

# Analisis Pengaruh Regulasi Diri, Keaktifan Berorganisasi, dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktifis (studi kasus Mahasiswa Aktifis FEB UMS)

Muhamad Dandi Ananda Putra<sup>1</sup> , Siska Angreyani Nasution<sup>2</sup>, Naufal Jabsy Feriz<sup>3</sup>, Nurus Sa'adah<sup>4</sup>, Ghina Aulia Rahma<sup>5</sup>

<sup>1, 2, 3</sup> Department of Accounting, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>4</sup> Department of Economic Development, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>5</sup> Department of Management, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

 [siskaangreyani17@gmail.com](mailto:siskaangreyani17@gmail.com)

## **Abstract**

*This study aims to analyze the effect of self-regulation, organizational activity, and time management on academic procrastination in students of the Faculty of Economics and Business, University of Muhammadiyah Surakarta, especially among activist students. From this method, a sample of 120 samples was obtained from six student organizations in the Faculty of Economics and Business, University of Muhammadiyah Surakarta. The method in this study uses multiple regression analysis. The results showed that the independent variables of self-regulation, organizational activity, and time management had a significant effect on academic procrastination. The limitation of this research is the small value of Adjust R Square which indicates that there are other variables that have more influence on students' academic procrastination..*

**Keywords:** Organizational Activity; Time Management; Procrastination; Self Regulation

# Analisis Pengaruh Regulasi Diri, Keaktifan Berorganisasi, dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktifis (studi kasus mahasiswa FEB UMS)

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh regulasi diri, keaktifan berorganisasi, dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta khususnya pada mahasiswa aktifis. Dari metode tersebut diperoleh sampel sebanyak 120 sampel dari enam organisasi mahasiswa/ormawa yang ada di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta. Metode pada penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel independen regulasi diri, keaktifan organisasi, dan manajemen waktu berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah masih kecilnya nilai Adjust R Square yang menunjukkan bahwa adanya variabel-variabel lain yang lebih berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

**Kata kunci:** Keaktifan Berorganisasi; Manajemen Waktu; Prokrastinasi; Regulasi Diri

## **1. Pendahuluan**

Mahasiswa merupakan seseorang yang menempuh perjalanan terakhirnya dalam menuntut ilmu. Mahasiswa menjadi pengubah reformasi dan menjadi pewaris bangsa yang

intelektual dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan berbagai masalah. Saat ini mahasiswa dikenal sebagai sosok yang mampu berfikir kritis dan analisis dalam menghadapi berbagai tantangan yang akan datang dari maraknya perkembangan teknologi. Peran penting mahasiswa Indonesia ini harus dimanfaatkan dan dioptimalkan melalui kegiatan dalam kampus karena mengingat kuantitas mahasiswa yang sangat besar.

Bersumber dari data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tercatat jumlah mahasiswa di Indonesia meningkat pada tahun 2021 yaitu sebesar 8.956.184. Jumlah ini naik 4,1% dibandingkan dengan tahun sebelumnya yaitu sebesar 8.603.441 orang. Diantara mahasiswa tersebut, sebagian darinya banyak yang mengikuti organisasi dan memilih menjadi seorang aktivis. Mahasiswa disebut sebagai “aktivis kampus” ketika mahasiswa tersebut aktif dalam mengikuti atau terlibat dalam berbagai kegiatan organisasi yang ada di kampus [1]. Seorang aktivis terkadang tidak hanya mendedikasikan tenaga dan pikiran saja untuk kepentingan berorganisasi, namun dapat hal lain seperti harta benda dan waktu yang mau tidak mau kerap kali ikut dikorbankan [2].

Dalam proses belajar di perguruan tinggi, banyak mahasiswa menghadapi masalah belajar, seperti pengaturan jam pelajaran, pemilihan metode belajar yang tepat guna persiapan sebelum ujian, dan penyelesaian tugas-tugas kuliah, hal ini dapat menyebabkan penurunan kinerja akademik sehingga berdampak pada penurunan nilai akademik pada mahasiswa [3]. Hal tersebut diawali dengan niat menunda dalam penyelesaian tugas dari dosen yang mana dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik [4]. Prokrastinasi akademik adalah kegiatan menunda segala sesuatu dengan sadar atau sengaja yang terus dilakukan dan kerap berulang, dengan melakukan kegiatan atau hal lain yang tidak berhubungan dan dibutuhkan dalam penyelesaian tugas-tugas akademik [5]. Prokrastinasi akademik adalah kegiatan menunda pekerjaan yang dilakukan dengan sengaja meskipun seseorang atau mahasiswa memahami bahwa tindakan menunda tersebut dapat berdampak buruk pada dirinya. Menurut (Harefa, D., 2020) “Prokrastinasi akademik adalah penundaan pekerjaan yang berdampak buruk bagi pelakunya”. Prokrastinasi akademik atau penundaan ini akan berdampak penurunan prestasi belajar mahasiswa dan berimbas pada kualitas dan kuantitas hasil belajarnya [4].

