



Manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik

Dimas Kurnia Darmawan¹, Agustina², Linda Wati³

^{1,2,3}Universitas Tarumanagara

dimas.705190085@stu.untar.ac.id

Info Artikel :

Diterima :

7 Agustus 2023

Disetujui :

12 Agustus 2023

Dipublikasikan :

25 Agustus 2023

ABSTRAK

Pekerjaan paruh waktu menjadi salah satu pilihan utama bagi mahasiswa untuk mengisi waktu luang mereka dikarenakan waktu kerja yang lebih fleksibel. Meskipun begitu pekerjaan paruh waktu dapat menyebabkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang di sebabkan oleh sulitnya mengatur waktu antara kuliah dan bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan bekerja paruh waktu. Jenis penelitian ini adalah penelitian non-eksperimen. Partisipan penelitian ini berjumlah 48 responden. Partisipan merupakan mahasiswa semester akhir yang aktif kuliah dan sedang menyusun skripsi. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala Manajemen Waktu dan Academic Procrastination Scale (APS). Teknik analisis data menggunakan Uji Regresi Linear Sederhana untuk menguji hipotesis penelitian. Hasil Uji Regresi Linear menghasilkan nilai F hitung sebesar 19,049 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$. Ditemukan juga nilai korelasi (R) sebesar 0,541 dan diperoleh nilai koefisien determinan (R square) sebesar 0,293. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat di simpulkan bahwa manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sambil bekerja paruh waktu.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik, Menyusun Skripsi, Bekerja Paruh Waktu

ABSTRACT

Part-time jobs are one of the top choices for students to fill their free time because working hours are more flexible. Even so, part-time work can cause academic procrastination in students caused by the difficulty of managing time between study and work. This study aims to determine the effect of time management on academic procrastination in students who are preparing their thesis and working part time. This type of research is non-experimental research. The participants of this research were 48 respondents. Participants are final semester students who are active in college and are preparing a thesis. Data was collected using the Time Management Scale and the Academic Procrastination Scale (APS). The data analysis technique used the Simple Linear Regression Test to test the research hypothesis. The results of the Linear Regression Test produced a calculated F value of 19.049 with a significance level of $0.00 < 0.05$. It was also found that the correlation value (R) was 0.541 and the determinant coefficient value (R square) was 0.293. Based on the results of this study, it can be concluded that time management affects the academic procrastination of students who are working on their thesis while working part time.

Keywords: : Time Management, Academic Procrastination, Writing Thesis, Part Time Work



©2022 Penulis. Diterbitkan oleh Arka Institute. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi Creative Commons Attribution NonCommercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Banyak terjadi kota-kota besar mahasiswa banyak mengambil pekerjaan paruh waktu untuk mengisi kekosongan/keleluasan di sela waktu kuliah. Menurut Danty Amira (2018), beberapa jenis pekerjaan paruh waktu yang cukup banyak diminati oleh para mahasiswa adalah jenis pekerjaan yang tidak mewajibkan para pekerjanya memiliki tingkat keahlian yang tinggi, seperti menjadi pelayan di restaurant atau café, barista di kedai kopi, penjaga toko, guru les, dan lain sebagainya. Menurut Danty Amira (2018) pekerjaan paruh waktu merupakan suatu jenis pekerjaan yang biasanya dilakukan dalam kurun waktu lebih sedikit dibanding jam kerja pada umumnya, umumnya pekerjaan paruh waktu memiliki jam kerja kurang dari 35 jam per minggu. Menurut Jacinta (dalam Alvinnaja & Suwarno, 2020) terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seorang mahasiswa bekerja sambil kuliah. Diantaranya adalah; (1) Kebutuhan finansial yang mendesak; (2) Kebutuhan sosial-relasional; (3) Kebutuhan aktualisasi diri. Selain ketiga kebutuhan yang disebutkan di atas, terdapat juga kebutuhan

