

**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK DALAM MENGUMPULKAN TUGAS PADA
MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING TAHUN
AKADEMIK 2022 UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

SKRIPSI

Oleh

Auralita Innayah

NIM: 06071282025040

Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2024

**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK DALAM MENGUMPULKAN TUGAS PADA
MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING TAHUN
AKADEMIK 2022 UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

SKRIPSI

Oleh

Auralita Innayah

NIM : 06071282025040

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan :

**Koordinator Prodi
Bimbingan dan Konseling**



**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017**

Pembimbing



**Sigit Dwi Sucipto, M.Pd
NIP. 198908252023211021**



**HUBUNGAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK DALAM MENGUMPULKAN TUGAS PADAMAHASISWA
BIMBINGAN DAN KONSELING TAHUN AKADEMIK 2022
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

SKRIPSI

Oleh

Auralita Innayah

NIM: 06071282025040

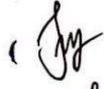
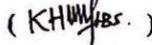
Program Studi Bimbingan dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Senin

Tanggal : 20 Mei 2024

TIM PENGUJI

1. **Ketua : Sigit Dwi Sucipto, M.Pd** ()
2. **Anggota : Khadiyah Lubis, M.Pd** ()

**Indralaya, 20 Mei 2024
Mengetahui,
Koordinator Program Studi**



**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Auralita Innayah

NIM : 060712820250240

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2019 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan di skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 21 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Auralita Innayah

NIM. 06071282025040

PRAKATA

Skripsi yang berjudul “Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya” disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. Dalam mengerjakan skripsi ini penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A selaku Dekan FKIP Unsri, Ibu Prof. Dr. Sri Sumami, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd selaku pembimbing saya, terima kasih atas bimbingan dan arahan yang telah diberikan selama penulisan skripsi ini dan segenap dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan banyak ilmu yang berharga dan bermanfaat untuk penulis.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat dalam pembelajaran bidang studi bimbingan dan konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.

Indralaya, 21 Mei 2024

Penulis



Auralita Innayah

NIM. 06071282025040

HALAMAN PERSEMBAHAN

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh. Bismillahirrahmanirrahin, segala puji dan Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang selalu memberikan rahmat, nikmat sehat dan kemudahan sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik dan lancar sesuai dengan waktu yang ditargetkan dan diharapkan sebelumnya. Shalawat serta salam juga tidak lupa saya junjungkan kepada Nabi besar kita, Nabi Muhammad Shallallahu Alahi Wassalam. Serta dengan seluruh kasih sayang, cinta, rasa hormat dan syukur yang luar biasa saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT, yang senantiasa memberikan pertolongan dalam bentuk apapun, baik nikmat sehat, nikmat kemudahan dan kelancaran dan nikmat rezeki berupa yang selalu dipertemukan dengan orang-orang baik dan hal-hal yang baik sehingga saya berhasil menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu tanpa kesulitan atau hambatan apapun.
2. Kepada kedua orang tua tercinta dan tersayang saya, yaitu Bapak Dwi Arifyanto dan Ibu Siti Fatimah. Terima kasih Mama dan Bapak atas segala doa dan restu yang telah diberikan kepada saya, atas kasih dan sayang dan dukungan untuk saya yang dimulai dari hari pertama saya di dunia ini sampai masa yang akan datang serta segala bentuk perjuangan dan pengorbanan kalian agar saya, anak pertama perempuan mereka dapat tercukupi dalam segala bentuk kebutuhan saya dalam mencapai cita-cita. Terima kasih, semua ini saya persembahkan untuk kalian.
3. Untuk adik saya, Muhammad Nauval Dwifa Athillah. Terima kasih untuk segala dukungan yang telah diberikan untuk saya dan terima kasih karena memilih saya sebagai kakak perempuan pertama dalam menjadikan saya motivasi terbesar saya untuk meraih kehidupan yang lebih baik.
4. Untuk keluarga besar saya, yaitu Kakek (Alm.) dan Nenek saya, Om Bilal, Tante Mitha, Ayuk Anis, Makcha (Almh.), Maklong, Tante Richo, Om Eko

dan sepupu-sepupu saya. Terima kasih atas segala doa baik dan dukungannya selama ini.

