Pandemic. *Journal of Southeast Asia Psychology (SAPJ)*, 10(1), 27–42. <https://doi.org/10.51200/sapj.v10i1.4918>
- Ariga, R. A., Astuti, S. B., Ariga, F. A., & Ariga, S. (2020). Improved knowledge and attitude about healthy snack at school through peer education. *International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, 10(4), 1662–1668. <https://doi.org/10.18517/ijaseit.10.4.6373>
- Arikunto, S. (2006). *Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Bumi aksara.

- Aruğaslan, E. (2024). Examining the relationship of academic dishonesty with academic procrastination, and time management in distance education. *Heliyon*, 10(19), 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e38827>
- Atkinson, P. E. (2015). (2015). *Manajemen Waktu Yang Efektif*. Binarupa Aksara.
- Bela, A., Thohiroh, S., Efendi, Y. R., & Rahman, S. (2023). Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi: Review Literatur. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 4(1), 37–48. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v4i1.59>
- Boncales, Z. T. P. (2019). Procrastination in Relationship to Mental Health. *ACADEME University of Bohol, Graduate School and Professional Studies*, 14(1), 81–100. <https://doi.org/10.15631/aubgsps.v14i1.141>
- Cahyani, A., & Listiana, I. D. (2022). Motivasi Belajar Siswa SMA Pada Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Algebra : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Sains*, 3(3), 123–140. <https://doi.org/10.58432/algebra.v2i3.570>
- Djamarah, Syaiful Bahri dan Zain, A. (2013). *Strategi Belajar Mengajar*. PT. Rineka Cipta.
- Ferrari, Johnson, &, & McCown. (1995). *Procrastination and Task Avoidance Treatment the Plenum Series in*.
- Florence Aduke, A. (2015). Time Management and Students Academic Performance in Higher Institutions, Nigeria — A Case Study of Ekiti State. *International Research in Education*, 3(2), 1. <https://doi.org/10.5296/ire.v3i2.7126>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2017). *Teori-teori psikologi* ((R. Kusuma). Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologis*.
- Hasbullah, & Z. (2020). Penerapan Motivasi Belajar Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Ishlah Tembelok Menurut Hamzah B. Uno. *Pd, H. M., & Ag, Z. M. (2020). Penerapan Motivasi Belajar Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Ishlah Tembelok Menurut Hamzah B. Uno. El_Huda, IAI Qomarul Huda Bagu NTB*, 11(2), 16-39., 2(11), 16–39. <https://ejournal.kopertais4.or.id/sasambo/index.php/elhuda/article/view/3954>
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Faktor Penyebabnya pada Mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145–157. <https://doi.org/10.37411/sjgc.v2i2.1907>
- Husein, U. (2011). *Metode Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. PT. Taja

Grafindo Persada.

Indonesia, P. R., & Umum, K. (1999). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi. *Sekretariat Negara Republik Indonesia, 1*, : pp. 36-54.

Indrawati, M. Y., & Pedhu, Y. (2022). Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Smp Santo Fransiskus II Jakarta. *Jurnal Psiko Edukasi, 20*(2), 151–164.

Jiao, Voseles, Collins, & O. (2011). Academic procrastination and the performance of graduate-level cooperative groups in research methods courses. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning...*, 11(1), 119–138. <http://anitacrawley.net/Resources/Articles/JiaoPerformance.pdf>

Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination in Different Life-Domains: Is Procrastination Domain Specific? *Current Psychology, 32*(2), 175–185. <https://doi.org/10.1007/s12144-013-9171-8>

Knaus, W. J. (2006). *The cognitive behavioral workbook for depression: A step-by-step program*. New Harbinger Publications. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=p_3PYxltgXoC&oi=fnd&pg=PR1&dq=Knaus,+W.+J.+\(2002\).+The+Procrastination+Werkbook.+USA+:++Publishers+Group+West.&ots=yCMBa3C7CF&sig=48HmcFCmlCfXQhLI7I0UJ6CymG4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=p_3PYxltgXoC&oi=fnd&pg=PR1&dq=Knaus,+W.+J.+(2002).+The+Procrastination+Werkbook.+USA+:++Publishers+Group+West.&ots=yCMBa3C7CF&sig=48HmcFCmlCfXQhLI7I0UJ6CymG4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

