

Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo

Nurmalasari Putri¹, Hilal Mahmud².

¹²Universitas Islam Negeri Palopo, Indonesia

¹nrmalasp@gmail.com, ²hilalmahmud@uinpalopo.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manajemen waktu mahasiswa, tingkat prokrastinasi penyusunan tugas akhir, serta menganalisis pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan sampel sebanyak 55 mahasiswa yang ditentukan melalui teknik random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis melalui statistik deskriptif serta regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu mahasiswa berada pada kategori sedang dengan rata-rata indeks sebesar 66,45%, sedangkan tingkat prokrastinasi penyusunan tugas akhir juga berada pada kategori sedang dengan rata-rata indeks sebesar 55,37%. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir dengan koefisien regresi sebesar -0,687 dan nilai signifikansi 0,000. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin rendah kecenderungan mereka melakukan prokrastinasi dalam penyusunan tugas akhir. Oleh karena itu, penguatan manajemen waktu penting dilakukan melalui penyusunan target akademik, penjadwalan bimbingan, pengendalian distraksi, dan evaluasi progres tugas akhir secara berkala.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik, Tugas Akhir, Mahasiswa, Manajemen Pendidikan Islam

Pendahuluan

Pendidikan tinggi memiliki peran strategis dalam membentuk sumber daya manusia yang memiliki kapasitas intelektual, keterampilan akademik, dan tanggung jawab sosial (Afriansa & Ilham, 2025). Salah satu indikator keberhasilan mahasiswa dalam pendidikan tinggi terlihat dari kemampuannya menyelesaikan tugas akhir sebagai bagian dari proses akademik sebelum memperoleh gelar sarjana. Tugas akhir atau skripsi merupakan karya ilmiah yang disusun melalui proses membaca, mengkaji, meneliti, dan membahas suatu masalah secara sistematis berdasarkan kaidah ilmiah (Achmad & Alek, 2016).

Penyusunan tugas akhir tidak hanya menuntut penguasaan teori dan metodologi penelitian, tetapi juga memerlukan kedisiplinan, ketekunan, dan kemampuan mengelola diri. Mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi berbagai hambatan, seperti kesulitan menentukan topik penelitian, keterbatasan referensi, rendahnya

minat literasi, kurangnya pemahaman terhadap teori, serta kendala dalam proses bimbingan akademik. Hambatan tersebut dapat memperlambat penyelesaian tugas akhir apabila mahasiswa tidak memiliki strategi akademik yang terencana (Yusuf, 2020).

Salah satu persoalan yang sering muncul dalam penyelesaian tugas akhir adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan menunda, menghindari, atau memperlambat penyelesaian tugas akademik meskipun individu memiliki kesempatan untuk mengerjakannya. Dalam penyusunan tugas akhir, perilaku ini tampak melalui kebiasaan menunda memulai penulisan, mengulur waktu revisi, tidak menjalankan jadwal kerja, serta lebih memilih aktivitas lain yang dianggap menyenangkan daripada menyelesaikan tanggung jawab akademik (Pertiwi, 2020).

Prokrastinasi akademik dapat berdampak negatif terhadap proses dan hasil belajar mahasiswa. Mahasiswa yang terbiasa menunda pekerjaan akademik berpotensi mengalami keterlambatan penyelesaian studi, penurunan kualitas tulisan, meningkatnya tekanan psikologis, serta munculnya rasa bersalah, cemas, dan frustrasi. Dalam konteks pendidikan tinggi, prokrastinasi bukan hanya persoalan perilaku individual, melainkan juga berkaitan dengan efektivitas layanan akademik dan kualitas pendampingan mahasiswa tingkat akhir (Tjundjing, 2006; Salsabila et al., 2023).