5. Untuk keponakan saya, Nasya Aulia, M. Ghazy Alhuda, Rasya Muhammad Athaya dan Qiana Afifah Hilya. Terima kasih karena telah menghibur saya dalam suka maupun duka.
6. Kepada teman-teman saya “Rahasia Negara” yaitu Gendis Fahira Atshillah, Deya Syafitri Anggraeni, Sabrina Tania Putri, Natasya Alif Aulia dan Nur Salwa Nisrina. Terima kasih telah menemani saya dan mendengarkan keluh dan kesah saya dalam mengerjakan skripsi ini. Dan juga, doa, dukungan serta kepeduliannya terhadap saya.
7. Kepada teman-teman seperantauan saya, Yuriska Pragusma, Vita Apriani dan Dea Syafitri yang telah bersama-sama berjuang dalam menyelesaikan pendidikan yang ditempuh selama ini.
8. Kepada teman-teman “Yefana” yaitu Rizkiansyah Ammar Diovani, Muhammad Adib Ahnaf, Agung Maulana dan Muhammad Adi Tantowi. Terima kasih telah menemani dan menghibur saya dalam mengerjakan skripsi ini dan berkat bantuan kalian juga saya bisa *survive* di dunia perantauan ini.
9. Kepada teman-teman saya “Cindew” yaitu Nevi Ariyu de Utami, Enzela Febrina dan Alya Farahdiba. Terima kasih karena telah menghibur saya di sela-sela mengerjakan skripsi ini.
10. Kepada teman, sahabat dan sekaligus saudara saya, Fathan Jordan Wahyudi. Terima kasih karena telah berjuang bersama sedari TK hingga perguruan tinggi. Tetaplah rendah hati dan mari lanjutkan perjuangan kita.
11. Kepada Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd selaku dosen pembimbing saya yang telah membimbing saya dalam mengerjakan skripsi ini dengan sangat baik. Dan telah meluangkan waktunya untuk ditemui sehingga skripsi ini selesai dengan tepat waktu.
12. Segenap dosen program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya yang telah mendidik, membimbing dan memberikan ilmu selama perkuliahan.

13. Untuk teman-teman BK 2020 yang telah kebersamai dari awal hingga akhir, terima kasih atas kenangan manis yang telah kita ukir bersama. *See you on top!*
14. Kepada almamater UNSRI tercinta yang menjadi salah satu pencapaian terbesar saya dan senantiasa menjadi kebanggaan saya.
15. Kepada idola saya yang selalu menghibur dan menemani masa jenuh saya dalam penulisan skripsi. Windah Basudara, Seruput Nendang (Marlo & Marco), NCT terutama Lee Jen0, The Boyz, Rafael Struick dan Nathan Tjoe-A-On! Mari bertemu secara langsung suatu hari nanti!
16. Kepada diri saya sendiri, terima kasih karena telah berjuang dan berusaha selama ini. Terima kasih atas kerja keras, air mata dan keringat yang dikeluarkan selama mengerjakan skripsi ini. Mari lanjutkan perjalanan demi masa depan yang lebih baik. *Proud of you, Naya!*

MOTTO

“Tidak ada mimpi yang gagal, yang ada hanyalah mimpi yang tertunda. ”

Windah Basudara

*“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya
sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”*

Q.S Al – Insyirah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Secara Teoritis.....	6
1.4.2 Secara Praktis.....	6
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Prokrastinasi Akademik	7
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik	7
2.1.2 Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	8
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	9
2.2 Manajemen Waktu	12
2.2.1 Pengertian Manajemen Waktu.....	12
2.2.2 Ciri-ciri Orang yang Mampu Memanajemen Waktu.....	13
2.2.3 Aspek-aspek Manajemen Waktu	15
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Manajemen Waktu	15
2.2.5 Indikator Manajemen Waktu	17
2.2.6 Kendala dalam Manajemen Waktu.....	19
BAB III	20
METODE PENELITIAN	20
3.1 Jenis Penelitian.....	20
3.2 Variabel Penelitian	20
3.3 Definisi Operasional Variabel.....	21
3.4 Waktu dan Tempat Penelitian.....	21
3.4.1 Waktu Penelitian.....	21