Prokrastinasi sendiri muncul pada diri individu tanpa pandang bulu, karena dapat terjadi tanpa melihat usia, gender, maupun status sebagai seorang pekerja atau pelajar. Penelitian yang mengungkap mengenai tingkat prokrastinasi akademik di sekolah yang ada di Indonesia tidak sedikit dilakukan. Berdasar dari penelitian yang dilakukan oleh Munawaroh (2017) bahwa sebesar 17,2% siswa SMP Muhammadiyah Yogyakarta memiliki prokrastinasi tinggi, 77,1% memiliki tingkat prokrastinasi sedang dan 5,7% memiliki tingkat prokrastinasi rendah [6]. Penelitian yang dilakukan oleh [7] menyatakan bahwa tingkat prokrastinasi pada siswa SMA Negeri se kota Magelang sebesar 36% masih tergolong tinggi, 53% tergolong sedang, 9% tergolong rendah dan 2% sangat rendah. Berdasarkan hal tersebut terlihat jelas bahwa prokrastinasi tidak hanya terjadi pada tingkat SMP namun juga tingkat SMA termasuk Mahasiswa.

Beberapa penelitian memaparkan pro dan kontra seorang mahasiswa aktivis, Mahasiswa seringkali salah berasumsi, mereka kerap menunda pekerjaan karena beranggapan bahwa masih mempunyai cukup waktu untuk menyelesaikan pekerjaannya dan tidak sedikit pula mahasiswa yang dengan cepat menyelesaikan pekerjaannya dengan pandangan mereka akan memiliki sisa waktu lebih panjang dari jumlah waktu yang dimiliki. Kebiasaan ini di bidang psikologi sering akrab dengan istilah prokrastinasi [8].

Dalam hal akademik, sebagian besar mahasiswa aktivis lebih memprioritaskan urusan organisasinya dibanding dengan perkuliahan.

Menurut Yip dan Leung (2016) keinginan untuk mulai menunda menyelesaikan tugas akademik dapat dikatakan sebagai sebagai prokrastinasi akademik. Berbagai aspek, salah satunya yaitu *time management* dapat mempengaruhi tinggi rendahnya tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Apabila mahasiswa tidak memiliki *time management* yang baik, maka mereka tidak mampu membagi waktu dengan baik. Dari sebagian besar mahasiswa aktivis, terdapat kasus nyata dimana mahasiswa tidak dapat membagi waktunya dengan baik antara tugas yang cukup banyak di organisasi dengan akademik yang hanya sedikit mendapat perhatian [9].

Keaktifan berorganisasi tidak dapat menjadi jaminan berkembangnya seorang mahasiswa, dengan kata lain ketika mahasiswa yang kewajiban utamanya adalah mementingkan urusan akademiknya, namun karena demi kepentingan lain yang sedikit menghambat proses mereka dalam menyelesaikan kuliah menyebabkan mahasiswa aktivis tidak bisa membagi kepentingannya, membagi waktu, terbengkalainya tugas-tugas, menurunnya prestasi akademik, dan tidak fokus dalam menerima materi perkuliahan.