Manajemen waktu menjadi salah satu faktor penting yang berhubungan dengan kecenderungan prokrastinasi akademik. Manajemen waktu mencakup kemampuan mahasiswa dalam menetapkan tujuan, menyusun prioritas, membuat jadwal, mengontrol penggunaan waktu, dan mengevaluasi pencapaian akademik. Mahasiswa yang mampu mengatur waktu secara efektif cenderung lebih terarah dalam menyelesaikan tugas akhir, sedangkan mahasiswa yang tidak memiliki perencanaan waktu yang jelas lebih rentan mengalami penundaan akademik (Macan, 1994; Mahmud et al., 2021).

Fenomena tersebut ditemukan pada mahasiswa Program Studi Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo. Berdasarkan observasi awal, sebagian mahasiswa mengalami kendala dalam penyusunan tugas akhir karena belum mampu mengelola waktu secara optimal. Mahasiswa yang aktif berorganisasi cenderung membagi banyak waktu untuk kegiatan nonakademik, sementara sebagian lainnya menunda pekerjaan meskipun memiliki waktu luang, menggunakan waktu untuk media sosial, bermalas-malasan, dan mengalami kendala komunikasi dengan dosen pembimbing terkait waktu bimbingan. Kondisi ini menunjukkan bahwa manajemen waktu menjadi aspek penting dalam memahami kecenderungan prokrastinasi mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik. Priharnadi et al. menemukan bahwa mahasiswa dengan manajemen waktu efektif cenderung tidak melakukan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi (Priharnadi et al., 2022). Yuliza et al. menjelaskan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang mengatur waktu secara disiplin, teratur, dan efektif memiliki kecenderungan prokrastinasi yang lebih rendah (Yuliza et al., 2022). Darmawan et al. juga menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik (Darmawan et al., 2023). Berdasarkan kajian tersebut, penelitian ini diarahkan untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik dalam penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo, sehingga hasilnya diharapkan dapat

berkontribusi pada pengembangan kajian pendidikan dan sosial-humaniora, khususnya dalam peningkatan efektivitas penyelesaian studi mahasiswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kuantitatif deskriptif dipilih karena penelitian berupaya menggambarkan kondisi manajemen waktu dan prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa, sekaligus menguji pengaruh antara kedua variabel tersebut melalui data numerik dan analisis statistik. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran empiris mengenai hubungan antara variabel manajemen waktu sebagai variabel bebas dan prokrastinasi penyusunan tugas akhir sebagai variabel terikat berdasarkan hasil pengukuran terhadap responden (Sugiyono, 2017).

Fokus penelitian diarahkan pada pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa Program Studi Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo. Variabel manajemen waktu meliputi penetapan tujuan dan prioritas, mekanisme manajemen waktu, serta kontrol terhadap waktu, sedangkan variabel prokrastinasi penyusunan tugas akhir meliputi penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, serta kecenderungan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Penelitian dilaksanakan di Program Studi Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, UIN Palopo, pada 16 Juli sampai 16 September 2025. Populasi penelitian berjumlah 123 mahasiswa angkatan 2021, sedangkan sampel ditentukan menggunakan teknik random sampling dengan rumus Slovin, sehingga diperoleh 55 mahasiswa sebagai responden penelitian (Sugiyono, 2022).

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan dokumentasi. Kuesioner digunakan sebagai instrumen utama untuk memperoleh data mengenai manajemen waktu dan prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa. Instrumen disusun dalam bentuk angket tertutup dengan skala Likert lima pilihan jawaban, yaitu selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah. Dokumentasi dimanfaatkan untuk melengkapi data penelitian berupa catatan, gambar, dan dokumen pendukung yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian di lapangan (Sudaryono, 2016). Sebelum digunakan, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel manajemen waktu dan prokrastinasi penyusunan tugas akhir dinyatakan valid karena nilai r hitung lebih besar daripada r tabel, sedangkan hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,816 untuk variabel manajemen waktu dan 0,802 untuk variabel prokrastinasi penyusunan tugas akhir.

Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial dengan bantuan program SPSS. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan data penelitian melalui nilai rata-rata, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, nilai maksimum, dan persentase. Statistik inferensial digunakan untuk menguji pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, data terlebih dahulu diuji melalui uji normalitas dan uji linearitas. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear sederhana, uji koefisien determinasi, dan uji-t untuk mengetahui signifikansi pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Ghozali, 2006; Santoso & Ashari, 2007).