3.4.2 Tempat Penelitian	22
3.5 Populasi dan Sampel	22
3.5.1 Populasi	22
3.5.2 Sampel.....	22
3.6 Teknik Pengumpulan Data	23
3.7 Instrumen Penelitian	23
3.7.1 Kisi-kisi Skala Instrumen	24
3.8 Pengujian Instrumen	25
3.8.1 Uji Validitas	26
3.8.2 Uji Reliabilitas.....	30
3.9 Uji Normalitas.....	33
3.9.1 Uji Linieritas	34
3.9.2 Uji Hipotesis.....	34
3.10 Hipotesis Penelitian.....	35
3.11 Kriteria Kategorisasi	35
3.11.1 Kategorisasi Gambaran Prokrastinasi Akademik dengan Manajemen Waktu	35
3.11.2 Kategorisasi Tingkat Koefisien Korelasional	36
BAB IV	37
HASIL DAN PEMBAHASAN	37
4.1 Hasil Penelitian	37
4.1.1 Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BK Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya	37
4.1.2 Tingkat Manajemen Waktu Mahasiswa BK Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya	38
4.2 Analisis Uji Korelasi Prokrastinasi Akademik dengan Manajemen Waktu	39
4.2.1 Uji Normalitas	39
4.2.1 Uji Linearitas.....	40
4.2.3 Uji Hipotesis.....	41
4.3 Pembahasan.....	42
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	45
BAB V	47
KESIMPULAN DAN SARAN	47
5.1 Kesimpulan	47
5.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar Jumlah Populasi Mahasiswa BK FKIP UNSRI Tahun Akademik 2022	22
Tabel 3. 2 Format Skor Skala Likert	23
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Skala Prokrastinasi Akademik (Sebelum diuji)	24
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Skala Manajemen Waktu (Sebelum diuji).....	25
Tabel 3. 5 Kriteria Reliabilitas.....	30
Tabel 3. 6 Kriteria Kategorisasi.....	36
Tabel 3. 7 Interpretasi Koefisien Korelasi	36
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian	37
Tabel 4. 2 Distribusi Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BK Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya	38
Tabel 4. 3 Distribusi Tingkat Manajemen Waktu Mahasiswa BK Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya	39
Tabel 4. 4 Tabel Uji Normalitas One-Sampel Kolmogorov-Smirnov	40
Tabel 4. 5 Tabel Uji Linieritas Anova Tabel.....	40
Tabel 4. 6 Tabel Uji Korelasional	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Desain Penelitian21
Gambar 3. 2 Hipotesis Statistik.....35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Judul Skripsi	54
Lampiran 2 Lembar Pengesahan Proposal	55
Lampiran 3 SK Pembimbing	56
Lampiran 4 Lembar Penilaian Validasi Ahli 1.....	57
Lampiran 5 Surat Keterangan Validasi Ahli 1	58
Lampiran 6 Lembar Penilaian Validasi Ahli 2.....	58
Lampiran 7 Surat Keterangan Validasi Ahli 2.....	60
Lampiran 8 Pedoman Wawancara Studi Pendahuluan	61
Lampiran 9 SK Penelitian	62
Lampiran 10 Salah Satu Jawaban Google Formulir Responden	63
Lampiran 11 Dokumentasi Penyebaran Angket Uji Coba.....	65
Lampiran 12 Hasil Validasi Ahli Materi Skala Prokrastinasi Akademik.....	66
Lampiran 13 Hasil Validasi Ahli Materi Skala Manajemen Waktu	71
Lampiran 14 Bukti Penyebaran Angket Penelitian.....	75
Lampiran 15 Tabulasi Prokrastinasi Akademik.....	76
Lampiran 16 Tabulasi Manajemen Waktu.....	77
Lampiran 17 Data R Tabel	78
Lampiran 18 Buku Bimbingan	79
Lampiran 19 Lembar Persetujuan Review Skripsi	80
Lampiran 20 Lembar Review Skripsi	81
Lampiran 21 Lembar Perbaikan Review Skripsi.....	82
Lampiran 22 Lembar Review Skripsi Mahasiswa.....	83
Lampiran 23 Lembar Persetujuan UAP	84

ABSTRAK

Tugas studi akademik dan non-akademik dan kegiatan belajar akan selalu terikat dengan dinamika mahasiswa. Banyak mahasiswa yang kesulitan mengatur waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik. Sehingga banyak mahasiswa menunda-nunda tugas yang disebut dengan prokrastinasi akademik. Manajemen waktu yang tidak memadai adalah salah satu aspek yang berpotensi terhadap penundaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik dalam mengumpulkan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Penelitian ini melibatkan seluruh mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya yang berjumlah 102 mahasiswa dengan populasi 66 mahasiswa kelas Indralaya dan 36 mahasiswa kelas Palembang sebagai sampel penelitian dengan pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik sampel jenuh. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson product moment*. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase 33% (34 siswa) dan tingkat manajemen waktu berada pada kategori sedang dengan persentase 31% (32 siswa). Kemudian koefisien korelasi (r) = -0,705 dan sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif manajemen waktu dan prokrastinasi akademik dalam mengumpulkan tugas pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

