

PENGARUH MANAJEMEN WAKTU, EFIKASI DIRI, DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PENYELESAIAN MASA STUDI MAHASISWA UNIVERSITAS BANGKA BELITUNG

Denisse Rivahayu¹, Reniati², Ary Fakturrachman Aryansyah³

denisserivahayu0710@gmail.com¹, r3ni4ti@gmail.com², aryfakturrachman@ubb.ac.id³

Universitas Bangka Belitung

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik yang berdampak pada keterlambatan penyelesaian masa studi mahasiswa. Fenomena ini masih banyak terjadi pada mahasiswa Universitas Bangka Belitung, yang ditunjukkan oleh tingginya jumlah mahasiswa yang tidak menyelesaikan studi tepat waktu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu, efikasi diri, dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik dalam penyelesaian masa studi mahasiswa Universitas Bangka Belitung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Populasi penelitian adalah mahasiswa Universitas Bangka Belitung angkatan 2019–2021 yang telah menempuh masa studi lebih dari delapan semester, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner dan dianalisis menggunakan Partial Least Square–Structural Equation Modeling (PLS-SEM). Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu dan efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, yang berarti semakin baik manajemen waktu dan semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin rendah. Sementara itu, motivasi belajar berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu dan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri memiliki peran penting dalam menekan perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak universitas dalam merancang kebijakan dan program pendampingan akademik guna meningkatkan ketepatan penyelesaian masa studi mahasiswa.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Efikasi Diri, Motivasi Belajar, Prokrastinasi Akademik.

ABSTRACT

Academic procrastination refers to the behavior of delaying the completion of academic tasks, which leads to delays in students' study period completion. This phenomenon remains prevalent among students at Universitas Bangka Belitung, as indicated by the high number of students who do not complete their studies on time. This study aims to analyze the influence of time management, self-efficacy, and learning motivation on academic procrastination in the completion of students' study periods at Universitas Bangka Belitung. This research employed a quantitative approach using a survey method. The research population consisted of Universitas Bangka Belitung students from the 2019–2021 cohorts who had exceeded eight semesters of study, with samples selected through purposive sampling. Data were collected through the distribution of questionnaires and analyzed using Partial Least Square–Structural Equation Modeling (PLS-SEM). The results indicate that time management and self-efficacy have a negative and significant effect on academic procrastination, meaning that better time management and higher levels of self-efficacy are associated with lower levels of academic procrastination. Meanwhile, learning motivation has a positive but not significant effect on academic procrastination. These findings suggest that students' ability to manage time and their confidence in their own abilities play an important role in reducing academic procrastination. This study is expected to provide valuable considerations for universities in formulating policies and academic mentoring programs to improve the timely completion of students' study periods.

Keywords: Time Management, Self-Efficacy, Learning Motivation, Academic Procrastination.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi memiliki peran strategis dalam menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas melalui pengembangan kemampuan akademik, keterampilan, dan karakter mahasiswa. Perguruan tinggi tidak hanya dituntut menghasilkan lulusan yang unggul secara intelektual, tetapi juga mampu menyelesaikan studi secara efektif dan tepat waktu sesuai dengan target masa studi yang ditetapkan. Ketepatan waktu penyelesaian studi menjadi salah satu indikator penting dalam menilai mutu pendidikan tinggi serta berpengaruh terhadap akreditasi institusi (Reniaty, 2014; Reniaty et al., 2023).

Namun demikian, realitas pendidikan tinggi di Indonesia menunjukkan bahwa tingkat kelulusan tepat waktu mahasiswa masih relatif rendah. Data pendidikan tinggi nasional memperlihatkan adanya kesenjangan antara jumlah mahasiswa terdaftar dan jumlah lulusan setiap tahunnya, yang mengindikasikan masih tingginya angka keterlambatan studi dan putus kuliah. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut adalah prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan mahasiswa menunda penyelesaian tugas akademik meskipun menyadari dampak negatif yang ditimbulkan (Tuckman, 2015). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa pernah melakukan prokrastinasi akademik, bahkan menganggapnya sebagai masalah serius dalam proses studinya (Burka & Yuen, 2008; Ellis & Knaus, 1984).