lain yang ingin dipenuhi dan diharapkan oleh mahasiswa dalam bekerja diantaranya adalah Kebutuhan fisiologis dasar dan Kebutuhan Egoistik. Sedangkan menurut Jacinta (dalam Yuria Linggasari & Yonisa Kurniawan, 2020) hal yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja diantaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional, dan kebutuhan aktualisasi diri.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu, diketahui bahwa mereka memiliki alasan yang berbeda-beda mengapa mereka harus kuliah sambil bekerja paruh waktu. Salah satu mahasiswa Universitas X di Jakarta yaitu FE usia 21 tahun dan bekerja sebagai agent insurance, beralasan butuh uang tambahan karena semenjak wabah Covid terjadi hingga saat ini uang keperluan FE sudah tidak diberikan oleh orang tuanya dan ibunya merupakan orang tua tunggal yang harus membiayai segala keperluan. FE merasa tidak ingin menambah beban orang tuanya, maka dari itu FE memaksakan diri untuk bekerja demi memenuhi kebutuhan pribadinya sehingga tugas skripsinya menjadi tertunda karena kurang fokus dan kesulitan dalam mengatur waktunya. Berdasarkan wawancara dengan FE ini, dapat dikatakan bahwa pekerjaan paruh waktu dapat menjadi sebuah batu loncatan bagi mahasiswa untuk mempersiapkan diri di masa depan tetapi hal tersebut tak dapat dipungkiri menimbulkan dampak pada kewajiban yang seharusnya dijalani seperti kuliah.

Menurut Ario (2020), bekerja merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seorang individu dengan cara memberikan jasa kepada orang lain untuk meraih penghasilan berupa uang maupun barang. Bagi seorang mahasiswa bekerja tidaklah hanya sekedar mencari materi akan tetapi juga untuk memperoleh lingkungan yang luas, melatih kemandirian, juga melatih diri untuk bertanggung jawab atas keterkaitannya dengan orang lain dan lingkungan sosialnya. Mahasiswa yang bekerja dianggap tidak hanya memenuhi kewajiban untuk belajar di dalam lingkungan perguruan tinggi akan tetapi juga belajar di luar perguruan tinggi dengan cara meluangkan waktu serta tenaga dengan memberikan jasa pekerjaan kepada orang lain. Menurut Purwanto (dalam Widigda et al., 2018), mahasiswa yang bekerja paruh waktu akan cenderung memiliki tingkat lelah lebih besar yang disebabkan padatnyajadwal aktivitas antara perkuliahan dan bekerja dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Adapun beberapa dampak negatif atau hambatan yang dapat ditimbulkan akibat bekerja sambil kuliah seperti sulitnya membagi waktu dan meningkatnya tingkat stres, dikhawatirkan akan mempengaruhi mahasiswa dalam perkuliahan seperti menunda-nunda mengerjakan tugas atau prokrastinasi.

Ferari (dalam Sera, 2020) mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi 2 kategori yaitu prokrastinasi akademik dan prokrastinasi non akademik. Prokrastinasi non akademik merupakan penundaan yang biasanya dilakukan pada bentuk pekerjaan di luar area akademik seperti tugas rumah tangga dan tugas kantor sedangkan prokrastinasi akademik merupakan penundaan atas pekerjaan/tugas dalam area akademik seperti tugas perkuliahan dan tugas sekolah. Untuk itu, penundaan terhadap pengerjaan skripsi merupakan prokrastinasi akademik. Menurut Yip dan Leung (dalam Nur Wangid, 2019) prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kemauan seorang individu untuk mulai menunda dalam menyelesaikan tugas akademik. Selain itu Menurut Rosario (dalam Iskandar, 2023) beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa suka menunda adalah karena kurangnya kepercayaan diri, cemas, bahkan stres yang terjadi pada mahasiswa tersebut. Penelitian Zuama (dalam Dwi Utami, 2022) terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menjelaskan bahwa dari ke enam subjeknya terbukti bahwa dampak seorang mahasiswa ketika mengerjakan skripsi adalah mengalami stres dengan rekasi fisik berupa mudah lelah, berkeringat, menjadi lebih sensitif, dan mengalami drop atau sakit beberapa waktu.

