
**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA SKRIPSI DAN BEKERJA PART-
TIME DI UKSW**

Yesa Marcel Saragih¹, Heru Astikasari Setya Murti²
yesamarcel04@gmail.com¹, heru.astikasari@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja part-time. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, Partisipan berjumlah 251 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan *Time Management Questionnaire* (Britton & Tesser, 1991) dan *Tuckman Procrastination Scale* (Tuckman, 1991). Hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman Rho menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik ($r = -0,311$; $p < 0,05$). Artinya, semakin baik kemampuan manajemen waktu mahasiswa, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Temuan ini menegaskan pentingnya keterampilan manajemen waktu dalam membantu mahasiswa menyelesaikan skripsi secara efektif, terutama bagi mereka yang menghadapi beban ganda antara studi dan pekerjaan *part-time*.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa Tingkat Akhir, *Part-Time*.

Abstract

This study aims to examine the relationship between time management and academic procrastination among final-year students at Satya Wacana Christian University who are writing their theses while working part-time. The research employed a quantitative approach with a correlational design. Participants consisted of 251 students selected through purposive sampling. The instruments used were the Time Management Questionnaire (Britton & Tesser, 1991) and the Tuckman Procrastination Scale (Tuckman, 1991). Data analysis using the Spearman Rho correlation test revealed a significant negative relationship between time management and academic procrastination ($r = -0.311$; $p < 0.05$). This indicates that students with better time management skills tend to have lower levels of academic procrastination. The findings highlight the importance of developing effective time management abilities to support students in completing their theses successfully, especially for those balancing both academic and part-time work responsibilities.

Keywords: Time Management, Academic Procrastination, Final-Year Students, *Part-Time*.

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menimba ilmu, mencari jati diri, serta mengembangkan kemampuan dan potensi diri yang dimilikinya selama studi di perguruan tinggi. Menurut Takwin (2008), mahasiswa adalah seseorang yang sedang belajar dan terdaftar di institusi Pendidikan tinggi, baik universitas, institute, maupun akademik, dengan tujuan memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui proses pembelajaran. Maka dari itu, mahasiswa sejatinya adalah individu yang sedang berkembang menuju kedewasaan intelektual dan profesional dengan bantuan arahan dari dosen maupun lingkungan akademik.

Pengetahuan merupakan elemen penting dalam membentuk sumber daya manusia yang unggul, baik melalui pendidikan formal maupun nonformal (Irianto, 2024). Dalam kehidupan masyarakat, pengetahuan menjadi kebutuhan mendasar yang membantu individu berkembang dan berkontribusi bagi bangsa dan negara. Perguruan tinggi berperan sebagai institusi pendidikan yang bertugas mencetak tenaga profesional yang tangguh dan inovatif, dengan bekal ilmu serta keterampilan yang diperoleh selama proses pembelajaran (Damri *et al.*, 2017). mahasiswa program sarjana ditargetkan untuk menuntaskan studinya dalam jangka waktu empat tahun. Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang gagal menyelesaikan studi sesuai waktu yang ditentukan (Burhani & Kumaidi, 2016). Salah satu faktor penting yang mempengaruhi keterlambatan tersebut adalah proses penyelesaian skripsi, yang menjadi syarat utama kelulusan mahasiswa.

Menyelesaikan skripsi merupakan salah satu persyaratan utama bagi mahasiswa untuk dapat lulus dari perguruan tinggi. Wirartha (dalam Bangun & Sovranita, 2022) menyatakan bahwa skripsi adalah bentuk karya tulis ilmiah yang merefleksikan kemampuan akademik mahasiswa dalam melakukan penelitian sesuai dengan bidang keilmuannya. Penyusunan skripsi tidak hanya menuntut pemahaman akademik, tetapi juga keterampilan dalam mengelola waktu, tanggung jawab, dan aspek kehidupan lainnya agar proses penyelesaian dapat berjalan sesuai dengan target waktu yang ditetapkan. Pengetahuan merupakan elemen penting dalam membentuk sumber daya manusia unggul, baik melalui Pendidikan formal maupun non formal (Irianto, 2024). Dalam konteks ini, perguruan tinggi berperan dalam mencetak lulusan profesional dan inovatif. Sayangnya, realitas di lapangan tidak seideal teori. Data menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang gagal menyelesaikan studi tepat waktu (Burhani & Kumaidi, 2016).