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor internal, di antaranya manajemen waktu, efikasi diri, dan motivasi belajar. Manajemen waktu yang buruk menyebabkan mahasiswa kesulitan menetapkan prioritas dan mengalokasikan waktu secara efektif, sehingga meningkatkan kecenderungan menunda tugas akademik (Aribaş, 2021). Selain itu, rendahnya efikasi diri membuat mahasiswa meragukan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas, yang pada akhirnya mendorong perilaku penundaan (Bandura, 1977; Rochman & Kurniawan, 2018). Motivasi belajar yang rendah juga berkontribusi terhadap meningkatnya prokrastinasi, karena mahasiswa cenderung kurang berkomitmen dan mudah terdistraksi oleh aktivitas non-akademik (Kompri, 2016; Sundaroh et al., 2020).

Fenomena prokrastinasi akademik juga terjadi pada mahasiswa Universitas Bangka Belitung. Data institusional menunjukkan bahwa rata-rata masa studi mahasiswa masih melebihi masa studi ideal empat tahun, dengan proporsi mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu relatif tinggi di beberapa fakultas. Kondisi ini mengindikasikan adanya permasalahan sistemik dalam perilaku akademik mahasiswa yang perlu dikaji secara empiris. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu, efikasi diri, dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik dalam penyelesaian masa studi mahasiswa Universitas Bangka Belitung. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan kajian perilaku akademik mahasiswa serta menjadi dasar bagi perguruan tinggi dalam merumuskan strategi peningkatan ketepatan waktu penyelesaian studi.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu, efikasi diri, dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian dilakukan di Universitas Bangka Belitung dengan populasi penelitian yaitu mahasiswa strata satu yang telah melewati masa studi normal lebih dari delapan semester.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan kriteria mahasiswa yang masih aktif dan mengalami keterlambatan dalam penyelesaian studi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang disebarakan kepada responden. Seluruh item pernyataan diukur menggunakan skala Likert.

Variabel penelitian terdiri atas manajemen waktu, efikasi diri, dan motivasi belajar sebagai variabel independen, serta prokrastinasi akademik sebagai variabel dependen. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen untuk memastikan kelayakan data. Analisis data dilakukan menggunakan metode Partial Least Squares–Structural Equation Modeling (PLS-SEM) untuk menguji hubungan antarvariabel dan tingkat signifikansinya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa Universitas Bangka Belitung didapatkan sebanyak 100 orang responden dari penyebaran kuisioner. Hasil penelitian semua responden didapatkan sesuai dengan kriteria yang mencakup dalam penelitian ini. Berikut dipaparkan hasil deskriptif yang menggambarkan responden.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Jenis Pengukuran	Keterangan	Hasil
Jenis Kelamin	Perempuan	46%
	Laki-laki	54%
	Sains & Teknik	24%
Fakultas	Pertanian, Perikanan, dan Kelautan	27%
	Ekonomi dan Bisnis	21%
	Ilmu Sosial dan Politik	15%
	Hukum	13%
	2019	12%
Tahun Angkatan	2020	31%
	2021	57%
	15-20	0%
Usia	21-25	100%

Uji Validitas

Uji validitas konvergen ini dapat diketahui dari nilai loading factor untuk setiap indikator variabel. Indikator variabel dianggap valid apabila nilai korelasi di atas 0.7 akan tetapi untuk nilai loading factor sekitar 0.5 sampai 0.6 dianggap cukup dan masih dapat diterima sehingga dianggap memenuhi validitas konvergen.

Tabel 2. Hasil Analisis Average Variance Extract (AVE)

Instrument	Cronbach's alpha	Composite reliability (rho_a)	Composite reliability (rho_c)	Average variance extracted (AVE)
X1. Manajemen Waktu	0.948	0.949	0.956	0.732
X2. Efikasi Diri	0.919	0.929	0.937	0.713
X3. Motivasi Belajar	0.944	0.946	0.955	0.781
Y. Prokrastinasi Akademik	0.970	0.972	0.974	0.756

Sumber : SmartPLS 4, 2025

Dari data yang diperoleh diatas dapat dilihat bahwa setiap variabel telah menunjukkan tingkat akurasi dan konsistensi yang memadai, sehingga dapat dianggap reliable.