Apabila disangkutkutan antara organisasi maupun manajemen waktu, keduanya bisa berpengaruh positif jika dari mahasiswa sendiri dapat mengatur dan mengambil manfaatnya dengan baik, begitu pula kebalikannya jika kita tidak dapat memanfaatkannya dengan baik mungkin akan menjadi timbal balik yang buruk. Respon dari berbagai mahasiswa berbeda-beda, tergantung dari pribadi yang memilikinya dalam memprioritaskan mana yang harus di selesaikan terlebih dahulu. Jika di uraikan kembali manfaat berorganisasi adalah dapat melatih kedisiplinan, keberanian, dan mengembangkan kemampuan yang tidak sepenuhnya dapat diperoleh ketika di perkuliahan. Baik itu kemampuan yang mendasar maupun kemampuan yang cukup sulit. Diharapkan dengan berorganisasi dapat tercapainya tujuan bersama yang efisien dan efektif, kemudian manfaat Manajemen waktu merupakan proses pengendalian waktu berdasarkan rangkaian kegiatan yang telah direncanakan dan ditinjau berdasarkan berbagai kemungkinan yang kemudian agar dapat berjalan dengan maksimal dilakukan pengontrolan dalam prosesnya. Berdasarkan hal tersebut, untuk mengkaji lebih dalam tentang hal tersebut, kami melakukan penelitian pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk menguji, menganalisis pengaruh regulasi diri, keaktifan berorganisasi, dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik.

## 2. Literatur Review

Berdasarkan beberapa sumber yang telah membahas mengenai penelitian ini maka dapat dilihat dari penelitian sebelumnya terdapat pemahaman yang sama terkait kondisi seorang mahasiswa biasa dan mahasiswa aktivis ketika menjalani perkuliahannya. Peneliti mengambil judul analisis regulasi diri, keaktifan berorganisasi, dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa (studi kasus Mahasiswa Aktivis FEB UMS) kemudian dijelaskan bahwa kehidupan beberapa mahasiswa tidak hanya fokus pada kuliahnya saja melainkan sebagian dari mereka memilih berorganisasi sebagai ajang untuk menambah pengetahuan, wawasan, mencari pengalaman, dan mengisi waktu luang disela tidak ada waktu kuliah. Menjadi mahasiswa aktivis adalah sebuah pilihan karena keputusan terbaik ada di tangan mahasiswa, jika mereka sanggup ketika menjalani apa yang akan menjadi resiko, maka disitulah pembuktian bahwa mereka bisa membagi sama rata kepentingan mereka dan begitu sebaliknya.

Mahasiswa akan mampu mencapai prestasi belajar yang baik apabila dapat melaksanakan regulasi diri pada saat menuntut ilmu [10]. Regulasi diri merupakan keterampilan seseorang dalam memberikan semangat untuk mencapai suatu pencapaian dan mengatur tindakan mereka sendiri, menetapkan target untuk diri mereka, mengevaluasi keberhasilan mereka ketika sukses dalam memenuhi target, dan ketika telah mencapai tujuan atau target tersebut mereka memberi *reward* pada diri mereka sendiri [11]. Salah satu penelitian yang menyatakan hubungan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi adalah penelitian yang dilakukan oleh Fitriya dan Lukmawati (2016) menyatakan bahwa regulasi diri berdampak negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik [12]. Beberapa penelitian yang juga menunjukkan bahwa regulasi diri berpengaruh secara negatif signifikan terhadap prokrastinasi akademik yaitu Iswahyudi dan Mahmudi (2016) [13], Mustika (2017) [14], Kandemir (2014) [15], Ozer, et al (2014) [16] dan Klassen, et al (2008) [17]. Apabila mahasiswa tidak menerapkan regulasi diri dalam menjalani perkuliahan, maka akan timbul sifat malas yang berimbas melakukan prokrastinasi akademik dan akan memicu terjadinya stres.

Hasil penelitian dari (Coressel, Sheila. M, 2014) partisipasi mahasiswa mengikuti organisasi dapat meningkatkan perkembangan mahasiswa dari segi wawasan, intelektual, kepemimpinan, dan pola berpikir [18]. Mahasiswa aktif berorganisasi merupakan mahasiswa yang mempunyai kewajiban tinggi ketika menjalankan tugas dalam menyelesaikan segala tugas-tugas yang diberikan baik yang bersifat umum maupun khusus [19]. Mahasiswa aktivis tidak hanya belajar materi perkuliahan tetapi ketika mereka mengikuti kegiatan organisasi dipastikan akan mendapatkan pengalaman yang lebih.