Salah satu faktor penyebab utama keterlambatan studi mahasiswa adalah Prokrastinasi akademik merupakan salah satu kendala yang dapat menghambat proses pembelajaran serta pencapaian akademik mahasiswa secara optimal. Kebiasaan menunda pekerjaan, atau prokrastinasi, merupakan fenomena umum yang sering dialami oleh mahasiswa (Yuliza *et al.*, 2022). Secara khusus, perilaku menunda penyelesaian tugas yang berkaitan dengan aktivitas perkuliahan dikenal sebagai prokrastinasi akademik (Ferrari *et al.*, 1995). Sandra (2013) menjelaskan bahwa tindakan ini sering kali timbul karena adanya ketidaknyamanan terhadap tugas yang diberikan dan ketakutan akan kegagalan dalam menyelesaikannya. Sementara itu, menurut Triyono dan Khairi (2018), mahasiswa yang cenderung menunda pengerjaan tugas termasuk dalam kategori prokrastinator, yaitu individu yang memiliki kebiasaan memberikan respons lambat dalam menyelesaikan kewajiban akademik. Tuckman (1991) prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda pengerjaan tugas-tugas akademik secara sengaja, meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat membawa konsekuensi negatif. Prokrastinasi mencerminkan kesulitan mahasiswa dalam mengatur waktu, kecenderungan menghindari tugas yang dianggap sulit, serta rendahnya motivasi untuk segera menyelesaikan pekerjaan yang sudah direncanakan (Stell, 2007).

Fenomena Prokrastinasi kerap sekali terjadi di dalam dunia Pendidikan, penelitian menurut Irianto (2024) mengungkapkan bahwa sebanyak 88,9% mahasiswa memiliki kecenderungan untuk menunda pekerjaan, dan hampir 50% dari mereka mengaku sering atau bahkan selalu menunda penyelesaian tugas akademik. Sebanyak 65,2% mahasiswa juga terbiasa mengerjakan tugas menjelang tenggat waktu, sedangkan 60,5% pernah terlambat dalam mengumpulkan tugas. Selain itu, 56,5% dari responden mengaku mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, yang menjadi ciri khas dari mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi tinggi. Perilaku prokrastinasi yang dilakukan secara berulang dapat berdampak negatif pada berbagai aspek kehidupan mahasiswa, terutama dalam bidang akademik. Kalimat-kalimat seperti “kerjakan besok saja” atau “nanti saja” menjadi pola pikir umum yang menandai prokrastinasi. Jika tidak dikendalikan, kebiasaan ini akan terus terulang dan menyebabkan tugas-tugas akademik tertunda. Oleh karena itu, kemampuan untuk mengelola waktu dengan baik menjadi sangat penting agar mahasiswa dapat menyelesaikan tanggung jawabnya secara tepat waktu dan efektif.

Berdasarkan fenomena yang terjadi lama durasi penyusunan skripsi umumnya disebabkan oleh beberapa faktor, seperti lemahnya kemampuan dalam mengatur waktu, kebiasaan menunda-nunda, kesulitan dalam mencari sumber Pustaka, kurangnya kemampuan menulis karya ilmiah, minimnya intensitas pertemuan dengan dosen pembimbing, serta adanya distraksi dari aktivitas lain seperti bermain game, *part-time*. mahasiswa *part-time* umumnya harus membagi waktu antara pekerjaan dan kewajiban akademik. dalam banyak kasus, jam kerja *part-time* berlangsung di luar jam kuliah namun tetap menyita energi dan fokus mahasiswa. kondisi ini berpotensi mengganggu efektivitas pengelolaan waktu, karena mahasiswa harus mengalokasikan waktu untuk pekerjaan, istirahat, dan tugas akademik secara bersamaan. Menurut Yuliza *et al* (2022), mahasiswa yang bekerja *part-time* menunjukkan kecenderungan lebih terhadap stres dan kelelahan akademik, yang pada akhirnya mendorong perilaku menunda pengerjaan tugas, termasuk skripsi.