Lailiana, N. A., & Handayani, A. (2017). *Motivasi berprestasi ditinjau dari komitmen terhadap tugas pada mahasiswa*. In The 1st Education and Language International Conference Proceedings Center for International Language Development of Unissula. https://dlwqtxts1xzle7.cloudfront.net/63126923/184-2-PB20200428-95753-xhixqr-libre.pdf?1588721569=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DCenter_for_International_Language_Develo.pdf&Expires=1742192416&Signature=TNtFXgS70p6s48GMFQCSmjgERVHcu2gU

Langi, G. K. L. (2021). Kajian Faktor Motivasi Belajar Mahasiswa dalam Peralihan Masa Pandemi Covid-19 Ke Masa Endemi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 7*(1), 391–402. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6408886>

Lian, B. (2019). Tanggung Jawab Tridharma Perguruan Tinggi Menjawab Kebutuhan Masyarakat. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang*, 100–106.

Maghfiroh, A., Sumiati, A., & Zulaihati, S. (2022). Pengaruh Self-Regulated Learning, Lingkungan Teman Sebaya, Dan Task Aversiveness Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Program Studi Kependidikan 2018 Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. *Indonesian Journal of*

- Economy, Business, Entrepreneurship, and Finance*, 2(1), 65–75.
<https://doi.org/10.53067/ijebeef>
- Margareta, R. S., & Wahyudin, A. (2019). Pengaruh Motivasi Belajar, Perfeksionisme Dan Keaktifan Berorganisasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Regulasi Diri Sebagai Variabel Moderating. *Economic Education Analysis Journal*, 8(1), 18–23.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/29762>
- Mercanlioglu, Ç. (2010). THE RELATIONSHIP OF TIME MANAGEMENT TO ACADEMIC PERFORMANCE OF MASTER LEVEL STUDENTS. *International Journal of Business and Management Studies*, 2(1), 25–36.
- Muhammad Arsyad, S.Pd., M. P., Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi, M.Si, Ph.D Dr. Nani Restati Siregar, S. Psi., M. Si Maysara., S.Pd., M.Pd Dr. Syuhud, M. Pd. I Samsul Bahri, S.Pd Siti Chodijah, M. P., & Merlin Helentina Napitupulu, S.S., M.Hum. Dr. Risna Saswati, S.Pd., M Hum. Nurianti Sitorus, S.S., M. H. (2025). *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Issue April).
- Nadinloyi, K. B., Hajloo, N., Garamaleki, N. S., & Sadeghi, H. (2013). The Study Efficacy of Time Management Training on Increase Academic Time Management of Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 134–138. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.523>
- Nasrullah, S., & Khan, M. S. (2015). The Impact of Time Management on the Students' Academic Achievements Thermoelectric properties of ZnO based ceramic. View project The Impact of Time Management on the Students' Academic Achievements. *An International Peer-Reviewed Journal*, 11(February), 66–72. www.iiste.org
- Nastiti, N. O., & Puspasari, D. (2024). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran Universitas Negeri Surabaya. *J-KIP (Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan)*, 5(2), 320–326. <https://doi.org/10.25157/j-kip.v5i2.14830>
- Netzer Turgeman, R., & Pollak, Y. (2023). Using the temporal motivation theory to explain the relation between ADHD and procrastination. *Australian Psychologist*, 58(6), 448–456.
<https://doi.org/10.1080/00050067.2023.2218540>
- Niken Tri Wahyuni, & Imam Machali. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Penyusunan Skripsi Mahasiswa Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, 1(2), 15–25. <https://doi.org/10.14421/hjie.2021.12-02>
- Ningsih, R. S., & Usman, O. (2022). The Influence of Time Management on Academic Procrastination Mediated By Self-Regulated Learning in the Covid-19 Pandemi At Smk Pgri 1 Jakarta. *Jurnal Pendidikan Ekonomi, Perkantoran*

Danakuntansi, 7(4), 120–128.