Kata Kunci: *Manajemen Waktu; Prokrastinasi Akademik*

ABSTRACT

Academic and non-academic study assignments and learning activities will always be tied to student dynamics. Many students have difficulty managing their time between academic and non-academic activities. So many students procrastinate on assignments, which is called academic procrastination. Inadequate time management is one aspect that has the potential to contribute to procrastination. This research aims to determine the relationship between time management and academic procrastination in collecting Guidance and Counseling students for the 2022 Academic Year at Sriwijaya University. This research uses quantitative research with correlational methods. This research involved all Guidance and Counseling students for the 2022 Academic Year at Sriwijaya University, totaling 102 students with a population of 66 Indralaya class students and 36 Palembang class students as research samples by sampling using a saturated sampling technique. Data analysis in this research uses Pearson product moment correlation. The findings of this research show that the level of student academic procrastination is in the medium category with a percentage of 33% (34 students) and the level of time management is in the medium category with a percentage of 31% (32 students). Then the correlation coefficient (r) = -0.705 and sig (2-tailed) $0.000 < 0.05$, which means there is a significant negative relationship between time management and academic procrastination. This shows that there is a negative relationship between time management and academic procrastination in collecting assignments for Guidance and Counseling students for the 2022 Academic Year at Sriwijaya University. It is hoped that the results of this research can become a reference for future researchers.

Keywords: *Time Management; Academic Procrastination*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sebagai kekuatan untuk perubahan dalam kehidupan orang lain dan diri sendiri, mahasiswa memiliki tanggung jawab yang besar. Tanggung jawab mahasiswa dalam situasi ini adalah menyelesaikan tugas akademik dan menegaskan pemahaman mereka. Dibutuhkan banyak waktu, tenaga, uang dan perhatian untuk menyelesaikan pekerjaan. Sangat penting bagi seorang mahasiswa untuk memiliki keterampilan manajemen diri, terutama di bidang akademik. Hal ini termasuk ke dalam mengalokasikan waktu belajar secara efektif dan menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Dalam mengerjakan tugas akademik yang diberikan, pastinya ada hambatan yang terjadi yaitu keterlambatan dalam mengumpulkan tugas akademik yang disebabkan oleh beberapa hal yaitu melakukan kegiatan non-akademik seperti mengikuti UKM yang ada di kampus. Sebagian orang menganggap keterlambatan dalam mengumpulkan tugas termasuk perbuatan yang negatif. Hal ini sering terjadi pada mahasiswa karena kegiatan menunda-nunda tersebut dapat dikaitkan dengan ketakutan dan kecemasan yang berujung pada kegagalan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ferrari & Tice, 2000) prokrastiasi atau menunda-nunda dianggap salah satu faktor dari kegagalan sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran, menambah tingkat stress dan berdampak negatif dalam kehidupan mahasiswa. (Burns et al., 2000) dan Wolters (Cahyono, 2020) mengungkapkan hasil dari menunda-nunda bahwa seseorang akan kehilangan waktu, kesehatan yang terganggu dan harga diri yang rendah.

((Wolters, 2003) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi ini dipengaruhi oleh beberapa kemungkinan. Sejalan

dengan Fernando (Permana, 2019) mengemukakan prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda-nunda pekerjaan dan penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan aktivitas akademik.

Mahasiswa lebih percaya diri dan merasa lebih banyak pilihan saat mereka beranjak dari sekolah menengah ke perguruan tinggi. Mereka tertantang secara akademik, memiliki lebih banyak waktu untuk bergaul dengan teman dan memiliki lebih banyak kesempatan untuk mengeksplorasi pandangan dan gaya hidup yang berbeda. Mereka juga memilih menikmati kebebasan yang lebih besar dari pengawasan orang tua. Namun, yang terjadi adalah banyak mahasiswa yang selalu menunda mengerjakan tugas hingga menjelang tenggat waktu atau hingga mereka menerima pemberitahuan tentang penundaan pengumpulan tugas. Penundaan tugas ini sering disebut dengan prokrastinasi akademik (Jamila, 2020).