Hasil

Bagian ini menyajikan hasil penelitian mengenai manajemen waktu mahasiswa, tingkat prokrastinasi penyusunan tugas akhir, serta pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi dalam penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo. Penyajian hasil didasarkan pada data kuesioner yang dianalisis melalui statistik deskriptif dan statistik inferensial, kemudian disusun secara sistematis sesuai dengan fokus penelitian kuantitatif deskriptif (Sugiyono, 2017).

Manajemen Waktu Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo secara umum berada pada kategori sedang. Data diperoleh dari 55 responden dengan skor minimum 26, skor maksimum 69, nilai rata-rata 46,01, dan standar deviasi 9,66. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu telah terbentuk, tetapi belum sepenuhnya optimal dalam mendukung penyusunan tugas akhir.

Tabel 1. Manajemen Waktu Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo

Aspek	Temuan Penelitian
Jumlah responden	55 mahasiswa
Skor minimum	26
Skor maksimum	69
Rata-rata	46,01
Standar deviasi	9,66
Penetapan tujuan dan prioritas	69,96%
Mekanisme manajemen waktu	62,13%
Kontrol terhadap waktu	67,26%
Rata-rata indeks	66,45%
Kategori dominan	Sedang, sebanyak 39 mahasiswa atau 70,9%

Berdasarkan data pada Tabel 1, indikator tertinggi terdapat pada penetapan tujuan dan prioritas dengan persentase 69,96%, sedangkan indikator terendah terdapat pada mekanisme manajemen waktu dengan persentase 62,13%. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa relatif mampu menetapkan target dan prioritas akademik, tetapi masih menghadapi kendala dalam menerapkan strategi teknis pengelolaan waktu, seperti menyusun jadwal, menggunakan alat bantu manajemen waktu, dan menjalankan rencana kerja secara konsisten. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa manajemen waktu mahasiswa berada pada taraf cukup baik secara indeks, tetapi secara distribusi kategori masih didominasi oleh kategori sedang.

Tingkat Prokrastinasi Penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo juga berada pada kategori sedang. Data prokrastinasi diperoleh dari 55 responden dengan skor minimum 14, skor maksimum 55, nilai rata-rata 35,47, dan standar deviasi 9,25. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih memiliki kecenderungan menunda penyusunan tugas akhir, meskipun tidak berada pada kategori prokrastinasi tinggi.

Tabel 2. Tingkat Prokrastinasi Penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo

Aspek	Temuan Penelitian
Jumlah responden	55 mahasiswa
Skor minimum	14
Skor maksimum	55
Rata-rata	35,47
Standar deviasi	9,25
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	55,83%
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	54,07%
Kesenjangan rencana dan kinerja aktual	54,52%
Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	57,80%
Rata-rata indeks	55,37%
Kategori dominan	Sedang, sebanyak 41 mahasiswa atau 74,5%

Berdasarkan data pada Tabel 2, indikator tertinggi terdapat pada kecenderungan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dengan persentase 57,80%. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan keterlambatan teknis dalam menyusun tugas akhir, tetapi juga dipengaruhi oleh kecenderungan mengalihkan waktu pada aktivitas lain yang dianggap lebih menarik. Distribusi kategori menunjukkan bahwa 41 mahasiswa atau 74,5% berada pada kategori sedang, 10 mahasiswa atau 18,2% berada pada kategori rendah, dan 4 mahasiswa atau 7,3% berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, prokrastinasi penyusunan tugas akhir pada mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo masih menjadi gejala akademik yang perlu diperhatikan.

Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi dalam Penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo

Hasil uji prasyarat menunjukkan bahwa data memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Uji normalitas memperoleh nilai signifikansi 0,200, lebih besar dari 0,05, sehingga data berdistribusi normal. Uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi linearity sebesar 0,000 dan deviation from linearity sebesar 0,399. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antara manajemen waktu dan prokrastinasi penyusunan tugas akhir.