Gambar 1. Diagram Jalur
Sumber : SmartPLS 4, 2025

Uji Validitas Diskriminan

Syarat dari uji validitas diskriminan adalah setiap indikator yang mengukur konstruk harus mempunyai korelasi yang lebih tinggi dengan konstruk tersebut dibandingkan konstruk lainnya (Ghozali,2021).

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Diskriminan

Indikator	MW	ED	MB	PA
MW1	0.864	0.696	0.669	0.777
MW2	0.842	0.662	0.625	0.707
MW3	0.879	0.751	0.676	0.758
MW4	0.876	0.748	0.690	0.721
MW5	0.869	0.735	0.647	0.740
MW6	0.812	0.685	0.556	0.638
MW7	0.839	0.796	0.755	0.787
MW8	0.863	0.729	0.654	0.702
ED1	0.803	0.854	0.721	0.779
ED2	0.733	0.845	0.816	0.677
ED3	0.733	0.882	0.814	0.691
ED4	0.783	0.865	0.740	0.813
ED5	0.533	0.763	0.739	0.520
ED6	0.661	0.849	0.810	0.659
MB1	0.700	0.847	0.907	0.700
MB2	0.695	0.817	0.900	0.699
MB3	0.701	0.797	0.864	0.655
MB4	0.736	0.822	0.897	0.666
MB5	0.643	0.792	0.895	0.687
MB6	0.619	0.751	0.837	0.570
PA1	0.790	0.764	0.725	0.873
PA2	0.705	0.654	0.536	0.805
PA3	0.807	0.801	0.748	0.914
PA4	0.773	0.721	0.657	0.874
PA5	0.659	0.620	0.571	0.817
PA6	0.707	0.691	0.658	0.865
PA7	0.702	0.736	0.660	0.874
PA8	0.729	0.724	0.638	0.886
PA9	0.763	0.709	0.649	0.886
PA10	0.787	0.739	0.693	0.910
PA11	0.729	0.730	0.647	0.853

PA12	0.745	0.741	0.644	0.868
------	-------	-------	-------	-------

Sumber : SmartPLS 4, 2025

Selanjutnya, berikut hasil dari HTMT.

Tabel 4. Discriminant Validity - Heterotrait - Monotrait Ratio (HTMT)

	Efikasi Diri	Manajemen Waktu	Motivasi Belajar	Prokrastinasi Akademik
Efikasi Diri				
Manajemen Waktu	0.897			
Motivasi Belajar	0.983	0.814		
Prokrastinasi Akademik	0.864	0.887	0.782	

Uji Reliabilitas

Nilai cronbach's alpha atau composite reliability dikatakan memenuhi syarat dan reliable apabila lebih besar dari 0,7, dari dua output ini cronbach's alpha akan menunjukkan hasil yang lebih rendah sehingga disarankan untuk menggunakan composite reliability.

Tabel 5. Nilai Cronbach's Alpha and Composite Reliability

Instrument	Cronbach's alpha	Composite reliability (rho a)	Composite reliability (rho c)	Status
X1. Manajemen Waktu	0.948	0.949	0.956	Reliabel
X2. Efikasi Diri	0.919	0.929	0.937	Reliabel
X3. Motivasi Belajar	0.944	0.946	0.955	Reliabel
Y.Prokrastinasi Akademik	0.970	0.972	0.974	Reliabel

Sumber : SmartPLS 4, 2025

Dari data yang diperoleh diatas dapat dilihat bahwa setiap variabel telah menunjukkan tingkat akurasi dan konsistensi yang memadai, sehingga dapat dianggap reliable.