Salah satu penyebab utama terjadinya prokrastinasi akademik adalah lemahnya kemampuan manajemen waktu. Menurut Macan *et al.* (1990), manajemen waktu mencakup kemampuan untuk mengatur diri dalam menggunakan waktu secara efisien melalui perencanaan, penjadwalan, pengaturan prioritas, serta kontrol terhadap aktivitas yang dilakukan. Manajemen waktu yang baik juga mencerminkan perilaku yang terorganisir, seperti memiliki tempat kerja yang rapi dan menyelesaikan tugas tanpa penundaan. Menurut Britton dan Tesser (1991) prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas-tugas akademik secara sadar, yang disebabkan oleh lemahnya kemampuan dalam mengelola waktu dan Menyusun perencanaan, sehingga menghambat pencapaian tujuan belajar secara optimal. Ketika seseorang terus-menerus menunda belajar atau mengerjakan tugas, hal ini mencerminkan kurangnya kesiapan dalam memanfaatkan waktu yang tersedia (Mediastuti & Nurhadiani, 2022). Sebaliknya, waktu yang tidak dikelola dengan baik justru memicu keterlambatan dalam menyelesaikan berbagai aktivitas dan tanggung jawab akademik. Kondisi ini menjadi lebih kompleks pada mahasiswa yang bekerja *part-time* yang menyita waktu dan energi berpotensi mengurangi efektivitas manajemen waktu, sehingga meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik. Menurut Taylor (1991), manajemen waktu merupakan suatu proses dalam mencapai tujuan utama kehidupan dengan cara menghindari aktivitas-aktivitas yang kurang produktif dan menyita banyak waktu. Hal ini sejalan dengan pendapat Marlina (2015), yang menjelaskan bahwa pengelolaan waktu, serta mengoptimalkan pengurangan tugas-tugas yang tidak berguna dan cenderung menyita waktu, serta mengoptimalkan penggunaan sumber daya seperti uang, peralatan, bahan, dan metode tertentu secara efektif dan efisien guna mencapai satu atau beberapa tujuan dalam

jangka waktu yang telah ditetapkan.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kemampuan dalam mengelola waktu secara efektif berperan dalam menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Studi oleh Khotimah *et al.* (2022) mengungkapkan adanya korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dan kecenderungan menunda tugas akademik pada mahasiswa keperawatan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Dayantri dan Netrawati (2023), yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan manajemen waktu rendah cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih tinggi. Penelitian oleh Mappangandro (2022) turut memperkuat bukti adanya hubungan yang bermakna antara keterampilan manajemen waktu dengan perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Bangun dan Sovranita (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda penyelesaian tugas akademik, khususnya dalam proses penulisan skripsi. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wibowo (2018) dan Rindah Amalea (2022) telah membuktikan adanya hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Namun, kedua penelitian tersebut belum secara khusus mengkaji mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, yaitu kelompok yang menghadapi tekanan dan tantangan akademik yang lebih kompleks dan spesifik. Penelitian Afra, Kholili, dan Surur (2022) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *self-efficacy*, semakin rendah kecenderungan siswa untuk menunda tugas akademik.

