

Pengaruh Motivasi Belajar, Manajemen Waktu, dan *Self-Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang

Marsela¹, Agus Irianto²

¹²Program Studi Pendidikan Ekonomi, Universitas Negeri Padang
e-mail: marsellsella03@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Padang. Melalui pendekatan kuantitatif dan analisis statistik. Jenis penelitian ini kuantitatif korelasional yang digunakan untuk mengeksplorasi hubungan statistik antara prokrastinasi akademik dengan motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* di kalangan mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang diisi oleh 209 mahasiswa. Penelitian ini dilaksanakan dari 24 Januari 2024 sampai 3 Februari 2024, menggunakan analisis korelasi Pearson untuk menentukan hubungan antar variabel. Hasil analisis data menyimpulkan bahwa : (1) motivasi belajar memiliki dampak signifikan terhadap prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, dengan motivasi belajar berkontribusi sebesar 19,1% terhadap prokrastinasi akademik. (2) manajemen waktu juga berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, dengan kontribusi sebesar 33,2%, menegaskan pentingnya pengelolaan waktu yang efektif. (3) *self-efficacy* berdampak pada prokrastinasi akademik, dengan kontribusi sebesar 13,7%, menunjukkan pentingnya keyakinan diri dalam menyelesaikan tugas. (4) ketiga variabel tersebut motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* secara kolektif berkontribusi sebesar 33,2% terhadap prokrastinasi akademik, menunjukkan pentingnya pendekatan holistik dalam mengatasi prokrastinasi dan meningkatkan kinerja akademik.

Kata kunci : *Motivasi Belajar, Manajemen Waktu, dan Self-efficacy Prokrastinasi Akademik*

Abstract

This study aims to analyze the effect of learning motivation, time management, and *self-efficacy* on academic procrastination among students of the Department of

Economic Education, Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Padang. Through quantitative approaches and statistical analysis. This type of quantitative correlational research is used to explore the statistical relationship between academic procrastination with learning motivation, time management, and self-efficacy among S1 students of the Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Padang. Data was collected through a structured questionnaire filled out by 209 students. The study was conducted from January 24, 2024, to February 3, 2024, using Pearson correlation analysis to determine the relationship between variables. The results of the data analysis concluded that: (1) learning motivation had a significant impact on academic procrastination among students of the Department of Economic Education, Faculty of Economics and Business, Padang State University, with learning motivation contributing 19.1% to academic procrastination. (2) Time management also has a significant effect on academic procrastination, with a contribution of 33.2%, affirming the importance of effective time management. (3) Self-efficacy has an impact on academic procrastination, with a contribution of 13.7%, indicating the importance of self-confidence in completing tasks. (4) The three variables of learning motivation, time management, and self-efficacy collectively contributed 33.2% to academic procrastination, demonstrating the importance of a holistic approach in overcoming procrastination and improving academic performance.

Keywords: *Learning Motivation, Time Management, and Self-efficacy of Academic Procrastination*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sarana kunci dalam membentuk sumber daya manusia berkualitas, melalui jenjang formal dan non formal (Nuryadi & Ginting, 2017). Perguruan tinggi, sebagai salah satu jenjang pendidikan formal, memegang peranan vital dalam mencetak individu yang mandiri, bermartabat, tangguh, dan kreatif (Damri et al., 2017). Tujuan utama pendidikan tinggi, sesuai dengan tridharma perguruan tinggi, adalah menghasilkan pengetahuan dan teknologi yang bermanfaat bagi kemajuan bangsa dan kesejahteraan umat manusia (Lubis, 2018). Dalam konteks ini, mahasiswa, sebagai peserta didik di perguruan tinggi, dihadapkan pada berbagai tugas akademik dan non akademik, yang seringkali memicu perilaku prokrastinasi.