Menurut Walter (Dalam Pertiwi, 2020), prokrastinasi akademik adalah ketika mahasiswa mengalami kegagalan untuk menyelesaikan tugas dalam waktu yang diharapkan atau cenderung menunda tugas hingga tenggat waktu yang ditentukan. Penundaan tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor [20]. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2015), terdapat beberapa faktor yang salah satunya adalah ketidakmampuan mahasiswa membagi waktu antara perkuliahan dan kegiatan di luar kampus. Masalah ini berkaitan dengan keterampilan manajemen waktu [21]. Oleh karena itu, melalui penelitian [22] ditunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki pengaruh yang besar terhadap prokrastinasi akademik dan berkorelasi negatif. Oleh karena itu, semakin baik pengelolaan waktu, semakin sedikit prokrastinasi akademik, dan begitu pun sebaliknya.

Mahasiswa aktivis menurut beberapa penelitian berada satu tingkat di atas mahasiswa biasa yang hanya memiliki satu kepentingan saja. Karena tidak dapat dipungkiri mahasiswa aktivis tidak hanya belajar materi perkuliahan tetapi ketika mereka mengikuti kegiatan organisasi dipastikan akan mendapatkan lebih banyak ilmu dan pengalaman yang sangat berharga terlepas dari yang didapatkan saat perkuliahan. Oleh karena itu, dari yang sudah dijelaskan dapat ditarik garis besarnya bahwa setiap keputusan yang diambil akan menimbulkan positif ketika dijalani dengan penuh tanggung jawab, tetapi sebaliknya.

### 3. Metode

#### 3.1. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah beberapa mahasiswa yang mengikuti organisasi mahasiswa/ormawa di FEB UMS

sebanyak 120 mahasiswa yang terdiri dari Hema Manajemen, Himatansi, Himepa, Teater Ngirit, Wamsinomi, dan LPM Balans yang berjumlah 20 orang per organisasi tahun 2020-2021.

### **3.2. Data dan Sumber Data**

Data yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan data primer. Data primer didapatkan dari hasil kuesioner dengan melibatkan partisipasi aktif yang tergabung dalam organisasi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis.

### **3.3. Metode Pengumpulan Data**

Teknik pengolahan data yang diperoleh dari hasil olah data kuesioner merupakan suatu metode yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini.

### **3.4. Variabel dan Pengukuran**

#### **3.4.1. Variabel Dependen**

Variabel dependen merupakan variabel yang disebabkan oleh adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini, variabel dependen yang digunakan yaitu prokrastinasi akademik.

#### **3.4.2. Variabel Independen**

Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, diantaranya regulasi diri, keaktifan organisasi, dan manajemen waktu.

##### **1. Regulasi Diri**

Dalam penelitian ini regulasi diri dilihat berdasarkan beberapa aspek yaitu, aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku.

##### **2. Keaktifan Organisasi**

Dalam penelitian ini keaktifan dalam organisasi merupakan suatu kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa untuk mengembangkan diri. Selain itu, aktif berorganisasi dapat meningkatkan kreativitas, mengembangkan bakat, dan meningkatkan wawasan pengetahuan mahasiswa yang dapat diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

##### **3. Manajemen Waktu**

Dalam penelitian ini manajemen waktu merupakan suatu upaya dan tindakan untuk mengatur waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan menyiapkan perencanaan kegiatan secara teratur, mampu menyusun prioritas menurut kepentingannya, dan mampu menyelesaikan pekerjaan yang harus diselesaikan.

## **4. Hasil dan Pembahasan**

Jumlah mahasiswa yang mengikuti ormawa di FEB UMS dan mengisi kuesioner sejumlah 120 mahasiswa dengan 20 responden dari masing-masing ormawa. Jumlah sampel tersebut sesuai dengan kategori yang telah ditetapkan yaitu enam ormawa dengan dua jenis tahun masuk, sehingga sampel yang digunakan sebanyak 120 mahasiswa.

### **4.1. Hasil Uji Instrumen**

#### **Hasil Uji Validitas**

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh instrumen dapat dinyatakan valid. Hal itu berdasarkan pada pernyataan  $r$  table, yang mana diperoleh nilai dari sampel ( $n$ ) 120 sebesar 0,1793. Jika dilihat pada hasil dari uji validitas seluruh instrumen pada variabel X1 (Regulasi Diri) yang terdiri dari (X1.1, X1.2, X1.3, X1.4, X1.5, X1.6, X1.7) keseluruhan membuktikan nilai ( $r$  hitung  $>$   $r$  tabel). Pada variabel X2 (Keaktifan Organisasi) yang terdiri