Penelitian yang dilakukan Nisa et al., (2019) tentang “Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan” dengan jumlah populasi 73 mahasiswa di Universitas Aisyah Pringsewu Lampung, menemukan sebanyak 37 responden (50,7%) dengan manajemen waktu rendah dan 28 responden (38,35%) memiliki prokrastinasi akademik tinggi. Hasil penelitian ini didukung pula oleh data yang didapatkan oleh penelitian Priharnadi et al. (2022) tentang “Hubungan Manajemen Waktu dengan Kebiasaan Prokrastinasi Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan” dengan jumlah sampel 417 mahasiswa UKM di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Penelitian tersebut menemukan bahwa sebanyak 9 orang (18,7%) mahasiswa memiliki manajemen waktu tidak efektif dan yang melakukan kebiasaan prokrastinasi sebanyak 8 orang (16,7%). Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa adanya hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan pemaparan fenomena tersebut penelitian ini bertujuan untuk meneliti mengenai

pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan bekerja paruh waktu.

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk membantu mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan bekerja paruh waktu dalam memahami mengenai dampak dan pentingnya manajemen waktu dalam kegiatan akademik. Selain itu, penelitian ini memberikan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu suatu pengetahuan agar dapat membuat strategi agar terhindar dari prokrastinasi akademik ketika bekerja paruh waktu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan teknik non-probability sampling, yaitu purposive sampling. Peneliti menggunakan purposive sampling karena adanya kriteria khusus yang harus dimiliki oleh subyek, yaitu mahasiswa aktif yang kuliah sembari bekerja dan sedang menyusun skripsi. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan secara daring terhadap mahasiswa yang kuliah sembari bekerja. Partisipan pada penelitian ini awalnya sebanyak 53 responden, namun dikarenakan 5 responden tidak memenuhi kriteria mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, data-data tersebut dieliminasi dan data responden yang digunakan adalah sebanyak 48 responden.

Teknik pengumpulan data kuantitatif dilakukan dengan pengisian kuesioner Manajemen Waktu yang telah diadaptasi dari Danty Amira (2018) terdiri dari 10 aitem menghasilkan nilai Cronbach Alpha sebesar 0,940 dan mengukur lima dimensi pada manajemen waktu, yaitu menetapkan tujuan, menyusun prioritas, menyusun jadwal, bersikap asertif, dan menghindari penundaan. Selain itu kuesioner Academic Procrastination Scale (APS) yang dikembangkan oleh McCloskey (2011) terdiri dari 25 aitem menghasilkan nilai Cronbach Alpha sebesar 0,924, dan mengukur empat kategori dimensi prokrastinasi akademik, yaitu rasa bersalah, gangguan, faktor sosial, dan manajemen waktu. Teknik analisis data dilakukan dengan uji regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh. Selanjutnya pada analisis data tambahan, dilakukan uji regresi linear sederhana pada dimensi manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data Utama

Tabel 1. Gambaran Partisipan Penelitian

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	22	45,8%
Perempuan	26	54,2%
Total	48	100,0%
Usia	Frekuensi	Presentase
19	1	2,1%
20	3	6,3%
21	9	18,8%
22	18	37,5%
23	17	35,4%
Total	48	100,0%
Universitas	Frekuensi	Presentase
Institut TI	1	2,1%
Universitas AY	1	2,1%
Universitas CA	4	8,3%
Universitas HO	6	12,5%
Universitas IN	2	4,2%
Universitas ISY	4	8,3%
Universitas M	1	2,1%
Universitas MJ	1	2,1%
Universitas MT	6	12,5%
Universitas P	1	2,1%
Universitas PI	3	6,3%
Universitas PM	1	2,1%