Prokrastinasi, atau kecenderungan untuk menunda pekerjaan, merupakan masalah yang lazim terjadi di kalangan mahasiswa (Yuliza et al., 2022). Menurut (Azar, 2013), (Yuen 2008) serta (Muhammad Fery Irawan & Arifin Nur Budiono Yurike Kinanthy Karamoy, 2023), prokrastinasi adalah perilaku menunda yang telah menjadi kebiasaan dan menyebabkan individu mengalihkan fokus mereka ke aktivitas lain yang kurang bermanfaat. Fenomena ini tidak hanya terbatas pada kehidupan sehari-hari tetapi juga berdampak signifikan pada bidang akademik, dimana mahasiswa sering menunda-nunda penyelesaian tugas-tugas yang diberikan oleh dosen. Hal ini

memerlukan manajemen waktu yang baik untuk memastikan semua kegiatan dapat diselesaikan secara efektif.

Pendidikan tinggi di Departemen Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang berusaha menghasilkan mahasiswa yang kompeten dan siap menghadapi tantangan dunia profesional. Namun, prokrastinasi akademik menjadi hambatan yang berpotensi mengurangi efektivitas pembelajaran dan pencapaian akademis mahasiswa. Faktor-faktor seperti motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* diyakini memiliki pengaruh besar terhadap tingkat prokrastinasi akademik.

Motivasi belajar merupakan dorongan internal yang memotivasi individu untuk belajar dan mencapai tujuan akademis (Ika Andrayani et al., 2021). Penelitian terhadap mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi dapat memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang memotivasi atau menghambat proses belajar, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas pembelajaran. Selain itu, kemampuan manajemen waktu yang baik sangat krusial untuk kesuksesan akademis, mengingat mahasiswa sering dihadapkan pada tugas dan jadwal yang padat (Muhammad Fery Irawan & Arifin Nur BudionoYurike Kinanthi Karamoy³, 2023). Keterampilan ini sangat penting untuk mencegah prokrastinasi dan memastikan penyelesaian tugas tepat waktu.

Self-efficacy, atau keyakinan diri mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik, juga memainkan peran penting dalam mengurangi prokrastinasi (Ubaidillah Al Ghifary et al., 2022). Mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi lebih cenderung percaya bahwa mereka dapat menyelesaikan tugas dengan baik, sedangkan mereka dengan *self-efficacy* rendah mungkin lebih cenderung menunda-nunda karena kurangnya keyakinan diri (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

Belum banyak penelitian yang fokus pada pengaruh motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik khususnya di Departemen Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menyediakan wawasan tentang cara mengatasi prokrastinasi dan meningkatkan prestasi akademis mahasiswa. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi, diharapkan dapat dirumuskan strategi intervensi yang efektif untuk mengurangi tingkat prokrastinasi dan memfasilitasi pencapaian akademis yang lebih baik bagi mahasiswa.

Tabel 1. Hasil survey prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi Tahun Masuk 2019-2021

| No | Keterangan | Ya | Tidak |
|----|--|-------|-------|
| 1. | Apakah mahasiswa pernah menunda mengerjakan tugas akademik? | 88,9% | 11,1% |
| 2. | Apakah mahasiswa sering mengerjakan tugas berdekatan dengan batas waktu pengumpulan (<i>deadline</i>)? | 92,6% | 7,4% |
| 3. | Apakah mahasiswa pernah terlambat mengumpulkan tugas akademik? | 100% | 0% |
| 4. | Apakah mahasiswa kesulitan dalam manajemen | 74,1% | 22,2% |

| No | Keterangan | Ya | Tidak |
|----|------------|-------|-------|
| | waktu? | | |
| | Rata-rata | 88,9% | 10,1% |

Sumber :Olahan data google formulir

Berdasarkan hasil observasi awal pada tabel 1, penelitian ini mengungkapkan bahwa mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Padang secara signifikan mengalami prokrastinasi akademik, dengan persentase jawaban benar oleh responden mencapai 88,9%. Jawaban tertinggi tercatat pada pernyataan nomor 3, sedangkan yang terendah pada nomor 4, menunjukkan kecenderungan mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas. Penelitian lain oleh (Sokolowska, 2009) menemukan bahwa 77,4% siswa cenderung menunda-nunda, dan hampir setengah dari mereka sering atau selalu menunda tugas akademiknya. Selanjutnya, data menunjukkan bahwa 92,6% responden sering mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan. (Ferry et al., 2022) mengidentifikasi karakteristik mahasiswa prokrastinator meliputi ketidakdisiplinan dalam menyelesaikan tugas hingga batas akhir waktu. Seratus persen responden mengakui pernah terlambat mengumpulkan tugas, dan 74,1% mengalami kesulitan dalam manajemen waktu. Penelitian Won & Yu (2018) menegaskan pentingnya manajemen waktu dalam kinerja akademik mahasiswa.