- Pathuddin, Sitti Rahmawati, Ikfal, Sukayasa, B. M. (2025). The effect of time management and interest in learning mathematics: A case study of senior high school students in Palu Indonesia on students' learning achievement. *Heliyon*, 11(3), e42048. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2025.e42048>
- Pelikan, E. R., Lüftenegger, M., Holzer, J., Korlat, S., Spiel, C., & Schober, B. (2021). Learning during COVID-19: the role of self-regulated learning, motivation, and procrastination for perceived competence. *Zeitschrift Fur Erziehungswissenschaft*, 24(2), 393–418. <https://doi.org/10.1007/s11618-021-01002-x>
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh Stres Akademik dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 738. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5578>
- Rahmah, R. A. (2018). Pengaruh Strategi Coping dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 221–227. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4561>
- Rahman, S. (2022). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *ALFIHRIS: Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 2(3), 289–302. <https://doi.org/10.59246/alfihris.v2i3.843>
- Rahmawati, S. N. (2023). *Pengaruh perfeksionisme, dukungan sosial, dan faktor demografi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.*
- Regitha Ananda Putri, A. R. A. (2023). PENGARUH STRES AKADEMIK DAN MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UHAMKA Regitha Ananda Putri 1 , Anissa Rizky Andriany. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 9(2), 24–31.
- Reyes Trelles, X. F., Alvarado Cevallos, P. I., Calle Torres, K. P., & Galarza Parra, J. N. (2024). Academic procrastination in Ecuadorian university students: An explanatory model based on academic motivation. *Heliyon*, 10(24), e40787. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e40787>
- Rima, A. (2025). *Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan.* 9, 4451–4460.
- Rohma, L. I., Firda Mufidah, E., Jauharah, F. I., Rahmawati, N., & Mawardiyah, C. A. (2024). Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2024 PD ABKIN JATIM*, 35–42.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=Bc_DDAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Ryan,+R.+M.,+%26+Deci,+E.+L.+\(2017\).+Self-determination+theory:+Basic+psychological+needs+in+motivation,+development,+and+wellness.+Guilford+Press&ots=QJkbkbjM5i&sig=Pq8888SF7ke-TgbMsziPgAlXCQ8&redir_esc=y#v=onepage&q=Ryan%2C R. M.%2C %26 Deci%2C E. L. \(2017\). Self-determination theory%3A Basic psychological needs in motivation%2C development%2C and wellness. Guilford Press&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=Bc_DDAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Ryan,+R.+M.,+%26+Deci,+E.+L.+(2017).+Self-determination+theory:+Basic+psychological+needs+in+motivation,+development,+and+wellness.+Guilford+Press&ots=QJkbkbjM5i&sig=Pq8888SF7ke-TgbMsziPgAlXCQ8&redir_esc=y#v=onepage&q=Ryan%2C R. M.%2C %26 Deci%2C E. L. (2017). Self-determination theory%3A Basic psychological needs in motivation%2C development%2C and wellness. Guilford Press&f=false)
- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 202–203. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5680>
- Saplavska, J., & Jerkunkova, A. (2018). Academic procrastination and anxiety among students. *Engineering for Rural Development*, 17, 1192–1197. <https://doi.org/10.22616/ERDev2018.17.N357>
- Saputri, M., Yarni, L., Pasila Putra, D., & Syawaluddin. (2024). Students Academic Procrastination: The Effects of Time Management. *BICC Proceedings*, 2, 82–90. <https://doi.org/10.30983/bicc.v1i1.109>
- Sardiman, A. M. (2019). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar* (Ed. 1, Cet). PT RajaGrafindo Persada.
- Savino, D. (2016). Frederick Winslow Taylor and His Lasting Legacy of Functional Leadership Competence. *Journal of Leadership, Accountability and Ethics*, 13(1), 70–76.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods For Business : A Skill-Building Approach*. In *Sekaran dan Bougie (6th ed.)*. Alfabeta. https://archive.org/details/researchmethods0000seka_l8p5/page/n7/mode/2up
- Sepriana, R., Sefriani, R., & Jafnihirida, L. (2021). Time Management and Procrastination During Online Learning. *KnE Social Sciences*, 2021, 635–642. <https://doi.org/10.18502/kss.v6i2.10021>
- Serli Tamara, & Dedy Dewanto. (2024). THE INFLUENCE OF LEARNING MOTIVATION AND SELF-EFFICACY ON ACADEMIC PROCRASTINATION OF PERTAMINA UNIVERSITY STUDENTS FOR THE Batch of 2020, 2021, 2022, AND 2023. *Journal of Management and Energy Business*, 4(1), 46–54. <https://doi.org/10.54595/jmneb.v4i1.73>
- Sholichah, I. F., & Gresik, U. M. (2025). PSYCHOEDUCATION PROCESSES ACADEMIC PROCRASTINATION THROUGH TIME MANAGEMENT. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 6(1), 289–296.