dari (X2.1, X2.2, X2.3 X2.4, X2.5 X2.6, X2.7) keseluruhan membuktikan nilai ( $r$  hitung  $>$   $r$  tabel). Pada variabel X3 (Manajemen Waktu) yang terdiri dari (X3.1, X3.2, X3.3, X3.4, X3.4, X3.5, X3.6, X3.7) keseluruhan membuktikan nilai ( $r$  hitung  $>$   $r$  tabel). Selain itu variabel Y (Prokrastinasi Akademik) yang terdiri dari (Y1, Y2, Y3, Y4, Y5, Y6) keseluruhan membuktikan nilai ( $r$  hitung  $>$   $r$  tabel). Hal tersebut lah yang mendasari pernyataan diatas valid.

### Hasil Uji Reliabilitas

Dari hasil uji reabilitas yang telah dilakukan, ditemukan keseluruhan nilai dari hasil variabel X1 (Regulasi Diri), X2 (Keaktifan Organisasi), X3 (Manajemen Waktu) dan Y (Prokrastinasi Akademik) keseluruhan mendapatkan nilai Cronbach's Alpha diatas 0,6 yaitu 0,635, 0,750, 0,758, dan 0,607. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa seluruh instrument yang ada dalam penelitian ini reliabel.

## 4.2. Hasil Uji Asumsi Klasik

### Hasil Uji Normalitas

**Tabel 1.** Hasil Pengujian Normalitas Dengan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Normality Test	
N	120
Mean	0,000
Standard Deviation	2,728
Sig.	0,200

Sumber: Output data SPSS versi 25 (yang diolah)

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 1. didapatkan signifikansi sebesar 0,200. Sebuah data dianggap normal ketika signifikansi lebih besar dari alpha. Signifikansi 0,200  $>$  0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil data dari penelitian ini terdistribusi secara normal.

### Hasil Uji Heteroskedastisitas (Spearman)

**Tabel 2.** Hasil Pengujian Heteroskedastisitas (Spearman)

	Correlation Coefficient	Sig.	N
Regulasi Diri	0,012	0,896	120
Keaktifan Organisasi	0,006	0,944	120
Manajemen Waktu	0,022	0,814	120

Sumber: Output SPSS versi 25 (yang diolah)

Berdasarkan hasil uji heteroskedasitas pada Tabel 2. diperoleh signifikansi X1 (Regulasi Diri) adalah 0,896 kemudian X2 (Keaktifan Organisasi) adalah 0,944, dan X3 (Manajemen Waktu) adalah 0,814. Apabila signifikansi lebih besar daripada alpha (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut lolos uji heteroskedasitas. Oleh sebab itu, hasil dari data penelitian ini telah lolos uji heteroskedasitas.

### Hasil Uji Multikolinearitas

**Tabel 3.** Hasil Pengujian Multikoleniaritas

Multicollinearity Test Results		
Variabel	Tolerance	VIF
Regulasi Diri	0,727	1,376
Keaktifan Organisasi	0,550	1,817
Manajemen Waktu	0,511	1,958

Sumber: Output data SPSS versi 25 (yang diolah)

Hasil Uji Normalitas pada Tabel 3. dianggap lolos apabila a) Tolerance lebih besar dari 0,10 sehingga tidak terjadi multikolinieritas dalam model regresi b) Nilai VIF lebih kecil dari 10,00 sehingga tidak terjadi multikolinieritas dalam model regresi. Dari hasil pengujian di atas, diperoleh Nilai Tolerance berupa X1 (Regulasi Diri) sebesar 0,727, X2 (Keaktifan Organisasi) sebesar 0,550, X3 (Manajemen Waktu) sebesar 0,511 dan nilai VIF berupa X1 (Regulasi Diri) sebesar 1,376, X2 (Keaktifan Organisasi) sebesar 1,817, X3 (Manajemen Waktu) sebesar 1,958. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data diatas lolos uji multikolinearitas.

### 4.3. Hasil Analisis Regresi Berganda

#### Hasil Uji F

**Tabel 4. Uji F  
ANOVA<sup>a</sup>**

Regression	
F	Sig.
8,463	0,000

Sumber: Output SPSS versi 25 (yang diolah)

Berdasarkan hasil data Uji F pada Tabel 4. Jika signifikansi lebih kecil daripada alpha (sig < 0,05 atau 5%) maka model penelitian dikatakan layak. Selanjutnya jika signifikansi lebih besar daripada alpha (sig < 0,05 atau 5%) maka model penelitian dikatakan tidak layak. Berdasarkan hasil uji F di atas diketahui bahwa Sig. dari F adalah 0.000 (<0,05) maka model penelitian disimpulkan layak uji.