Banyak studi menganggap prokrastinasi akademik sebagai kekurangan pribadi yang mengarah pada pilihan keuntungan jangka pendek yang merugikan kinerja akademik jangka panjang (Jiao et al., 2011). (Gustavson & Miyake, 2017) menemukan bahwa 50% - 80% mahasiswa menunda mengerjakan tugasnya, sementara Amarnath et al., (2023) menyebutkan bahwa persentase penunda kronis meningkat menjadi 70% di kalangan mahasiswa. Yazici dan Bulut (2015) menunjukkan dampak negatif prokrastinasi terhadap keberhasilan akademik, dipengaruhi oleh kurangnya motivasi dan manajemen waktu yang buruk. Penelitian lebih lanjut oleh Solomon & Rothblum (1984) serta Balkis et.al (2006) menyatakan bahwa manajemen waktu yang buruk berkorelasi positif dengan prokrastinasi akademik.

Penundaan seringkali dikaitkan dengan kegagalan dalam pengaturan diri, kemampuan mengendalikan pikiran, emosi, dan tindakan untuk mencapai tujuan (Ubaidillah Al Ghifary et al., 2022), Prokrastinasi dapat menimbulkan kecemasan, menurunkan self-efficacy, dan meningkatkan stres, yang berpotensi menyebabkan nilai buruk dan gagal akademik (Dominguez et al., 2014). (Ubaidillah Al Ghifary et al., 2022)(Ubaidillah Al Ghifary et al., 2022) serta (Ika Sandra, 2013), menekankan pentingnya self-efficacy dalam mengatasi prokrastinasi. (Karaman & Watson, 2017), serta (Anggoro, 2023) menemukan hubungan antara stres dengan prokrastinasi.

Penelitian ini juga mengeksplorasi faktor internal dan eksternal yang berkontribusi terhadap prokrastinasi. (Steel & Klingsieck, 2016). serta Soegiyanto et.al (2019) menyoroti peran kondisi fisik, psikologis, dan lingkungan dalam mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Faktor psikis teridentifikasi sebagai pengaruh terbesar terhadap prokrastinasi akademik.

Mengingat prevalensi dan dampak negatif prokrastinasi akademik, penelitian ini bertujuan untuk lebih mendalami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perilaku ini di kalangan mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang. Dengan judul “Pengaruh motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa”, penelitian ini berharap dapat memberikan wawasan baru dalam mengatasi prokrastinasi akademik, serta menawarkan strategi yang dapat meningkatkan kinerja akademik mahasiswa melalui peningkatan motivasi belajar, pengelolaan waktu yang lebih baik, dan *peningkatan self-efficacy*. Melalui analisis mendalam, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur akademik dan praktik pendidikan, khususnya dalam mengatasi tantangan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa.

METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif korelasional untuk menyelidiki hubungan antara prokrastinasi akademik dan faktor-faktor motivasi belajar, manajemen waktu, serta *self-efficacy* di antara mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang, menggunakan desain yang memungkinkan analisis korelasi statistik antar variabel terpilih. Dengan populasi seluruh mahasiswa S1 fakultas tersebut, sampel sebanyak 209 mahasiswa dipilih melalui teknik random sampling untuk representasi yang akurat. Data dikumpulkan via kuesioner terstruktur dari 24 Januari hingga 3 Februari 2024, fokus mengukur variabel-variabel terkait. Analisis dilakukan menggunakan korelasi Pearson untuk menentukan kekuatan dan signifikansi hubungan antar variabel, serta arah hubungan tersebut. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik, dengan partisipan yang memberikan informed consent, menjamin kerahasiaan dan anonimitas mereka sepanjang penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, analisis uji asumsi klasik meliputi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedasitas untuk memeriksa validitas model regresi yang digunakan. Uji normalitas mengkonfirmasi distribusi data yang normal dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200, melebihi ambang batas $\alpha=0,05$, menandakan bahwa data berdistribusi normal. Analisis multikolinearitas menunjukkan tidak adanya gejala multikolinearitas yang signifikan, dengan nilai Tolerance yang lebih besar dari 0,10 dan nilai Variance Inflation Factor (VIF) yang kurang dari 10,00 untuk semua variabel prediktor (Motivasi Belajar, Manajemen Waktu, *Self-efficacy*), memastikan tidak terdapat hubungan linear yang terlalu kuat antara variabel-variabel prediktor. Ini memungkinkan model regresi untuk menghasilkan estimasi yang valid dan reliabel. Uji heteroskedasitas, dengan nilai signifikan (Sig.) semua variabel pada 1,000, melebihi $\alpha=0,05$, menunjukkan tidak terjadinya heteroskedasitas, yang berarti variabilitas residu dalam model regresi adalah konstan. Hal ini mengindikasikan bahwa estimasi koefisien regresi tidak dipengaruhi oleh masalah heteroskedasitas, menegaskan keandalan dan keseragaman varians residu dalam model. Kesimpulannya, model regresi dianggap

bebas dari masalah multikolinearitas dan heteroskedasitas, menandakan keandalan hasil analisis dan validitas estimasi model regresi.

a. Uji t

Uji t dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruhnya variabel independen secara individual dalam menjelaskan variabel dependen. Jika nilai sig < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima begitu juga sebaliknya.

Tabel 2. Uji t (Hipotesis 1 sampai 3)

| t | Asymp. Sig. (2-tailed) | α (alfa) | R Square | Keterangan |
|-------|------------------------|-----------------|---------------|----------------------------------|
| 7,347 | 0,000 | 0,05 | 0,191 (19,1%) | H_0 ditolak dan H_1 diterima |
| 4,573 | 0,000 | 0,05 | 0,332 (33,2%) | H_0 ditolak dan H_1 diterima |
| 7,013 | 0,000 | 0,05 | 0,137 (13,7%) | H_0 ditolak dan H_1 diterima |

Dalam analisis data yang diberikan, Uji t digunakan untuk menilai pengaruh dari masing-masing variabel independen secara individual terhadap variabel dependen. Hasil Uji t untuk ketiga hipotesis tersebut menunjukkan nilai-nilai signifikansi (*Asymp. Sig. (2-tailed)*) yang menentukan apakah hipotesis spesifik ditolak atau diterima berdasarkan ambang batas alfa (α) sebesar 0,05.

1) Hipotesis 1 :

Penelitian tentang pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik di Universitas Negeri Padang menunjukkan motivasi belajar signifikan mengurangi prokrastinasi, dengan 19,1% variabilitas prokrastinasi dijelaskan oleh motivasi, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini menegaskan teori motivasi intrinsik dan ekstrinsik, manajemen waktu, dan *self-efficacy*, mengindikasikan mahasiswa dengan motivasi tinggi kurang prokrastinasi karena manajemen waktu dan keyakinan diri yang lebih baik. Studi lain menghubungkan prokrastinasi dengan kecemasan, depresi, dan academic burnout, menyarankan perlunya pendekatan komprehensif dalam mengatasi prokrastinasi. Penelitian ini memberikan wawasan penting untuk strategi pendidikan yang memfokuskan pada peningkatan motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* untuk mengurangi prokrastinasi akademik.