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Universitas PN	2	4,2%
Universitas PTB	1	2,1%
Universitas PVJ	1	2,1%
Universitas R	2	4,2%
Universitas SU	1	2,1%
Universitas TRG	9	18,8%
Universitas TST	1	2,1%
Total	48	100,0%
Fakultas	Frekuensi	Presentase
FEB	13	27,1%
FIB	1	2,1%
FIKOM	3	6,3%
FISIP	2	4,2%
FKIP	3	6,3%
FKM	1	2,1%
FT	6	12,5%
HUKUM	9	18,8%
KEPERAWATAN	1	2,1%
PSIKOLOGI	7	14,6%
TARBIYAH	2	4,2%
Total	48	100,0%
Lama Jam Kerja	Frekuensi	Presentase
< 4 Jam	6	12,5%
4-5 Jam	22	45,8%
> 5 Jam	20	41,7%
Total	48	100,0%
Jenis Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Tenaga Administrasi	2	4,2%
Agen Asuransi	1	2,1%
Asisten Lab	1	2,1%
Asisten Pengacara	1	2,1%
Barista	8	16,7%
Bisnis Jualan Online	1	2,1%
Kasir	3	6,3%
Customer Service	1	2,1%
F&B	1	2,1%
Freelance	2	4,2%
Guru Les	8	16,7%
HR	1	2,1%
Intern Digital Market	1	2,1%
Internship	1	2,1%
Model Makeup	1	2,1%
Notaris	1	2,1%
Ojek Online	4	8,3%
Lain-lain	6	12,5%
Quality Control&Da	1	2,1%
Supporting Staf	1	2,1%
Waiters	1	2,1%
Web Developer	1	2,1%
Total	48	100,0%

Gambaran pada partisipan penelitian didapatkan dari data kontrol penelitian. Data responden yang digunakan adalah sebanyak 48 responden. Berdasarkan data, jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 (45,8%) dan perempuan sebanyak 26 (54,2%). Responden dengan usia

terbanyak adalah 22 tahun (37,5%), kemudian 23 tahun (35,4%), 21 tahun (18,8%), 20 tahun (6,3%), dan jumlah yang paling sedikit yaitu usia 19 tahun (2,1%). Selanjutnya berdasarkan data yang diperoleh mengenai asal universitas, responden terbanyak mayoritas berada di Universitas TRG 9 responden (18,8%), kemudian diikuti oleh Universitas HO 6 responden (12,5%). Selanjutnya berdasarkan data yang diperoleh mengenai asal fakultas. Mayoritas responden terbanyak berasal dari fakultas ekonomi dan bisnis (FEB) yaitu 13 responden (27,1%) diikuti 9 responden (18,8%) berasal dari fakultas hukum. Berdasarkan data yang diperoleh mengenai lama waktu mahasiswa dalam bekerja paruh waktu, mayoritas 22 responden (45,8%) bekerja dalam waktu 4-5 jam perhari, kemudian 20 responden (41,7%) bekerja dalam waktu > 5 jam dan 6 responden (12,5%) bekerja dalam waktu < 4 jam. Mengenai jenis pekerjaan, jumlah responden terbanyak mahasiswa yang bekerja sebagai barista 8 responden (16,7%), diikuti oleh mahasiswa yang bekerja sebagai guru les 8 responden (16,7%).

Tabel 2. Gambaran Kategori Manajemen Waktu

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	22	45,8%
Sedang	21	43,8%
Rendah	5	10,4%

Variabel ini menggunakan alat ukur manajemen waktu dengan skala likert 1-5. Memiliki nilai minimum 10, nilai maksimum 50, nilai mean hipotetik sebesar 30,0 dan nilai mean empirik sebesar 36,96. Hal ini mengartikan bahwa secara umum, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja memiliki tingkat manajemen waktu yang sedang. Variabel manajemen waktu dengan kategori tinggi memiliki persentase sebesar 45,8% atau sebanyak 22 responden, kategori sedang memiliki persentase 43,8% atau sebanyak 21 responden, dan kategori rendah memiliki persentase 10,4% atau sebanyak 5 responden.

Tabel 3. Gambaran Kategori Prokrastinasi Akademik

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	34	70,8%
Sedang	11	22,9%
Rendah	3	6,3%

Variabel ini menggunakan APS dengan skala likert 1-5. Memiliki nilai minimum 37, nilai maksimum 121, nilai mean hipotetik sebesar 75,0 dan nilai mean empirik sebesar 78,10. Hal ini mengartikan bahwa secara umum, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Variabel prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi memiliki persentase sebesar 70,8% atau sebanyak 34 responden, kategori sedang memiliki persentase 22,9% atau sebanyak 11 responden, kategori rendah memiliki persentase 6,3% atau sebanyak 3 responden.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Variabel Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	P	Keterangan
Manajemen waktu	0,977	Normal
Prokrastinasi akademik	0,779	Normal

Uji normalitas menggunakan analisis One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test untuk melihat kenormalan data. Data akan dikatakan normal apabila nilai signifikansi p lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil analisis yang didapatkan, variabel manajemen waktu memiliki nilai $p = 0,977$, yang mengartikan bahwa penyebaran data pada variabel manajemen waktu terdistribusi secara normal. Kemudian pada variabel prokrastinasi akademik, didapatkan nilai $p = 0,779$, yang mengartikan bahwa penyebaran data pada variabel prokrastinasi akademik terdistribusi secara normal.