Tabel 3. Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Penyusunan Tugas Akhir

Aspek Uji	Hasil
Uji normalitas	Sig. 0,200
Uji linearitas	Linearity 0,000
Deviation from linearity	0,399
Persamaan regresi	$Y = 67,068 + (-0,687)X$
Koefisien regresi	-0,687
Nilai t hitung	-7,479
Signifikansi	0,000
Beta	-0,717
Koefisien determinasi	51,3%

Berdasarkan data pada Tabel 3, hasil regresi linear sederhana menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa. Persamaan regresi $Y = 67,068 + (-0,687)X$ menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan manajemen waktu akan menurunkan prokrastinasi sebesar 0,687 poin. Nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya, manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo.

Arah pengaruh yang negatif menunjukkan bahwa semakin baik manajemen waktu mahasiswa, semakin rendah kecenderungan prokrastinasi dalam penyusunan tugas akhir. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin tinggi kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas akhir. Temuan ini memperlihatkan bahwa manajemen waktu menjadi faktor penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang dituntut menyelesaikan tugas akhir secara mandiri, terencana, dan berkelanjutan.

Pembahasan

Manajemen waktu mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo menunjukkan kecenderungan berada pada kategori sedang, meskipun nilai indeksinya mencapai 66,45% dan termasuk dalam kategori cukup baik. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kesadaran terhadap pentingnya pengelolaan waktu dalam penyusunan tugas akhir, terutama pada aspek penetapan tujuan dan prioritas yang memperoleh persentase tertinggi sebesar 69,96%. Namun,

aspek mekanisme manajemen waktu memperoleh persentase terendah sebesar 62,13%, sehingga dapat dipahami bahwa kendala utama mahasiswa terletak pada pelaksanaan teknis, seperti menyusun jadwal, menjalankan target, menggunakan alat bantu manajemen waktu, dan menjaga konsistensi kerja akademik. Kondisi ini sejalan dengan pandangan bahwa manajemen waktu mencakup penetapan tujuan, penyusunan prioritas, perencanaan, dan kontrol terhadap penggunaan waktu secara efektif (Macan, 1994).

Tingkat prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo juga berada pada kategori sedang dengan rata-rata indeks sebesar 55,37%. Indikator tertinggi terdapat pada kecenderungan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan sebesar 57,80%, yang menunjukkan bahwa penundaan tugas akhir tidak hanya disebabkan oleh kesulitan akademik, tetapi juga oleh distraksi aktivitas lain yang dianggap lebih menarik. Fenomena ini memperlihatkan bahwa mahasiswa masih mengalami kesenjangan antara kesadaran terhadap tanggung jawab akademik dan kemampuan mengendalikan perilaku sehari-hari. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa prokrastinasi akademik ditandai oleh penundaan memulai tugas, keterlambatan penyelesaian, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, serta kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan (Ferrari, 1995).

Pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir menunjukkan hubungan negatif dan signifikan. Hasil regresi linear sederhana menghasilkan koefisien regresi sebesar $-0,687$ dengan nilai signifikansi $0,000$, yang berarti bahwa peningkatan kemampuan manajemen waktu diikuti oleh penurunan kecenderungan prokrastinasi. Temuan ini menegaskan bahwa mahasiswa yang mampu menetapkan prioritas, mengatur jadwal, mengontrol penggunaan waktu, dan mengevaluasi progres akademik cenderung lebih mampu mengurangi perilaku menunda. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik, sehingga semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin rendah kecenderungan mereka menunda penyelesaian tugas akademik (Fuadi & Almanshur, 2024; Wicaksono & Kustini, 2024).