Selain itu, temuan dari Rahayu *et al.* (2023) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa prodi DIII Kebidanan di Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri ($p = 0,911$), yang menunjukkan inkonsistensi hasil penelitian. Penelitian oleh Wahyuni dan Machali (2021) juga menemukan bahwa meskipun terdapat korelasi negatif antara manajemen waktu dan prokrastinasi ($r = -0,296$), manajemen waktu dan efikasi diri tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi ($p = 0,063$). Inkonsistensi ini menunjukkan bahwa hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik masih perlu diteliti lebih lanjut dalam konteks yang berbeda.

Namun demikian, mayoritas penelitian tersebut belum secara khusus meneliti kelompok mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi dan bekerja *part-time* secara bersamaan. Padahal, mahasiswa yang bekerja *part-time* menghadapi beban ganda, yaitu tanggung jawab akademik dan pekerjaan, yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam mengelola waktu dan kecenderungan untuk menunda tugas. Penelitian oleh Wibowo (2018) dan Rindah Amalea (2022) belum mempertimbangkan faktor beban kerja tambahan sebagai variabel yang relevan. Sementara itu, penelitian oleh Bangun dan Sovranita (2022) memang menyoroti mahasiswa menyusun skripsi, tetapi belum mengangkat konteks pekerjaan *part-time* sebagai distraksi signifikan yang berpotensi memicu prokrastinasi. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki novelty dengan fokus pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja *part-time*, sebuah konteks yang masih jarang dikaji tetapi sangat relevan dengan kondisi nyata di lapangan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Dan Bekerja *Part-Time*”. Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman tentang bagaimana pentingnya manajemen waktu dalam mencegah penundaan dalam menyelesaikan skripsi.

METODE

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain atau strategi korelasional, yang bertujuan untuk menentukan adanya hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan bekerja part-time.

HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian

Berkaitan proses pengambilan data, peneliti terlebih dahulu menyampaikan surat izin penelitian kepada pihak program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana sebagai institusi tempat penelitian dilakukan. Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa tingkat akhir UKSW yang sedang Menyusun skripsi dan bekerja *part-time*. Pemilihan keompok partisipan ini didasarkan pada kesesuaian dengan fokus utama penelitian, yaitu hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menghadapi beban ganda, yakni penyelesaian skripsi sekaligus pekerjaan part-time.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dalam bentuk *Google Form*. Kuisoner tersebut memuat dua skala peneletian, yaitu *Time Management Questionnaire* (TMQ) yang dikembangkan oleh Britton dan Tesser (1991) untuk mengukur manajemen waktu, serta Tuckman *Procrastination Scale* (TPS) yang dikembangkan oleh Tuckman (1991) untuk mengukur prokrastinasi akademik. Proses penyebaran link berlangsung pada tanggal 11 Juli 2025 link kuisoner disebarkan kepada mahasiswa tingkat akhir yang memenuhi kriteria penelitian melalui, Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuisoner secara online yaitu dalam bentuk *google form* dan disebarkan *WhatsApp* seperti grup komunikasi mahasiswa dan kontak personal yang relevan dengan kriteria sampel. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS untuk mengetahui hubungan antara variable-variabel yang diteliti.

B. Partisipan Penelitian

Tabel 1

Data Demografi		Frekuensi	Presentase (%)
Angkatan	2020	18	7,17%
	2021	54	21,51
	2022	179	%
	Jumlah	251	71,32
			%
			100%

Berdasarkan hasil pengambilan data yang telah dilakukan, terdapat total responden sebanyak 251 partisipan. Data demografi para partisipan, yaitu angkatan mahasiswa. Berikut tabel uraian data demografi partisipan pada penelitian ini.