Tabel 5. Uji Regresi Linear Sederhana Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik

	R	R Square	F	Sig.
Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik	0,541	0,293	19,049	0,00

Pada penelitian ini dilakukan terlebih dahulu uji hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil uji hubungan diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,001, karena nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 maka artinya ada hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Kemudian untuk mengetahui pengaruh antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik, dilakukan uji regresi linear sederhana. Hasil uji regresi linear sederhana menghasilkan nilai F hitung sebesar 19,049 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,00 < 0,05. Dapat diartikan bahwa pengaruh variabel manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik adalah sebesar 29,3%.

Hasil Analisis Data Tambahan

Tabel 6. Pengaruh Dimensi Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik

Nilai R Square Dimensi	Prokrastinasi Akademik
Menetapkan Tujuan	0,173
Menyusun Prioritas	0,248
Menyusun Jadwal	0,207
Bersikap Asertif	0,201
Menghindari Penundaan	0,206

Uji hubungan dilakukan untuk mencari pengaruh dimensi manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik menggunakan uji regresi linear sederhana. Hasil yang didapatkan dari analisis data tersebut adalah terdapat pengaruh setiap dimensi manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. Dimensi manajemen waktu yang memberikan pengaruh terbesar adalah dimensi menyusun prioritas sebesar 24,8%, diikuti oleh dimensi menyusun jadwal sebesar 20,7%, dimensi menghindari penundaan sebesar 20,6%, dimensi bersikap asertif sebesar 20,1%, dan dimensi menetapkan tujuan sebesar 17,3%.

Tabel 7. Perbedaan Tingkat Manajemen Waktu Berdasarkan Jenis Kelamin, Lama Waktu Bekerja, dan Usia

Variabel	Jenis Kelamin	Mean
Manajemen Waktu	Laki-laki	37,769
	Perempuan	36,000
Variabel	Lama Waktu Bekerja	Mean
Manajemen Waktu	< 4 Jam	37,50
	4-5 Jam	35,00
	>5 Jam	38,95
Variabel	Usia	Mean
Manajemen Waktu	19	38,00
	20	39,00
	21	37,20
	22	37,00
	23	36,31

Uji beda dilakukan untuk melihat perbedaan manajemen waktu antara laki-laki dengan perempuan, perbedaan manajemen waktu antara lama waktu bekerja, dan perbedaan manajemen waktu antara usia. Hasil yang didapatkan adalah tidak terdapat perbedaan manajemen waktu antara laki-laki dan perempuan (sig. two tailed = 0,571), dengan nilai signifikan sebesar 0,031. Selanjutnya hasil yang

didapatkan pada waktu bekerja adalah tidak terdapat perbedaan manajemen waktu antara lama waktu bekerja dengan nilai signifikan sebesar 0,490. Kemudian hasil yang didapatkan pada uji beda usia adalah tidak terdapat perbedaan manajemen waktu antara usia dengan nilai signifikan sebesar 0,996.

Pembahasan

Hasil analisis data menemukan bahwa manajemen waktu berpengaruh sebesar 29,3% terhadap prokrastinasi akademik dan 70,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pengaruh ini lebih besar, dibandingkan dengan temuan penelitian Sera (2020). Hasil yang didapat dalam penelitian tersebut pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja hanya sebesar 20,6% dan 79,4% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti ketidakmampuan berkonsentrasi, ketakutan dan kecemasan terkait kegagalan, kurang yakin terhadap kemampuan yang dimiliki. Kemudian pada penelitian Arianti & Kumara (2021) ditemukan bahwa manajemen waktu memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BK selama pembelajaran daring sebesar 83,4% dan 16,6% dipengaruhi oleh faktor lain.