Secara konseptual, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi penyusunan tugas akhir tidak dapat dilepaskan dari kemampuan regulasi diri mahasiswa. Manajemen waktu berperan sebagai instrumen pengendalian akademik yang membantu mahasiswa mengubah rencana menjadi tindakan nyata. Dalam konteks mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam, kemampuan mengelola waktu tidak hanya menjadi keterampilan personal, tetapi juga mencerminkan kompetensi manajerial yang penting bagi calon pengelola lembaga pendidikan. Oleh karena itu, penguatan manajemen waktu perlu diarahkan pada pembiasaan membuat target mingguan, menyusun jadwal bimbingan, membatasi distraksi, dan mengevaluasi progres tugas akhir secara berkala agar perilaku prokrastinasi dapat ditekan secara lebih efektif (Zimmerman et al., 2023).

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo berada pada kategori sedang, meskipun secara indeks termasuk cukup baik. Mahasiswa telah memiliki kemampuan dalam menetapkan tujuan dan prioritas akademik, tetapi masih menghadapi kendala pada aspek

mekanisme manajemen waktu, terutama dalam menyusun jadwal, menjalankan target, menggunakan alat bantu pengelolaan waktu, dan menjaga konsistensi penyusunan tugas akhir. Pada sisi lain, prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa juga berada pada kategori sedang, dengan kecenderungan tertinggi pada aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan penyelesaian tugas akhir.

Manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi penyusunan tugas akhir mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam UIN Palopo. Artinya, semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda penyusunan tugas akhir. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan manajemen waktu perlu menjadi bagian dari pendampingan akademik mahasiswa tingkat akhir, terutama melalui pembiasaan menetapkan target, menyusun jadwal bimbingan, mengontrol distraksi, dan mengevaluasi progres penyelesaian tugas akhir secara berkala.

Referensi

- Achmad, H. P., & Alek. (2016). Bahasa Indonesia untuk perguruan tinggi: Substansi kajian dan penerapannya. Erlangga.
- Afriansa, M., & Ilham, D. (2025). Implementasi Kurikulum Merdeka pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Refleksi*, 14(1), 1–12.
- Darmawan, D. K., Agustina, & Wati, L. (2023). Manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. *Nautical: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(5), 329–337.
- Ferrari, J. R. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. Plenum Press.
- Fuadi, J. I., & Almanshur, F. (2025). The effect of time management and learning motivation on academic procrastination. *Al-Kharaj: Jurnal Ekonomi, Keuangan dan Bisnis Syariah*, 7(4), 1005–1015. <https://doi.org/10.47467/alkharaj.v7i4.5257>
- Ghozali, I. (2006). Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381–391.
- Mahmud, H., Hilal, M. I., & Khusna, A. (2021). Manajemen (Management fundamentals). Penerbit Aksara Timur.
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh stres akademik dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 738–749. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5578>
- 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>
- Salsabila, D., Faslah, R., & Yohana, C. (2023). Pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik di SMKN 31 Jakarta. *Berajah Journal*, 3(1), 131–142. <https://doi.org/10.47353/bj.v3i1.205>
- Santoso, P. B., & Ashari. (2007). Analisis statistik dengan Microsoft Excel & SPSS. ANDI.
- Sudaryono. (2016). Metode penelitian pendidikan. Prenadamedia.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

- Tjundjing, S. (2006). Apakah prokrastinasi menurunkan prestasi? Sebuah meta-analisis. *Indonesian Psychological Journal*, 22(1), 17–27.
- Wicaksono, M. V., & Kustini. (2026). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi terhadap prokrastinasi mahasiswa Manajemen UPNVJT. *Jurnal Lentera Bisnis*, 15(1), 296–302. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v15i1.1925>
- Yuliza, E., Izzah, L., Kurniawan, W., & Putri, L. A. (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>
- Yusuf, Z. (2020). Peran motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir: Studi kasus pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam FAI UMM. *Al-Manar: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 9(1), 233–248. <https://journal.stainsyok.ac.id/index.php/almanar/article/view/148>
- Zimmerman, B. J., Greenberg, D., & Weinstein, C. E. (2023). Self-regulating academic study time: A strategy approach. In *Self-regulation of learning and performance: Issues and educational applications* (pp. 181–200). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203763353-8>.