Prokrastinasi akademik atau penundaan dalam mengerjakan tugas ini tidak mungkin tidak dikerjakan secara sengaja oleh mahasiswa. Hal ini terjadi karena banyak faktor, salah satunya adalah cara mereka dalam manajemen waktu mereka untuk mengerjakan tugas akademik yang telah diberikan. Beberapa orang percaya bahwa memiliki waktu 24 jam sehari sudah cukup, sementara orang lain percaya bahwa mereka tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan sesuatu yang membuat mereka menunda-nunda tugas. Kurangnya kemampuan dalam manajemen waktu menyebabkan mereka mengabaikan tugas yang seharusnya dapat mereka selesaikan dengan baik. Tugas yang diberikan dapat diselesaikan dengan baik jika mereka memiliki keterampilan manajemen waktu yang tepat. Oleh karena itu, waktu yang bisa dikelola dengan baik merupakan sumber daya yang berharga.

Menurut (Taylor, 1991) manajemen waktu adalah sebuah proses pencapaian tujuan utama kehidupan sebagai hasil dari mengenyampingkan kegiatan yang kurang bermanfaat dan memakan banyak waktu. Sama halnya dengan yang dikemukakan oleh (Marlina, 2015) proses pengelolaan waktu melibatkan penyisihan tugas-tugas yang memakan waktu dan tidak berguna untuk mencegah penundaan dan menggunakan sumber daya, seperti uang,

peralatan, bahan dan metode tertentu secara efektif dan efisien untuk mencapai suatu tujuan atau beberapa tujuan yang telah ditentukan dalam jangka waktu tertentu.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Reswita, 2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Hasil penelitiannya membuktikan bahwa diperoleh nilai signifikan sebesar 0,022. Nilai signifikan ini lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Ulum et al., 2023) menyebutkan bahwa hasil penelitian hubungan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mengindikasikan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel independen dan dependen dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,741. Hal ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang lebih baik dalam mengatur waktu cenderung lebih sedikit menunda pekerjaan akademis mereka, dan sebaliknya.

Penelitian relevan juga dilakukan oleh (Putri et al., 2022) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dan manajemen waktu berkorelasi positif dan signifikan. Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan positif yang signifikan, sesuai dengan hasil hipotesis, dimana nilai r hitung sebesar 0.431 dan nilai r tabel sebesar 0.138. Hal ini dikarenakan nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel ($0,431 > 0,138$).

Dari beberapa hasil penelitian terdahulu yang telah dijabarkan diatas, dapat dilihat bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dan manajemen waktu yang dimana terdapat hubungan signifikan dengan arah negatif dari kedua variabel tersebut. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi prokrastinasi akademik, maka semakin rendah manajemen waktu.

Berdasarkan studi penelitian yang telah dilakukan dengan 5 mahasiswa BK FKIP Universitas Sriwijaya Tahun Akademik 2022 pada tanggal 11 September 2023, maka dapat diketahui bahwa benar adanya

sebagian dari mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik karena beralasan tidak dapat memajemen waktu mereka yang berdampak dengan tugas akademik yang diberikan oleh dosen dan organisasi yang mereka ikuti di kampus. Dari hasil wawancara yang peneliti tangkap bahwa manajemen waktu ini sangat berguna dalam menyusun prioritas yang telah disusun dari yang paling penting sampai dengan yang tidak sangat penting. Penyebab utama hal ini terjadi dikarenakan ada beberapa hal yang membuat mereka melakukan prokrastinasi akademik seperti waktu yang sedikit karena kegiatan yang mereka lakukan sehingga bagi mereka waktu yang tepat saat mengerjakan tugas yaitu pada malam hari. Ada sebagian dari mereka yang menunda mengerjakan tugas karena sibuk dengan kegiatan organisasi sehingga tidak sempat mengerjakan tugas sehingga tugas pun dikerjakan di ujung waktu pengumpulan tugas, menunda mengerjakan tugas pada siang hari dimanfaatkan untuk beristirahat atau tidur siang, menunda karena menganggap bahwa rentang waktu pengumpulan tugas masih lama sehingga membuat mahasiswa lalai dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas.