Model Struktural Coefficient Determination (R2 Value)

Dalam evaluasi menggunakan koefisien determinasi (R2 Value) dapat diketahui ukuran ketepatan model atau ukuran akurasi prediktif model. Melalui evaluasi ini dapat diketahui bagaimana kemampuan suatu variabel eksogen mempengaruhi variabel endogen yang dalam hal ini digunakan nilai koefisien determinasi dengan klasifikasi R2 yaitu 0.75 dikategorikan memiliki model yang kuat, nilai 0.5 model yang moderat dan 0.25 model yang lemah.

Tabel 6. Hasil Uji R2 Value

Variabel Laten	R Square	R Square Adjusted
Prokrastinasi Akademik	0.769	0.762

Sumber : SmartPLS 4, 2025

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa nilai R Square Prokrastinasi Akademik sebagai variabel laten sebesar 0.769 dan dapat dikategorikan kedalam model yang kuat. Dimana dapat diartikan bahwa Manajemen Waktu (X1), Efikasi Diri (X2), dan Motivasi Belajar (X3) dapat memengaruhi Prokrastinasi Akademik sebesar 76,9% dan sisanya 23,1% dipengaruhi oleh faktor lain diluar model pada penelitian ini.

Effect Size (F2)

Penilaian kategori effect size terbagi menjadi besar, menengah, dan kecil. Yang masing-masing didefinisikan dengan nilai 0.35, 0.15, dan 0.02 (Ghozali, 2021).

Tabel 7. Hasil Uji F2 Value

Variabel Laten	Prokrastinasi Akademik (Y)
Manajemen Waktu (X1)	0.352
Efikasi Diri (X2)	0.076
Motivasi Belajar (X3)	0.000

Sumber : SmartPLS 4, 2025

Berdasarkan Tabel IV.47 menunjukkan nilai f2 Manajemen Waktu sebesar 0.352 yang artinya manajemen waktu memiliki kontribusi besar terhadap prokrastinasi akademik. Pada nilai f2 efikasi diri memiliki nilai sebesar 0.076 artinya juga memiliki kontribusi yang kecil terhadap prokrastinasi akademik. Selanjutnya pada nilai f2 motivasi belajar memiliki nilai 0.000 dimana menyatakan tidak memiliki kontribusi terhadap prokrastinasi akademik.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis pada PLS digunakan untuk mengukur probabilitas sebuah data yang bisa dilihat dari menu path coefficient dan dapat membantu menyatakan hipotesis dalam penelitian.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis		Original Sample (O)	T Statistic (IOS/STDEVI)	P Values
H1	MW ➡ PA	-0.540	4.268	0.000
H2	EF ➡ PA	-0.386	2.039	0.042
H3	MB ➡ Pa	0.016	0.134	0.893

Sumber : SmartPLS 4, 2025

Berdasarkan Tabel IV.48 Hasil Uji Hipotesis, pengaruh langsung antara Manajemen Waktu (MW) terhadap Prokrastinasi Akademik (PA) menunjukkan nilai original sample sebesar -0.540 (negatif) dengan nilai t-statistic sebesar 4.268 dan p-value 0.000, maka dapat disimpulkan bahwa Manajemen Waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dengan demikian, H1 diterima dan H0 ditolak.

Selanjutnya, hasil perhitungan pengaruh langsung antara Efikasi Diri (EF) terhadap Prokrastinasi Akademik (PA) menunjukkan nilai original sample sebesar -0.386 (negatif), nilai t-statistic sebesar 2.039, dan p-value 0.021 dengan nilai t-statistic telah melampaui 1,96 dan p-value berada di bawah 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa Efikasi Diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dengan demikian, H2 diterima dan H0 ditolak.

Berikutnya, hasil uji pengaruh langsung antara Motivasi Belajar (MB) terhadap Prokrastinasi Akademik (PA) menunjukkan nilai original sample sebesar 0.016 (positif), dengan nilai t-statistic sebesar 0.134 dan p-value 0.447. Nilai t-statistic jauh di bawah 1,96 dan p-value lebih besar dari 0,10, sehingga dapat disimpulkan bahwa Motivasi Belajar berpengaruh positif dan tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dengan demikian, H3 ditolak dan H0 diterima.