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Statistik Deskriptif

Tabel 2 Kelompok Interval Manajemen Waktu

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Manajemen Waktu	18	71	47,3267	13,56956
Prokrastinasi	19	60	35,3426	10,58726

Hasil dari data statistik deskriptif pada Tabel 2 menunjukkan bahwa partisipan sebanyak 251 mahasiswa, memiliki skor variabel Manajemen waktu bergerak dari nilai

minimum 18 sampai dengan nilai maksimum 71 dengan rata-rata , dan standar deviasi 47,3267. Sedangkan skor Prokrastinasi akademik bergerak dari nilai minimum 19 sampai dengan nilai maksimum 60 dengan rata-rata 35,3426 dan standar deviasi 10,58726. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa kecenderungan prokrastinasi akademik responden berada pada kategori sedang hingga relatif tinggi, serta memperlihatkan keragaman tingkat prokrastinasi antar responden. Setelah sudah diketahui nilai deskriptif, maka dilakukan analisis kategorisasi dari kedua variabel yang diteliti.

Tabel 3 Kelompok Interval Manajemen Waktu

Interval	Kategori	F	Persentase (%)
$18 \leq x \leq 40$	Rendah	89	35.46
$41 \leq x \leq 54$	Sedang	81	32.27
$55 \leq x \leq 71$	Tinggi	81	32.27
TOTAL		251	100
Min = 18; Max = 71; Mean = 47.33; SD = 13.57			

Pada tabel 3 menunjukkan pembagian kelompok interval berdasarkan hasil olah data pada variabel manajemen waktu Data menunjukkan bahwa sebagian besar nilai berada pada kategori rendah 18–40 dengan frekuensi 89 orang 35,46%, sedangkan kategori sedang 41–54 dan tinggi 55–71 masing-masing memiliki 81 orang 32,27%. Nilai rata-rata adalah 47,33 yang berada pada kategori sedang, dengan nilai minimum 18, maksimum 71, dan standar deviasi 13,57 yang menunjukkan variasi data cukup besar.

Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum, mahasiswa berada pada tingkat kemampuan manajemen waktu yang cukup baik, meskipun masih terdapat sebagian besar responden yang memiliki kemampuan manajemen waktu pada tingkat rendah. Proporsi yang hampir seimbang antara kategori sedang dan tinggi masing-masing 32,27% menandakan adanya kelompok mahasiswa yang sudah memiliki strategi pengelolaan waktu yang efektif, namun belum merata di seluruh populasi responden. Standar deviasi yang cukup besar 13,57 menandakan variasi kemampuan manajemen waktu antar responden cukup tinggi. Hal ini berarti, ada perbedaan yang signifikan antara mahasiswa yang mampu mengatur waktu dengan baik dan mahasiswa yang masih mengalami kesulitan dalam hal tersebut.

Tabel 4. Kelompok Interval Prokrastinasi

Interval	Kategori	F	Persentase (%)
$19 \leq x \leq 31$	Rendah	93	37.05
$32 \leq x \leq 38$	Sedang	83	33.07
$39 \leq x \leq 60$	Tinggi	75	29.88
TOTAL		251	100
Min = 19; Max = 60; Mean = 35.34; SD = 10.59			

Data menunjukkan bahwa nilai terbanyak berada pada kategori rendah 19–31 yaitu 93 orang 37,05%, diikuti kategori sedang 32–38 sebanyak 83 orang 33,07%, dan tinggi 39–60 sebanyak 75 orang 29,88%. Nilai rata-rata adalah 35,34 yang masuk kategori sedang, dengan nilai minimum 19, maksimum 60, dan standar deviasi 10,59 yang menandakan penyebaran data cukup besar antar responden.

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik pada tingkat sedang, di mana mereka masih kerap menunda penyelesaian tugas, termasuk pengerjaan skripsi, meskipun tidak sampai pada tingkat ekstrem. Adanya proporsi cukup besar 37,05% dalam kategori rendah juga menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa sudah mulai memiliki kesadaran dan tanggung jawab akademik yang baik.

2. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Tabel 5 Hasil Uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

	Statistic	Sig.	Keterangan
<i>Manajemen Waktu</i>	0.053	0.080	Normal
<i>Prokrastinasi Akademik</i>	0.055	0.065	Normal

Uji normalitas penelitian ini menggunakan uji One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Dasar pengambilan keputusan pada uji normalitas yaitu apabila signifikan > 0.05 maka nilai residual berdistribusi normal, sedangkan jika signifikan $< 0,05$ nilai residual tidak berdistribusi normal. Dengan demikian dapat disimpulkan data berdistribusi normal dengan signifikan variabel X $0,080 > 0,05$ dan Variabel Y $0.65 > 0,05$.

b) Uji linearitas

Tabel 6 Hasil Uji Linearitas dengan Uji *ANOVA*

	F	Sig.	Keterangan
<i>Deviation from Linearity</i>	1.094	0.349	Linear

Berdasarkan data penelitian yang telah didapatkan, dilakukan uji linearitas. Dasar pengambilan keputusan pada uji linearitas yaitu apabila signifikan deviation from linearity $> 0,05$ maka variabel X dan Y memiliki hubungan yang linear sedangkan jika signifikansi deviation from linearity $< 0,05$ maka variabel X dan Y memiliki hubungan yang tidak linear. Dengan demikian dapat disimpulkan variabel X dan Y memiliki hubungan yang linear dengan signifikan $0,349 > 0,05$.

3. Uji Hipotesis

Tabel 7 Hasil Uji Korelasi dengan Uji *Spearman Rho*

	Correlation Coefficient	Sig.	Keterangan
Variabel X-Y	-0.311	0.000	Hubungan signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi pearson, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,311$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada 251 responden artinya, semakin baik manajemen waktu yang dimiliki seseorang, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Kekuatan hubungan berada pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu berperan dalam memengaruhi prokrastinasi akademik, meskipun bukan satu-satunya faktor penentu.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi dan bekerja part-time di Universitas Kristen Satya Wacana. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rho, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,311$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan memanfaatkan waktu, maka semakin rendah

tingkat kecenderungan mereka untuk menunda tugas akademik, terutama dalam proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, semakin buruk kemampuan manajemen waktu yang dimiliki, maka semakin tinggi pula kecenderungan prokrastinasi akademik yang dilakukan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari Bangun dan Sovranita (2022) yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan baik lebih cenderung memiliki perencanaan akademik yang jelas dan mampu memprioritaskan tanggung jawabnya secara efektif. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang mampu mengatur waktu cenderung menunda tugas karena kesulitan dalam menentukan prioritas atau mengatur jadwal secara konsisten.

Selain itu, hasil penelitian ini juga diperkuat oleh Dayantri dan Netrawati (2023) serta Mappangandro (2022) yang menemukan bahwa mahasiswa dengan kemampuan manajemen waktu rendah memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Kondisi ini terjadi karena pengelolaan waktu yang tidak terarah dapat menimbulkan perasaan tertekan, kehilangan fokus, dan kurangnya rasa tanggung jawab terhadap tugas akademik. Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir yang bekerja part-time, hal ini menjadi lebih kompleks karena mereka harus membagi waktu antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan. Tekanan dari kedua sisi dapat menyebabkan munculnya perilaku menunda, terutama jika mahasiswa tidak memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik.

Fenomena ini dapat dijelaskan lebih lanjut melalui teori Macan et al. (1990) yang menyebutkan bahwa manajemen waktu mencakup kemampuan dalam perencanaan, penjadwalan, pengaturan prioritas, serta kontrol terhadap aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Mahasiswa yang memiliki keterampilan tersebut akan lebih mampu menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik dan pekerjaan, sehingga dapat menghindari perilaku prokrastinasi. Sebaliknya, mahasiswa dengan manajemen waktu yang lemah akan kesulitan mengendalikan diri dan cenderung menunda pekerjaan, terutama ketika dihadapkan pada tugas-tugas yang dianggap sulit atau membosankan.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan Khotimah et al. (2022) yang menyatakan bahwa semakin tinggi kemampuan seseorang dalam mengatur waktu, maka semakin rendah pula tingkat penundaannya terhadap tugas-tugas akademik. Mahasiswa dengan kemampuan manajemen waktu tinggi biasanya memiliki jadwal kegiatan yang terencana, mampu mengalokasikan waktu untuk belajar dan beristirahat secara seimbang, serta menghindari distraksi yang dapat mengganggu fokus mereka.