- Silalahi, N. B., & Saragih, N. A. (2022). Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2021-2022. *ALACRITY: Journal of Education*, 2(2), 78–84. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v2i2.85>
- Srijanti, P., & Artiningrum, P. (2007). *Etika membangun sikap profesionalisme sarjana*. Graha Ilmu.
- Steel, P., Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychology antecedents revisited. *The Australian Psychological Society, Volume 51*(1), 36–46. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1111/ap.12173>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. In *CV. Alvabeta*. CV. Alfabeta. https://www.academia.edu/118903676/Metode_Penelitian_Kuantitatif_Kualitatif_dan_R_and_D_Prof_Sugiono
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. In *CV. Alfabeta*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, & S. (2015). *Sugiyono, & Susanto. (2015). Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel*. Alfabeta.
- Suhadianto, S., Hanurawan, F., Eva, N., & Rahmawati, H. (2024). Mindfulness Based-Cognitive Therapy for Procrastination (MBC-P) to Decrease Muslim University Students'academic Procrastination: Mixed Methods Research. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 10(1). <https://doi.org/10.19109/psikis.v10i1.22623>
- Sulaiman, M. (2018). *Kontribusi Manajemen Waktu Dan Locus Of Control Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa* [Universitas Negeri Padang.]. http://pustaka.unp.ac.id/file/abstrak_kki/abstrak_TESIS/A_01_MUHAMMAD_SULAIMAN_14151039_2238_2018.pdf
- Suliyanto. (2011). *Ekonometrika Terapan : Teori Dan Aplikasi Dengan SPSS. Penerbit Dan Percetakan CV Andi Offset*. Yogyakarta.
- Syah, M. (2008). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. :Remaja Rosdakarya.
- Syukur, M., Tenri Awaru, A. O., & Megawati, M. (2020). Fenomena prokrastinasi

- akademik di kalangan mahasiswa. *Neo-Societal*, 5(4), 374–380.
- Tisocco, F., & Liporace, M. F. (2025). Procrastination and academic motivation among students before and during the Covid-19 pandemic. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 22(1). <https://doi.org/10.53761/5d235491>
- Triyono, T., & Ekhsan Rifai, M. (2018). *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam mengatasi Prokrastinasi Akademik*. Sindunata.
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Prokastinasi akademik siswa SMA (Dampak psikologis dan solusi pemecahannya dalam perspektif psikologi pendidikan islam). *Jurnal Al Qalam*, 19(2), 58–74.
- Uno, H. B. (2023). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan*. Bumi Aksara. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1OqoEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pdf+Uno,+H.+B.+\(2023\).+Teori+motivasi+dan+pengukurannya:+Analisis+di+bidang+pendidikan.+Bumi+Aksara&ots=JQiZb5g4EM&sig=wacGuYk5hFeTz0119-PWqVaVO7U&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1OqoEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pdf+Uno,+H.+B.+(2023).+Teori+motivasi+dan+pengukurannya:+Analisis+di+bidang+pendidikan.+Bumi+Aksara&ots=JQiZb5g4EM&sig=wacGuYk5hFeTz0119-PWqVaVO7U&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Wessel, J., Bradley, G. L., & Hood, M. (2021). A Low-Intensity, High-Frequency Intervention to Reduce Procrastination. *Applied Psychology*, 70(4), 1669–1690. <https://doi.org/10.1111/apps.12293>
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). Uji persyaratan analisis. In T. Fiktorius (Ed.), *PENGARUH PENGGUNAAN PASTA LABU KUNING (Cucurbita Moschata) UNTUK SUBSTITUSI TEPUNG TERIGU DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG ANGKAK DALAM PEMBUATAN MIE KERING* (Vol. 15, Issue 1). Klik Media. <https://core.ac.uk/download/pdf/196255896.pdf>
- Wulandari, A. E., Matulesy, A., & Suhadianto. (2023). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktivis: Bagaimana peranan manajemen waktu dan motivasi belajar? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 722.
- Xu, J. (2025). Studies in Educational Evaluation Longitudinal relations among perceived autonomy support, time management, completion, and achievement. *Studies in Educational Evaluation*, 85(February), 101454. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2025.101454>
- Yanafri, P. (2019). PENGARUH MOTIVASI BERPRESTASI DAN DISIPLIN KERJA DENGAN KINERJA PEGAWAI BAGIAN BIRO ADMINISTRASI UMUM UNIVERSITAS SARJANAWIYATA TAMANSISWA. *Jurnal Ekobis Dewantara*, 1(2), 33–38.
- Yusuf, A. M. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). Kencana Prenada

Media. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

- Zacks, S., & Hen, M. (2018). (2018). Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature. *Journal of Prevention and Intervention in the Community*, 46(2), 117–130. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198154>
- Zebua, E. K., & Santosa, M. (2023). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Meningkatkan Kualitas Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.