Gambaran Umum Manajemen Waktu, Efikasi Diri, Motivasi Belajar, Dan Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan analisis statistik deskriptif terhadap 100 mahasiswa Universitas Bangka Belitung yang mengalami keterlambatan studi, seluruh variabel penelitian—manajemen waktu, efikasi diri, motivasi belajar, dan prokrastinasi akademik—berada pada kategori rendah, dengan nilai rata-rata masing-masing sebesar 2,14; 2,26; 2,37; dan 2,07. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan pengelolaan diri dan akademik mahasiswa masih belum optimal.

Rendahnya manajemen waktu tercermin dari lemahnya penetapan tujuan, perencanaan, dan pengendalian waktu, yang ditandai dengan kebiasaan menunda pengerjaan tugas akademik. Efikasi diri yang rendah menunjukkan minimnya keyakinan

mahasiswa dalam menghadapi kesulitan akademik dan menyelesaikan tugas kompleks, sehingga menurunkan ketekunan belajar. Selain itu, motivasi belajar yang rendah mengindikasikan lemahnya dorongan internal dan eksternal dalam proses pembelajaran.

Prokrastinasi akademik menunjukkan kecenderungan tinggi, yang ditandai dengan penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, kecemasan terhadap kegagalan, rendahnya regulasi diri, serta mudahnya terdistraksi. Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa rendahnya manajemen waktu, efikasi diri, dan motivasi belajar berkontribusi terhadap tingginya prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan penyelesaian studi.

Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil analisis PLS menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Bangka Belitung ($\beta = -0,540$; $t = 4,268$; $p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Temuan ini mengindikasikan bahwa rendahnya kemampuan manajemen waktu berkontribusi terhadap tingginya kecenderungan prokrastinasi akademik.

Secara deskriptif, manajemen waktu mahasiswa berada pada kategori rendah (rata-rata = 2,14), terutama pada kemampuan menghindari penundaan tugas, sementara prokrastinasi akademik menunjukkan kecenderungan tinggi (rata-rata = 2,07). Nilai effect size ($f^2 = 0,352$) menunjukkan bahwa manajemen waktu merupakan faktor dominan dalam memengaruhi prokrastinasi akademik. Dengan demikian, peningkatan kemampuan manajemen waktu menjadi upaya strategis untuk menekan prokrastinasi akademik dan mempercepat penyelesaian studi.

Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil analisis PLS menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Bangka Belitung ($\beta = -0,386$; $t = 2,039$; $p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa rendahnya efikasi diri berkontribusi terhadap meningkatnya kecenderungan prokrastinasi akademik.

Secara deskriptif, efikasi diri mahasiswa berada pada kategori rendah (rata-rata = 2,26), yang mencerminkan rendahnya keyakinan dalam menghadapi kesulitan akademik dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Meskipun berpengaruh signifikan, kontribusi efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik tergolong kecil ($f^2 = 0,076$), sehingga menunjukkan adanya faktor lain yang turut memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik.

Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil analisis PLS menunjukkan bahwa motivasi belajar berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Bangka Belitung ($\beta = 0,016$; $t = 0,134$; $p = 0,893$). Temuan ini mengindikasikan bahwa secara statistik motivasi belajar belum mampu memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik secara signifikan.

Secara deskriptif, motivasi belajar mahasiswa berada pada kategori rendah (rata-rata = 2,37), yang mencerminkan lemahnya dorongan internal dan keterlibatan aktif dalam penyelesaian tugas akademik. Namun, rendahnya motivasi belajar tersebut tidak menjadi faktor utama yang memicu prokrastinasi akademik. Nilai effect size yang sangat kecil menunjukkan bahwa kontribusi motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik relatif lemah dibandingkan variabel lain.