Frosyth (dalam Danty Amira, 2018) menyatakan bawa seseorang yang mampu mengatur waktu dengan baik dapat memberikan dampak positif dalam kehidupan sehari-hari, seperti memiliki prioritas dalam seluruh kegiatannya, mengurangi kesalahan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas serta memiliki konsentrasi yang baik terhadap tugas atau pekerjaan sehingga dapat meningkatkan produktivitas. Erde (dalam Arianti & Kumara, 2021) menambahkan bahwa dengan manajemen waktu dapat membantu mengurangi prokrastinasi saat mengerjakan tugas. Menurut Hofer et al. (dalam Danty Amira, 2018) terdapat tiga faktor yang memengaruhi manajemen waktu. (1) Pengaturan diri (*self-regulation*), dengan adanya pengaturan diri, seorang individu dapat mengatur waktunya dengan baik sehingga dapat membuat pekerjaan tidak tertunda. (2) Motivasi, seorang individu yang mempunyai motivasi tinggi memiliki manajemen waktu yang tinggi. Hal ini didukung oleh penelitian Vansteenkista et al. (dalam Nisa et al., 2019) yang menunjukkan semakin tinggi motivasi internal seseorang, maka semakin tinggi manajemen waktunya. (3) Pencapaian tujuan, seorang individu yang sedang berusaha mencapai tujuannya akan berusaha mengatur waktunya dengan baik.

Peneliti juga mencari perbedaan manajemen waktu berdasarkan jenis kelamin. Hasil uji beda menunjukan bahwa tidak terdapat perbedaan antara perbedaan jenis kelamin dengan tingkat manajemen waktu. Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Macan (dalam Nurrahmaniah, 2019) yang menyatakan bahwa wanita umumnya memiliki waktu yang lebih luang daripada laki-laki, maka dari itu wanita umumnya lebih suka mengisi waktu luangnya dengan mengerjakan pekerjaan kecil daripada bersantai-santai. Dengan adanya perbedaan hasil ini, peneliti menganalisis perbedaan manajemen waktu berdasarkan jenis kelamin dapat juga diakibatkan oleh sulitnya menolak kegiatan atau ajakan dari teman dan membiarkan orang lain mengatur dirinya sendiri. Hal ini didukung oleh pernyataan Atkinson (Danty Amira, 2018) yang mengungkapkan penyebab dari manajemen waktu yang buruk di karenakan oleh sulitnya menolak ajakan orang dan membiarkan orang mengatur waktunya.

Peneliti juga mencari perbedaan manajemen waktu berdasarkan lama waktu bekerja. Hasil uji beda menunjukan bahwa tidak terdapat perbedaan antara lama waktu bekerja dengan tingkat manajemen waktu. Hasil ini sejalan dengan penelitian Kinasih (2019) bahwa tidak terdapat perbedaan antara lama waktu bekerja dan manajemen waktu. Dari hasil ini, peneliti menganalisis perbedaan manajemen waktu dengan lama nya waktu bekerja yang di jalani oleh mahasiswa juga dapat disebabkan faktor lelah karena padatnya jadwal aktivitas yang mereka miliki. Hal ini sesuai dengan pernyataan Purwanto (dalam Widigda et al., 2018) yang menyatakan mahasiswa yang bekerja paruh waktu memiliki tingkat lelah yang lebih besar di banding mahasiswa yang tidak bekerja.

Peneliti juga mencari perbedaan manajemen waktu berdasarkan usia. Hasil uji beda menunjukan bahwa tidak terdapat perbedaan antara usia dengan tingkat manajemen waktu. Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Macan (dalam Nurrahmaniah, 2019) yang menyatakan bahwa semakin tinggi usia seseorang seharusnya akan semakin baik pula kemampuan manajemen waktunya. Dari perbedaan hasil ini, peneliti menganalisis jika kategori dewasa awal dengan usia 18-24 tahun yang di gunakan oleh peneliti menjadi salah satu alasan tidak terdapat perbedaan antara usia dengan tingkat manajemen waktu karena masih dalam satu kategori usia. Hal ini sejalan dengan penelitian Santrock (dalam Ario, 2020) seorang dapat dikatakan memasuki masa dewasa awal ketika dia berusia 18 hingga 25 tahun.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji data utama, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. Uji regresi linear sederhana untuk menghitung pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik menemukan bahwa manajemen waktu berpengaruh sebesar 29,3% terhadap prokrastinasi akademik dan 70,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang ada di luar dari penelitian ini.