#### Hasil Uji t

**Tabel 5. Uji t**

Variabel	t	Sig
Regulasi Diri	3,418	0,001
Keaktifan Organisasi	-2,665	0,009
Manajemen Waktu	2,422	0,017

Sumber: Output data SPSS versi 25 (yang diolah)

#### Persamaan Regresi

$$Y = 8,594 + 0,344X_1 - 0,269X_2 + 0,246X_3 + e$$

$a = 8,594$ . Jika tidak ada variabel X 1,2,3 maka Y akan tetap sebesar 15,906 poin.

$\beta_1 = 0,344$ . Hal ini berarti bahwa jika X1 naik sebesar 1 point maka Y akan naik sebesar 0,344 poin.

$\beta_2 = -0,269$ . Hal ini berarti bahwa jika X2 turun sebesar 1 point maka Y akan turun sebesar 0,269 poin.

$\beta_3 = 0,246$ . Hal ini berarti bahwa jika X3 naik sebesar 1 point maka Y akan naik sebesar 0,246 poin.

#### Uji t

Jika Sig. < 0,05 (5%). Maka hasilnya berpengaruh atau  $H_a$  diterima.

Jika Sig. > 0,05 (5%). Maka hasilnya tidak berpengaruh atau  $H_0$  diterima.

Sig. X1 (Regulasi Diri) = 0,001, maka  $H_a$  1 diterima. Hal ini membuktikan bahwa regulasi diri berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Sig. X2 (Keaktifan Organisasi) = 0,009, maka  $H_a$  2 diterima. Hal ini membuktikan bahwa keaktifan organisasi berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Sig. X3 (Manajemen Waktu) = 0,017, maka  $H_a$  3 diterima. Hal ini membuktikan bahwa manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

## Koefisien Determinasi

**Tabel 6.** Hasil Koefisien Determinasi  
**Model Summary<sup>b</sup>**

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,424	0,180	0,158	2,764

Sumber: Output SPSS versi 25 (yang diolah)

Dari data Tabel 6. Didapati:

### Adjust R Square

Hasil uji Adjust R Square di atas menunjukkan bahwa variabel X1 (Regulasi Diri), X2 (Keaktifan Organisasi), dan X3 (Manajemen Waktu) mempengaruhi variabel Y (Prokrastinasi Akademik) sebesar 15,8% dan sisanya 84,2% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian.

## 4.4. Pembahasan

Hasil temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan uji F dengan nilai sig. 0,000 memberikan kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh regulasi diri, keaktifan berorganisasi, dan manajemen waktu. Begitu juga pada uji t diperoleh hasil regulasi diri dengan nilai sig.  $0,001 < 0,05$ , artinya regulasi diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Keaktifan Organisasi dengan nilai sig.  $0,009 < 0,05$ , artinya keaktifan organisasi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Manajemen Waktu dengan nilai sig.  $0,017 < 0,05$ , artinya manajemen waktu mempunyai pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Regulasi diri yang tidak baik dari seorang mahasiswa dapat menimbulkan peluang terjadinya tindak prokrastinasi yang lebih besar. Hal tersebut juga dapat dipengaruhi oleh manajemen waktu yang masih tidak terstruktur oleh mahasiswa dan juga disebabkan karena terlalu aktifnya berorganisasi di kampus sehingga menunda menyelesaikan tugas perkuliahan.

Berdasarkan nilai Adjust R Square menunjukkan bahwa variabel X1 (Regulasi Diri), X2 (Keaktifan Organisasi), dan X3 (Manajemen Waktu) mempengaruhi variabel Y (Prokrastinasi Akademik) sebesar 15,8% dan sisanya 84,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

Hal ini sepemikiran dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Ayu Arwina, Risydah Fadilah, & Abdul Murad tahun 2021 yang membuktikan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan pada regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada angka 0,496 yang mengartikan bahwa semakin kecil kemampuan seseorang dalam melakukan regulasi diri dapat menyebabkan tingkat prokrastinasi akademik semakin tinggi, demikian pula sebaliknya apabila semakin besar kemampuan seseorang dalam melakukan regulasi diri maka dapat menyebabkan tingkat prokrastinasi akademik menjadi rendah [23].