Temuan ini menegaskan bahwa prokrastinasi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor regulasi diri, khususnya manajemen waktu dan efikasi diri, dibandingkan oleh motivasi belajar semata. Oleh karena itu, peningkatan motivasi belajar perlu disertai dengan penguatan kemampuan pengelolaan waktu dan efikasi diri agar efektif dalam menekan perilaku prokrastinasi akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu dan efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik dalam penyelesaian masa studi mahasiswa Universitas Bangka Belitung, yang menunjukkan bahwa semakin rendah kemampuan manajemen waktu dan efikasi diri mahasiswa, semakin tinggi kecenderungan prokrastinasi akademik. Sementara itu, motivasi belajar berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik, yang mengindikasikan bahwa peningkatan motivasi belajar belum tentu secara langsung menurunkan perilaku prokrastinasi akademik apabila tidak disertai dengan kemampuan pengelolaan waktu dan keyakinan terhadap kemampuan diri mahasiswa.

Saran

Mahasiswa Universitas Bangka Belitung disarankan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu melalui penetapan tujuan akademik yang jelas, perencanaan dan penjadwalan kegiatan, pengorganisasian tugas, serta evaluasi penggunaan waktu agar penyelesaian masa studi dapat berjalan lebih terarah dan tepat waktu. Selain itu, penguatan efikasi diri perlu dilakukan dengan membangun keyakinan terhadap kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki sehingga mahasiswa lebih percaya diri dalam menghadapi tuntutan akademik, khususnya dalam penyelesaian skripsi. Mahasiswa juga perlu mengembangkan motivasi belajar yang lebih kuat melalui pemenuhan kebutuhan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan, seperti memilih metode belajar yang sesuai, meningkatkan keterampilan secara bertahap, serta memanfaatkan dukungan dari dosen, teman, dan keluarga. Upaya tersebut diharapkan dapat menekan perilaku prokrastinasi akademik, yang ditandai dengan kebiasaan menunda pengerjaan tugas, melalui penerapan strategi belajar yang efektif, penetapan target harian yang realistis, dan peningkatan akuntabilitas dalam proses belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, E. R., Lengkong, V. P., & Uhing, Y. (2020). Pengaruh Sikap, Motivasi, Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Mahasiswa FEB Unsrat (Studi Kasus Pada Mahasiswa Manajemen). *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 8(1).
- Alwisol. (2010). Psikologi kepribadian. Malang: UMM Press.
- Andre, P., & Santoso, T. (2022). Efikasi diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 14(1), 55–66.
- Arıbaş, A. N. (2021). The relationship of time management and academic procrastination: A case of university students. *Journal of Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 46, 33–47.
- Aziz, A., Azizah, N. F., & Rifa'i, A. (2024). The influence of academics, self efficacy, social support, and supervisor interpersonal communication on student thesis completing motivation. *Indonesian Interdisciplinary Journal of Sharia Economics (IIJSE)*, 7(1), 45–60.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). Psikologi sosial (Edisi 10). Jakarta: Erlangga.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). Procrastination: Why you do it, what to do about it now. New York: Da Capo Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Springer Science+Business Media.
- Divani, D., et al. (2022). Efikasi diri mahasiswa terhadap kinerja akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 112–121.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). Overcoming procrastination. New York: Signet Bo.