Hasil analisis data menemukan bahwa dimensi manajemen waktu yang memberikan pengaruh terbesar adalah dimensi menyusun prioritas sebesar 24,8%, diikuti oleh dimensi menyusun jadwal sebesar 20,7%, dimensi menghindari penundaan sebesar 20,6%, dimensi bersikap asertif sebesar 20,1%, dan dimensi menetapkan tujuan sebesar 17,3%. Peneliti menemukan tidak terdapat perbedaan antara jenis kelamin, lama waktu bekerja, dan usia dengan manajemen waktu mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvinnaja, S., & Suwarno. (2020). Pengaruh kerja part-time dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa program studi pendidikan ekonomi universitas PGRI tonggolawe tuban. *Jurnal Oportunitas Unirow Tuban*, 01(02), 29–33.
- Arianti, A. E., & Kumara, A. R. (2021). Pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BK UAD pada masa pembelajaran daring. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Islami*, 1960–1974. <http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/8032%0Ahttp://www.seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/viewFile/8032/1764>
- Ario, T. S. (2020). Problematika pada mahasiswa pekerja paruh waktu “part time.” *universitas muhammadiyah yogyakarta*, 3.
- Danty Amira. (2018). *Pengaruh motivasi kerja, manajemen waktu, dan stres kerja terhadap kinerja pekerja paruh waktu yang berstatus mahasiswa di kota malang*.
- Dwi Utami, A. (2022). Sedang mengerjakan hubungan antarprokrastinasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi universitas medan area. *Universitas Medan Area*, 10-Mar-2022.
- Iskandar, Y. (2023). Hubungan self-efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa semester 5 fakultas bisnis dan humaniora universitas nusa putra (sebuah proposal penelitian). *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(1), 43–52.
- Mccloskey, J. (2011). Academic procrastination. *Phys. Rev. E, December*. <http://www.ainfo.inia.uy/digital/bitstream/item/7130/1/LUZARDO-BUIATRIA-2017.pdf>
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). Manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. *Journal of Psychological Perspective*, 1(1), 29–34. <https://doi.org/10.47679/jopp.1172019>
- Nur Wangid, M. (2019). Prokrastinasi akademik: perilaku yang harus dihilangkan. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 2(2), 235–248. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v2i2.10772>
- Nurrahmaniah. (2019). Pengaruh manajemen waktu (time management) dan minat belajar terhadap prestasi akademik pada mata kuliah bahasa inggris sekolah tinggi agama islam darunnajah jakarta. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Priharnadi, Samsualam, & Mappangandro, A. (2022). Hubungan manajemen waktu dengan kebiasaan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa keperawatan ilmu keperawatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia. *Window of Nursing*, 3(2), 123–131.
- Sekar Kinasih, R. (2019). *Motivasi dan manajemen waktu mahasiswa dalam bekerja Paruh Waktu*. 1–23.
- Sera, L. (2020). Hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang

kuliah sambil bekerja di universitas islam negeri ar-raniry banda.
File:///C:/Users/VERA/Downloads/ASKEP_AGREGAT_ANAK_and_REMAJA_PRINT.Docx,
21(1), 1–9.

Widigda, I. R., Setyaningrum, W., Pascasarjana, J., Matematika, P., Yogyakarta, U. N., & Skripsi, M. (2018). Kecemasan mahasiswa pendidikan matematika universitas riau kepulauan dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 6(2), 190–199.

Yuria Lingasari, L., & Yonisa Kurniawan, R. (2020). Hubungan kerja paruh waktu dengan prestasi akademik mahasiswa jurusan pendidikan ekonomi universitas negeri surabaya angkatan 2015. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 7(3), 92–98. <https://doi.org/10.26740/jupe.v7n3.p92-98>