Selanjutnya, dari wawancara yang telah dilakukan dengan dosen BK FKIP UNSRI diketahui bahwa benar adanya mahasiswa yang sering terlambat mengumpulkan tugas karena beberapa hal. Dosen juga sering menerima pesan WhatsApp dari mahasiswa berkisar sekitar 1-5 orang yang terlambat mengumpulkan tugas dan memberi tahu alasan mengapa mereka melakukan hal tersebut. Dari pesan yang ditangkap oleh dosen yang diterima melalui pesan yang dikirim, mahasiswa juga melakukan aktivitas yang lain seperti berorganisasi di lingkungan kampus. Dosen juga menyebutkan bahwa sebenarnya mereka bisa saja mengumpulkan tugas tepat waktu, akan tetapi mahasiswa belum bisa memajemen waktu sehingga terjadinya penundaan terhadap tugas tersebut.

Dari fenomena tersebut, dapat diketahui bahwa mahasiswa BK Tahun Akademik 2022 mengalami kecenderungan masalah yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik dan manajemen waktu, karena sebagian dari mahasiswa belum bisa membagi waktu antara tugas akademik dan organisasi

yang sedang mereka jalani. Ada beberapa penyebab mengapa prokrastinasi tersebut terjadi diantaranya yaitu waktu untuk mengerjakan tugas dimanfaatkan untuk beristirahat, lalai terhadap tugas karena waktu pengumpulan tugas dalam rentang yang lama dan juga tugas yang diberikan cukup sulit dikerjakan karena beberapa alasan seperti kurangnya referensi sehingga tugas dikerjakan diujung waktu pengumpulan tugas.

Penelitian ini bermaksud menganalisis seberapa tinggi kemampuan mahasiswa dalam prokrastinasi akademik dalam mengerjakan tugas dan seberapa tinggi manajemen waktu dalam mengerjakan tugas. Karena fokus penelitian ini adalah tentang penundaan mengumpulkan tugas, maka sepanjang penelitian ini menggunakan prokrastinasi akademik. Maka dari itu, peneliti tertarik mengangkat permasalahan ini menjadi penelitian yang berjudul **“Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik dalam Mengumpulkan Tugas Pada Mahasiswa BK Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dibagi menjadi dua bagian yaitu rumusan masalah umum dan rumusan masalah khusus:

a. Secara umum

Apakah terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan manajemen waktu dalam mengumpulkan tugas pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya?

b. Secara khusus

1. Bagaimana gambaran manajemen waktu terhadap mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya?

2. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik terhadap mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu secara umum dan khusus, yaitu:

1. Secara umum

Untuk mengetahui hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik dalam mengumpulkan tugas mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya.

2. Secara khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran manajemen waktu dalam mengumpulkan tugas pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya.

- b. Untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik dalam mengumpulkan tugas pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun Akademik 2022 Universitas Sriwijaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan mengenai prokrastinasi akademik dan manajemen waktu.
2. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber referensi dan kajian mengenai prokrastinasi akademik dan manajemen waktu bagi peneliti selanjutnya.

1.4.2 Secara Praktis

1. Bagi mahasiswa

Manfaat penelitian ini bagi mahasiswa yaitu sebagai sumber informasi atau sumber referensi bagi mahasiswa-mahasiswi tentang

prokrastinasi akademik dan manajemen waktu dan berupaya untuk dapat mengatur waktu dalam mengumpulkan tugas akademik dengan tepat waktu.

2. Bagi dosen

Manfaat penelitian ini bagi dosen yaitu dapat bermanfaat sebagai sumber informasi dan masukan tentang pentingnya manajemen waktu dalam mengumpulkan tugas akademik mahasiswa yang dapat menunjang keberhasilan dalam pembelajaran.

3. Bagi peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti yaitu digunakan sebagai bahan perbandingan, masukan dan referensi bagi peneliti selanjutnya, mengenai prokrastinasi akademik dan manajemen waktu pada mahasiswa di perguruan tinggi.