2) Hipotesis 2 :

Penelitian ini menemukan bahwa manajemen waktu memiliki pengaruh signifikan terhadap pengurangan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi, Universitas Negeri Padang, dengan 33,2% variabilitas prokrastinasi akademik yang dapat dijelaskan oleh manajemen waktu. Hasil ini menunjukkan hubungan kuat antara kemampuan manajemen waktu yang baik dan rendahnya tingkat prokrastinasi, mendukung teori bahwa manajemen waktu yang efektif dapat mengurangi beban kognitif dan meningkatkan efisiensi pengambilan keputusan. Temuan ini menyarankan pentingnya pengembangan keterampilan manajemen waktu bagi mahasiswa untuk mengurangi prokrastinasi dan meningkatkan kinerja akademik, serta menekankan perlunya program pengembangan manajemen waktu dalam pendidikan untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan.

3) Hipotesis 3 :

Penelitian terhadap mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi di Universitas Negeri Padang menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, dengan sekitar 13,7% variasi prokrastinasi dapat dijelaskan oleh *self-efficacy*. Hasil ini, yang menunjukkan hubungan signifikan dengan nilai t 7,013 dan signifikansi $0,000 < 0,05$, mendukung Teori *Self-Efficacy* oleh Albert Bandura, yang menyatakan peran *self-efficacy* dalam mempengaruhi perilaku. Penemuan ini menekankan pentingnya *self-efficacy* dalam mengurangi prokrastinasi, menawarkan wawasan baru dibandingkan studi sebelumnya yang fokus pada stres dan kecanduan internet, dan menyarankan bahwa meningkatkan *self-efficacy* dapat efektif mengatasi prokrastinasi di kalangan mahasiswa.

b. Uji F (Hipotesis 4)

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen Motivasi Belajar (X1), Manajemen Waktu (X2), dan *Self-efficacy* (X3) secara bersama-sama atau simultan mempengaruhi variabel dependen Prokrastinasi Akademik (Y). Jika nilai $sig < 0,05$ dan nilai F hitung $> F$ tabel maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Tabel 3. Uji F (Hipotesis 4)

| F | Asymp. Sig. (2-tailed) | α (alfa) | R Square | Keterangan |
|--------|------------------------|-----------------|----------|----------------------------------|
| 33,911 | 0,000 | 0,05 | 0,332 | H_0 ditolak dan H_1 diterima |

Penelitian pada mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang mengevaluasi pengaruh simultan motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik. Analisis menghasilkan nilai F hitung 33,911 dengan signifikansi 0,000, menunjukkan pengaruh signifikan ketiga variabel terhadap prokrastinasi akademik, mendukung teori motivasi intrinsik dan ekstrinsik, efektivitas manajemen waktu, dan konsep *self-efficacy* Bandura. Temuan ini, bersama dengan nilai R Square 33,2%, mengindikasikan kontribusi moderat variabel-variabel ini terhadap prokrastinasi, memperlihatkan pentingnya mereka dalam penelitian prokrastinasi sambil menyarankan keberadaan faktor lain yang mempengaruhi fenomena ini. Penelitian ini menggarisbawahi perlunya pendekatan holistik dalam mengurangi prokrastinasi, mengintegrasikan motivasi belajar, keterampilan manajemen waktu, dan peningkatan *self-efficacy* sebagai strategi efektif.

SIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self-efficacy* memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, dengan masing-masing variabel independen berkontribusi secara signifikan: motivasi belajar mempengaruhi prokrastinasi sebesar 19,1%, manajemen waktu 33,2%, dan *self-efficacy* 13,7%. Analisis mengkonfirmasi teori yang relevan, seperti *Self-Determination* untuk motivasi, *Cognitive Load* untuk manajemen waktu, dan *Self-Efficacy* Albert Bandura, menekankan pentingnya faktor-faktor ini dalam mengurangi