Dalam konteks penelitian ini, mayoritas responden merupakan mahasiswa angkatan 2022 (71,32%) yang relatif baru memasuki tahap penyusunan skripsi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan masih berada dalam fase penyesuaian terhadap tuntutan akademik tingkat akhir. Hasil kategorisasi data juga memperlihatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat manajemen waktu yang rendah (35,46%) dan tingkat prokrastinasi akademik yang berada pada kategori sedang (33,07%). Temuan ini memperkuat gambaran bahwa meskipun mahasiswa sudah memahami pentingnya pengelolaan waktu, penerapan strategi manajemen waktu yang efektif belum sepenuhnya konsisten dilakukan dalam keseharian mereka.

Dengan demikian, hasil penelitian ini membuktikan bahwa kemampuan manajemen waktu merupakan salah satu faktor penting yang dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mampu merencanakan aktivitasnya dengan baik, menetapkan prioritas, serta mengontrol penggunaan waktu secara efisien akan lebih mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, termasuk dalam proses penyusunan skripsi. Sebaliknya, lemahnya kemampuan manajemen waktu dapat menimbulkan kebiasaan menunda yang berulang, menghambat penyelesaian studi, dan berpotensi menimbulkan stres akademik. Oleh karena itu, pelatihan dan pembiasaan dalam manajemen waktu menjadi hal penting bagi mahasiswa tingkat akhir, terutama bagi mereka yang harus membagi peran sebagai mahasiswa dan pekerja part-time.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Kristen Satya Wacana yang sedang Menyusun skripsi dan bekerja part-time. Nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,311$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan manajemen waktu yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya, dan sebaliknya.

Hasil ini memperkuat pandangan bahwa kemampuan manajemen waktu berperan penting dalam membantu mahasiswa mengatasi kecenderungan menunda pekerjaan akademik, khususnya dalam proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang mampu merencanakan, menjadwalkan, dan mengatur prioritas waktu secara efektif lebih cenderung menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan terhindar dari perilaku menunda.

Penelitian ini menegaskan bahwa penguasaan keterampilan manajemen waktu merupakan salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan akademik mahasiswa tingkat akhir, terutama bagi mereka yang menghadapi beban ganda antara tanggung jawab kuliah dan pekerjaan part-time.

Saran

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa, khususnya yang sedang Menyusun skripsi sambil bekerja part-time, dapat mengembangkan keterampilan manajemen waktu dengan cara membuat jadwal kegiatan harian, menentukan prioritas tugas, serta menghindari aktivitas yang tidak produktif. Dengan pengelolaan waktu yang baik, mahasiswa dapat menekan kecenderungan prokrastinasi dan meningkatkan efektivitas dalam menyelesaikan skripsi.

2. Bagi Dosen dan Pihak Kampus

Dosen diharapkan lebih fleksibel dan empatik terhadap mahasiswa yang bekerja sambil Menyusun skripsi. Kampus juga disarankan menyediakan pelatihan manajemen waktu serta dukungan seperti konsultasi daring dan layanan konseling agar mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi dengan efektif.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian berikutnya disarankan untuk memperluas variabel yang diteliti, misalnya dengan menambahkan faktor self-regulation, motivasi belajar, atau dukungan sosial, agar hasilnya memberikan gambaran yang lebih menyeluruh tentang faktor-faktor yang memengaruhi