Rinda Sindhi Margareta & Agus Wahyudin tahun 2019 menyatakan bahwa berdasarkan hasil uji t pada penelitiannya menunjukkan angka 3,662. Hal tersebut mengindikasikan bahwa keaktifan berorganisasi berdampak positif pada prokrastinasi akademik. Semakin aktif seorang siswa dalam mengikuti organisasi maka akan semakin tinggi juga peluang siswa tersebut melakukan tindakan prokrastinasi akademik [24].

Selain itu, Rahma Mediastuti & Rr. Dini Diah Nurhadianti (2022) juga melakukan sebuah penelitian dengan memilih metode analisis *bivariate correlation* dan metode *multivariate correlation* menunjukkan bahwa variabel manajemen waktu memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XII SMAN 4 Bekasi [25].

## 5. Kesimpulan

Tindak prokrastinasi masih sangat sering dilakukan oleh berbagai tingkatan civitas akademik, termasuk di dalamnya yaitu mahasiswa. Berdasarkan hasil pembahasan di atas diperoleh kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh regulasi diri, keaktifan berorganisasi, dan manajemen waktu oleh mahasiswa. Regulasi diri yang baik dapat menurunkan tingkat peluang terbukanya tindak prokrastinasi akademik. Keaktifan berorganisasi oleh mahasiswa yang diiringi dengan manajemen waktu yang baik dan teratur dapat juga menurunkan tingkat prokrastinasi akademik, karena mahasiswa mampu memanfaatkan waktu dengan baik dan mampu membedakan tingkat prioritas antara kuliah dan organisasi.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah masih kecilnya nilai Adjust R Square yang menunjukkan bahwa adanya variabel-variabel lain yang lebih berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Selain itu, masih kurangnya keterikatan antara variabel independen satu dengan variabel independen lainnya. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah mencari variabel independen yang lebih berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan melakukan riset yang lebih mendalam.

## Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT serta mengucapkan terima kasih yang tulus kepada kedua orang tua dan teman-teman mahasiswa yang telah membantu dan berpartisipasi demi kelancaran dalam pelaksanaan penelitian ini.

## Referensi

- [1] H. Kurnia, "Pengaruh Keaktifan Berorganisasi Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Universitas Cokroaminoto Yogyakarta," *Acad. Educ. Journal. Pendidik. Pancasila dan Kewarganegaraan*, vol. 5, no. 2, pp. 91–103, 2014.
- [2] S. Rahmania, E. W. Agustina, and A. Rahayuni, "Analisis Manajemen Waktu Mahasiswa Aktivistis IAIN Surakarta," *J. Kaji. Keislam. Multi-Perspektif*, vol. 1, no. 2, pp. 347–376, 2021, doi: <https://doi.org/10.22515/literasi.v1i2.3720>.
- [3] B. Laia, "Improving the Student's Ability in Speaking by Using Debate Technique the Tenth Grade of SMK Negeri 1 Aramo," vol. 04, no. 01, pp. 1–19, 2019.
- [4] B. Laia *et al.*, "Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri di Kabupaten Nias Selatan," no. 1, pp. 162–168, 2022.
- [5] K. Telaumbanua, "Konsep Dasar Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar," *J. War. Edisi49*, 2016.
- [6] M. Munawaroh, S. Alhadi, and W. Saputra, "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta," *J. Kaji. Bimbing. dan Konseling*, vol. 2, no. 1, pp. 26–31, 2017, doi: [10.17977/um001v2i12017p026](https://doi.org/10.17977/um001v2i12017p026).
- [7] S. Hijrah Eko Putro, "Model Konseling Kelompok Teknik Self Regulated Learning Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa," *J. Bimbing. Konseling*, vol. 5, no. 1, pp. 15–22, 2016.
- [8] I. Sari and L. Lubis, "Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa," vol. 4, no. 2, pp. 90–98, 2018.
- [9] W.-S. Lee and M.-T. Leung, "The Structural Model of Perceived Parenting Style as Antecedent on Achievement Emotion, Self-regulated Learning and Academic Procrastination of Undergraduates in Hong Kong," *Appl. Psychol. Readings*, pp. 171–190, 2016, doi: [10.1007/978-981-10-2796-3\\_12](https://doi.org/10.1007/978-981-10-2796-3_12).