kecenderungan prokrastinasi. Secara keseluruhan, ketiga variabel tersebut secara bersama-sama mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 33,2%, menyarankan bahwa pendekatan terintegrasi terhadap peningkatan motivasi belajar, keterampilan manajemen waktu, dan keyakinan diri dapat efektif mengurangi prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Amarnath, A., Ozmen, S., Struijs, S. Y., Wit, L. De, & Cuijpers, P. (2023). Effectiveness of a guided internet-based intervention for procrastination among university students – A randomized controlled trial study protocol. *Internet Interventions*, 32(February), 100612. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2023.100612>
- Anggoro, A. (2023). The Relationship Between Academic Procrastination and Stress Level of Medical Students. *Scientia Psychiatrica*, 4(2), 369–372.
- Azar, F. S. (2013). Self-efficacy, Achievement Motivation, and Academic Procrastination as Predictors of Academic Performance. *US-China Education Review B*, 3(847–857), 11.
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). Hubungan Self-Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74. <https://doi.org/10.22373/je.v3i1.1415>
- Dominguez, S. A., Villegas, G., & Centeno, S. B. (2014). Academic Procrastination: Validation of a Scale in a Sample of Students From a Private University. *SciELO Peru*, 20, 2.
- Fadila, N. A., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi pada Masa Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(02), 189–198.
- Ferry, D., Vera, Y. H., & Dairabi, K. (2022). *Tugas dalam Perkuliahan: Profil Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci*. 6(1).
- Gustavson, D. E., & Miyake, A. (2017). Academic Procrastination and Goal Accomplishment A Combined Experimental and Individual Differences Investigation. *Learning and Individual Differences*, 0–54.
- Ika Andrayani, M., Utami Puspitasari, & Kusumawati. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu, Motivasi Belajar, dan Prokrastinasi Terhadap Keberhasilan Akademik Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Kelas Karyawan Semester III dan V FEB Universitas PGRI Semarang Tahun Akademik 2020/2021). *Bisnis Dan Ekonomi Kreatif*, 1(1), 60. <https://journal2.upgris.ac.id/>
- Ika Sandra, K. (2013). Manajemen Waktu, Efikasi-Diri Dan Prokrastinasi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 217–222. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i3.140>
- Jiao, Q. G., Daros-voseles, D. A., Collins, K. M. T., & Onwuegbuzie, A. J. (2011). Academic procrastination and the performance of graduate-level cooperative groups in research methods courses. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 11(1), 119–138.

- Karaman, M. A., & Watson, J. C. (2017). Examining associations among achievement motivation, locus of control, academic stress, and life satisfaction: A comparison of U.S. and international undergraduate students. *Personality and Individual Differences, 111*, 106–110.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa The Relationship of Self Regulated Learning and Self Efficacy with Student's Academic Procrastination. *Jurnal Diversita Available, 4*(2), 90–98.
- Muhammad Fery Irawan, & Arifin Nur BudionoYurike Kinanthy Karamoy3. (2023). Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Akademik Siswa. *International Journal of Research in Science, Commerce, Arts, Management and Technology, 11*(1), 410–421. <https://doi.org/10.48175/ijarsct-13062>
- Nuryadi, A., & Ginting, A. A. (2017). Self Control Dan Self Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga, 3*(2), 34. http://jurnal.unipasb.ac.id/index.php/adi_raga
- Soegiyanto, Ipang Setiawan, Moch. Fahmi Abdulaziz, Dhimas Bagus Dharmawan, dan V. S. P. (2019). Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Atlet. *Jurnal Kependidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, 3*(1).
- Sokolowska, J. (2009). *Behavioral, Cognitive, Affective, and Motivational Dimensions of Academic Procrastination Among Community College Students: A Q Methodology Approach.*
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4).
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). *Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited.* <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Ubaidillah Al Ghifary, M., Pratikto, H., & Psikologi, F. (2022). Peran efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. *INNER: Journal of Psychological Research, 2*(1), 75–86.
- Won, S., & Yu, S. L. (2018). Relations of perceived parental autonomy support and control with adolescents academic time management and procrastination. *Learning and Individual Differences, 61*(January 2017), 205–215. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.12.001>
- Yazici dan Bulut. (2015). Investigation into the academic procrastination of teacher candidates' social studies with regard to their personality traits *. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 174*, 2270–2277. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.886>
- Yuliza, E., Izzah, L., Kurniawan, W., & Adewila Putri, L. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Pekerja Tingkat Akhir STAI Diniyah Pekanbaru. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan, 19*(2), 354–370. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v19i2.580>