prokrastinasi akademik. Selain itu, pendekatan kualitatif juga dapat digunakan untuk menggali pengalaman mahasiswa secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afra, M. S., Kholili, M. I., & Surur, N. (2022). Hubungan antara self-efficacy dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 6(2), 83–91. Alfabeta, Bandung. <https://doi.org/10.20961/jpk.v6i2.66580>
- Amalea, R., & Wisma, N. (2022). Hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sriwijaya [Tugas akhir Sarjana, Universitas Sriwijaya]. Repository Universitas Sriwijaya.
- Azwar, S. (2011). Sikap dan perilaku dalam: Sikap manusia teori dan pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2021). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Ahmad Rohani dan Abu Ahmadi.
- Bangun, M. F. A., & Sovranita, D. (2022). Hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(22), 575–582. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7388684>
- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3), 405–410. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0663.83.3.405>
- Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). Pemaknaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/45507>
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74–95.
- Dayantri, S., & Netrawati, N. (2023). Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 21137–21143. <https://doi.org/10.24036/0438cic>
- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). Deskripsi masalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Kopasta*, 3(1), 40–45. [PDF]. <https://doi.org/10.33373/kop.v3i1.265>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. Springer Science & Business Media.
- Isaac, S., & Michael, W. B. (1995). Handbook in research and evaluation: A collection of principles, methods, and strategies useful in the planning, design, and evaluation of studies in education and the behavioral sciences. Edits publishers.
- Lay, C. H., & Schouwenburg, H. C. (1993). Trait procrastination, time management, and academic behavior. *Journal of Social Behavior & Personality*, 8(4), 647–662.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90–98. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381–391. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.79.3.381>
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760–768. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.760>
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760–768. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0663.82.4.760>
- Marlina, M. (2015). Pengembangan paket manajemen waktu untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMA. *Jurnal BK UNESA*, 5(3).
- Marsela, M. & Irianto, A. (2024). Pengaruh motivasi belajar, manajemen waktu, dan self-efficacy terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa departemen pendidikan ekonomi universitas negeri padang. *Jurnal pendidikan tambusai*, 8(1), 9251–9259.
- McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The development and validation of the Academic

- Procrastination Scale. [Manuscript]. ResearchGate.
- Mediastuti, R., & Nurhadianti, R. D. D. (2022). Hubungan manajemen waktu dan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMAN 4 Bekasi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 6(2), 31–39.
- Priharnadi, A., Samsualam, & Mappangandro, A. (2022). Hubungan manajemen waktu dengan kebiasaan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa keperawatan. *Window of Nursing Journal*, 3(2), 123–131. <https://doi.org/10.33096/won.v3i2.93>
- Rahayu, R. P., Putri, A. R. S., & Putri, M. (2024). Hubungan Kecemasan dan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Indo Green Journal*, 2(1), 10-14. <https://doi.org/10.31004/green.v2i1.33>
- Sandra, K. I. (2013). Manajemen waktu, efikasi-diri dan prokrastinasi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3).
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sosialita, A. N. N., Gismin, S. S., & Hayati, S. (2021). Emotional exhaustion terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2). [PDF]. <https://doi.org/10.56326/jpk.v1i2.1236>
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. Penerbit
- Takwin, B. (2008). Menjadi mahasiswa. Bagustakwin [http://www.landasanteori.com/2015/09/pengertian-mahasiswa-definisi menurut.html](http://www.landasanteori.com/2015/09/pengertian-mahasiswa-definisi%20menurut.html) (Diakses pada tanggal 28 November 2016).
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Prokrastinasi akademik siswa sma (dampak psikologis dan solusi pemecahannya dalam perspektif psikologi pendidikan islam). *Al Qalam*, 19(2), 58– 74.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473–480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512003>
- Wahyuni, N. T., & Machali, I. (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), 139-149. <https://doi.org/10.14421/hjie.2021.12-02>
- Wibowo, D. V. R. (2018). Hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi [Skripsi, Universitas Medan Area]. Repository Universitas Medan Area. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7388684>
- Yuliza, E., Izzah, L., Kurniawan, W., & Adewila Putri, L. (2022). Pengaruh manajemen waktu dan efikasi diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pekerja tingkat akhir STAI Diniyah Pekanbaru. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan*, 19(2), 354–370. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v19i2.580>.