- [10] A. F. Hadwin, "Self-Regulated Learning (SRL) Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 01, no. 01, pp. 145–155, 2012, doi: 10.4135/9781412964012.n19.
- [11] S. A. Mu'min, "Regulasi Diri Dalam Belajar Mahasiswa Yang Bekerja (Studi pada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kendari)," *J. Al-Ta'dib*, vol. 9, no. 1, pp. 1–20, 2016, [Online]. Available: <https://ejournal.iainkendari.ac.id/al-tadib/article/view/499>.
- [12] F. Fitriya and L. Lukmawati, "Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sekolah tinggi ilmu kesehatan (STIKES) mitra adiguna palembang," *J. Psikol. Islam.*, vol. Vol. 2 No., pp. 63–74, 2016.
- [13] A. Iswahyudi and I. Mahmudi, "Pengaruh Mengikuti Orgamawa Dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP PGRI Madiun Tahun Akademik 2015/2016," *J. Ilm. Couns.*, vol. 6, no. 2, pp. 41–55, 2016.
- [14] Mustika, "The Relationship of Self-Regulation with Academic Procrastination Behavior on the Final Semester Students of Psychology Faculty, Medan Area University (UMA), Medan, Indonesia Mustika," *IOSR J. Humanit. Soc. Sci. (IOSR-JHSS)*, vol. 22, no. 10, pp. 21–30, 2017, doi: 10.9790/0837-2210082130.
- [15] M. Kandemir, "Reasons of Academic Procrastination: Self-regulation, Academic Self-efficacy, Life Satisfaction and Demographics Variables," *Procedia - Soc. Behav. Sci.*, vol. 152, pp. 188–193, 2014, doi: 10.1016/j.sbspro.2014.09.179.
- [16] B. Uzun Ozer, J. O'Callaghan, A. Bokszczanin, E. Ederer, and C. Essau, "Dynamic interplay of depression, perfectionism and self-regulation on procrastination," *Br. J. Guid. Couns.*, vol. 42, no. 3, pp. 309–319, 2014, doi: 10.1080/03069885.2014.896454.
- [17] R. M. Klassen, L. L. Krawchuk, and S. Rajani, "Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination," *Contemp. Educ. Psychol.*, vol. 33, no. 4, pp. 915–931, 2008, doi: 10.1016/j.cedpsych.2007.07.001.
- [18] S. M. Coressel, *The Influence of Collge Student's Intensity of Involvement in Student Organizations on Leadership Values*, vol. 39, no. 1. 2014.
- [19] R. Kurniawati, T. Leonardi, M. Psi, F. Psikologi, and U. Airlangga, "Hubungan Antara Metakognisi dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang Aktif Berorganisasi di Organisasi Mahasiswa Tingkat Fakultas," *J. Psikol. Pendidik. dan Perkemb.*, vol. 2, no. 01, pp. 1–6, 2013.
- [20] A. R. Anabillah *et al.*, "Kemampuan Manajemen Waktu dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa," *Semin. Nas. Mhs. (SENACAM 2022)*, pp. 189–195, 2022.
- [21] H. H. Fauziah, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 2, no. 2, pp. 123–132, 2016, doi: 10.15575/psy.v2i2.453.
- [22] N. K. Nisa, H. Mukhlis, D. A. Wahyudi, and R. H. Putri, "Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan," *J. Psychol. Perspect.*, vol. 1, no. 1, pp. 29–34, 2019.
- [23] A. Arwina, R. Fadilah, and A. Murad, "Hubungan Regulasi Diri dan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area," *J. Educ. Hum. Soc. Sci.*, vol. 4, no. 4, pp. 1981–1991, 2022, doi: 10.34007/jehss.v4i4.988.
- [24] R. S. Margareta and □ Agus Wahyudin, "Pengaruh Motivasi Belajar, Perfeksionisme Dan Keaktifan Berorganisasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Regulasi Diri Sebagai Variabel Moderating," *Econ. Educ. Anal. J.*, vol. 2, no. 1, pp. 18–23, 2019.
- [25] R. Mediastuti, R. Dini, and D. Nurhadianti, "Hubungan Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII SMAN 4 Bekasi," *J. IKRAITH-HUMANIORA*, vol. 6, no. 2, pp. 31–39, 2022.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

---