4. Bagi prodi BK

Manfaat penelitian ini bagi prodi BK yaitu menjadi sumber daya program studi untuk memahami bagaimana manajemen waktu dan prokrastinasi akademik yang dapat ditangani oleh program studi bimbingan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Asror, M. (2019). *Analisis Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Kuliah Terhadap Keberhasilan Akademik Mahasiswa Yang Bekerja*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bangun, M. F. A., & Sovranita, D. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(November), 575–582.
- Burka, J., & Yuen, L. (2008). *Procrastination: Why You Do It; What To Do About It Now*. Da Capo Press.
- Burns, L. R., Dittmann, K., Nguyen, N. L., & Mitchelson, J. K. (2000). Academic Procrastination, Perfectionism, and Control: Associations with Vigilant and Avoidant Coping. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 35–46.
- Cahyono, T. (2020). Dampak Negatif Academic Procrastination terhadap Rendahnya Tingkat Kelulusan Mahasiswa Universitas Borneo Tarakan. *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 3(2), 135. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v3i2.7589>
- Claessens, B. J. C., Eerde, W. Van, Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255–276. <https://doi.org/10.1108/00483480710726136>
- Dharma, A. M. (2020). Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, Dan Agama*, 6(1), 64–78. <https://doi.org/10.53565/pssa.v6i1.160>
- Fauziah, H. H. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination And Task Avoidance Theory, Research, and Treatment*. Plenum Press.
- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 73–83. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2261>
- Hermawan, I. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif & Mixed Methode*. Hidayatul Quran Kuningan.

- 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>
- Jamila. (2020). Konsep Prokratinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal EduTech*, 6(2), 257–261.
- Kartadinata, I., & Tjundjing, S. (2008). Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu. *Indonesian Psychological Journal*, 23(2), 109–119.
- Khotimah, K., & Qowi, N. H. (2022). MANAJEMEN WAKTU DENGAN KEBIASAAN MAHASISWA KEPERAWATAN *Time Management with The Habit of Academic Procrastination in Nursing Students*. 1(2), 1–8.
- Marlina, M. (2015). PENGEMBANGAN PAKET MANAJEMEN WAKTU UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS / SEDERAJAT *TIME MANAGEMENT DEVELOPMENT PACKAGE TO REDUCE ACADEMIC PROCRASTINATION OF SENIOR HIGH SCHOOL STUDENT / EQUALS* Mila Marlina.
- Mediastuti, R., & Nurhadianti, D. D. (2022). Hubungan Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII SMAN 4 Bekasi. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA*, 6(2), 31–39.
- Meilisa, S. (2020). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Mencapai Efektivitas Bagi Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Program Studi Manajemen UNISI). *Jurnal Analisis Manajemen* 6.1, 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>
- Nina Rismawati Hakim, I. S. P., & Wirajaya, I. G. (2019). Hubungan Manajemen Waktu dengan Kebiasaan prokrastinasi penyusunan skripsi mahasiswa keperawatan angkatan VIII STIKES Bina Usaha Bali. *Widyadari: Jurnal Pendidikan*, 19(2). <http://doi.org/10.5281/zenodo.1470910>
- Nurrahmainah. (2019). *Pengaruh Manajemen Waktu (Time Management) dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Akademik Pada Mata Kuliah Bahasa Inggris Sekolah Tinggi Agama Islam Darunnajah Jakarta*.
- Permana, B. (2019). Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Darul Falah Cililin. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 2(3), 87. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i3.4498>

- Putri, N. S., Syahril, Y. F., & Habibaturrahmah, H. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Negeri 9 Padang. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Sosial Budaya*, 1(2), 380–384. <https://doi.org/10.47233/jppisb.v1i2.601>
- Rangkuti, K. F. (2023). *Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa/i SMA Swasta Sinar Husni Labuhan Deli*. Universitas Medan Area.
- Reswita, R. (2019). Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 25–32. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v2i02.2497>
- Rizky, D. V., & Wibowo. (2018). *Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*. Universitas Medan Area.
- Rufaida, E. (2023). *Manajemen Waktu Peserta Didik dalam Kegiatan Pondok Pesantren dan Tugas Akademik di MA Miftahul Ulum Pucang Kradinan Madiun*. Insitut Agama Islam Negeri Ponorogo.
- Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 55. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.3070>
- Siyoto, S., & Sodik, A. M. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Taylor, F. W. (1991). *Administrative Thinkers*. Sterling Publishers Pvt.
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Academic Procrastination of High School Students (Psychological Impacts and Solutions in the Perspective of Islamic Educational Psychology). *Al Qalam*, 19(2), 58–74.
- Ulum, S. T., Handayani, A., & Lutfiah, U. (2023). *Hubungan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik*. 89–90.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding Procrastination From a Self-Regulated

Learning Perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95, 179–187.

Yolanda, R. (2018). *Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X Di SMKN 2 Payakumbuh*. Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.

Zhiguo, Z., Liu, J., Shenghong, D., Yan, J., & Hua, L. (2018). *The Relationship Between High Grade Pupils' Parenting Styles and Academic Procrastination: The Mediating Effect of Time Management Disposition*. 16(6), 786–792.