- Eva, Y., & Machali, L. (2021). Pengaruh manajemen waktu dan efikasi diri terhadap prokrastinasi penyusunan skripsi mahasiswa. *Journal of Islamic Studies*, 1(2), 15–29.
- Eva, Y., Izzah, L., Kurniawan, W., & Putri, L. A. (2022). Pengaruh manajemen waktu dan efikasi diri terhadap prokrastinasi mahasiswa pekerja tingkat akhir STAI Diniyah Pekanbaru. *Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan*, 19(2), 221–235.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2013). *Teori kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Gabrielle, A. (2016). Self-efficacy, locus of control, perceived stress and student satisfaction as correlates of dissertation completion. *Educational Psychology Commons*.
- Ghozali, I. (2021). *Partial Least Squares: Konsep, Teknik, dan Aplikasi Menggunakan Program SmartPLS 3.2.9 untuk Penelitian Empiris*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Jumarniati, & Anas, A. (2019). Pengaruh motivasi belajar dan aktivitas belajar terhadap hasil belajar mahasiswa Program Studi PGSD. *Journal of Primary Education*, 2, 101–110.
- Kementerian Pendidikan Nasional Republik Indonesia. (2006). Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 52/O/2006 tentang Pendirian Universitas Bangka Belitung.
- Khan, Z. (2015). Procrastination in relation to self-efficacy in graduate students writing a doctoral dissertation. *Smith Scholar Works*, 1–90.
- Kompri. (2016). *Motivasi pembelajaran perspektif guru dan siswa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Košíková, I., et al. (2020). A cross-culture study of academic procrastination and using effective time management. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 19(3), 289–304.
- Kusnul, S., & Djalali, M. A. (2013). Manajemen waktu, efikasi diri, dan prokrastinasi. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 145–152.
- Lay, C. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474–495.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705–717.
- Nino, R. (2016). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1), 45–53.
- Nurul, H., & Fikki, H. (2016). Motivasi belajar siswa dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan*, 7(1), 55–65.
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Erlangga.
- Oyugi, M. A., Barker, M., & Lamm, A. J. (2023). Predicting graduate student self efficacy for thesis/dissertation completion in Sub-Saharan Africa. *Journal of International Agricultural and Extension Education*, 30(2), 42–57.
- Prasetya, M. H. A., & Siharis, A. K. (2023). Pengaruh Motivasi Kerja, Manajemen Waktu, Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Perkerja Paruh Waktu Yang Berstatus Mahasiswa Di Magelang. *Jurnal Ekonomi Kreatif Dan Manajemen Bisnis Digital*, 1(3), 403–413.
- Presiden Republik Indonesia. (2010). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 65 Tahun 2010 tentang Pendirian Universitas Bangka Belitung dan Universitas Musamus Merauke*.
- Putri, D. A., Reniati, & Wahyudin, N. (2024). The influence of internship experience, self-efficacy, and work motivation on work readiness of Bangka Belitung University students. *International Journal of Economics, Business, and Entrepreneurship*, 7(2), 154–165.
- Ratna, S., Zakaria, A. B., & Chalidaziah. (2020). Prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), 55–62.
- Reniati, R., Yunfin, M., & Febriani, R. (2023). Human Resources Competency Development Model in Higher Education (Comparative Approach Based on Literature Study in 27 Countries). *Proceeding of The Postgraduate School Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 1, 487–508.
- Rochman, M., & Kurniawan, R. (2018). Efikasi diri mahasiswa dan kaitannya dengan prestasi akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(1), 33–44.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in education: Theory, research,*

- and applications. Boston: Pearson Higher Ed.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). Metode penelitian pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Sundaroh, S., et al. (2020). Pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal Pendidikan*, 5(2), 99–108.
- Syelviani, M. (2020). Pentingnya manajemen waktu dalam mencapai efektivitas bagi mahasiswa (studi kasus mahasiswa Program Studi Manajemen UNISI). *Jurnal Analisis Manajemen*, 6(1), 66–75.
- Teguh, P., et al. (2019). Efikasi diri mahasiswa dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 7(1), 15–24.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473–480.
- Uma, S. (2019). Research methods for business. New York: Wiley.
- Universitas Bangka Belitung. (2025). Profil Universitas Bangka Belitung. Diakses dari <https://www.ubb.ac.id>
- Yadis, P. (2019). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa dan faktor penyebabnya. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 33–45.
- Yunita, D. A., & Mushin. (2020). Pengaruh efikasi diri, perhatian orang tua, iklim kreativitas mengajar terhadap motivasi belajar siswa. *Economic Education Analysis Journal*, 9(1), 45–56.
- Yusnan, M. (2021). Pengaruh manajemen waktu terhadap efikasi diri dan motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Edukasi Cendekia*, 5(1), 55–62.
- Zaitun, & Yusriadi. (2019). Pendidikan tinggi dan pengembangan sumber daya manusia. *Jurnal Pendidikan*, 10(2), 122–123.