



Analisis Hubungan Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA

Nazhirotul Munawwaroh, Henny Indreswari*, Yuliati Hotifah

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, 65114, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: henny.indreswari.fip@um.ac.id

Abstract

Academic procrastination is a phenomenon that often occurs in the world of education. Many factors cause students to do academic procrastination, including time management abilities and learning motivation. The research purposes was to determine the relationship between time management and learning motivation with high school students' academic procrastination. The research design is correlational. The research subjects were 130 class XI students who were taken through simple random sampling technique. The research instruments used were time management scale, learning motivation scale and academic procrastination scale. Data analysis used descriptive analysis and multiple linearity regression tests. The results of the study are that there is a significant relationship between time management, learning motivation and academic procrastination.

Keywords: time management; learning motivation; academic procrastination

Abstrak

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang sering terjadi dalam dunia pendidikan. Banyak faktor penyebab siswa melakukan prokrastinasi akademik, antara lain kemampuan manajemen waktu dan motivasi belajar. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa SMA. Desain penelitian ini adalah korelasional. Subjek penelitian ialah siswa kelas XI sejumlah 130 orang yang diambil melalui teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala manajemen waktu, skala motivasi belajar dan skala prokrastinasi akademik. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dan uji regresi linieritas berganda. Hasil penelitian yaitu terdapat hubungan signifikan antara manajemen waktu, motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik.

Kata kunci: manajemen waktu; motivasi belajar; prokrastinasi akademik

How to cite: Munawwaroh, N., Indreswari, H., & Hotifah, Y. (2023). Analisis Hubungan Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 7(2). 108–118. doi: 10.17977/um027v7i22022p108-118

1. Pendahuluan

Pendidikan ialah komponen penting dalam kehidupan karena memungkinkan setiap individu memperoleh pengetahuan dan wawasan yang tidak terbatas, mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan sekarang maupun di masa depan (Yolanda, 2018). Pendidikan bisa diperoleh melalui jalur informal, non-formal dan formal (KEMENDIKBUD, 2003). Sekolah merupakan instansi pendidikan yang memberikan pembelajaran secara formal pada para siswa sebagai peserta didiknya. Peserta didik atau siswa selaku subjek belajar di sekolah tentunya memiliki kewajiban-kewajiban akademik seperti belajar, menyelesaikan tugas-tugas yang dibagikan oleh guru baik itu tugas yang memiliki tenggat waktu tertentu atau praktikum,

kegiatan ekstrakurikuler dan kegiatan lainnya. Tentunya selain kegiatan sekolah, siswa juga memiliki kegiatan lain di luar sekolah, seperti les, kegiatan komunitas atau organisasi yang diikutinya, membantu orangtua dan kegiatan lainnya. Beragamnya kegiatan yang dilakukan oleh siswa, sehingga siswa perlu menyeimbangkan kegiatan yang dimiliki agar dapat menunjukkan perilaku produktif dengan mengerjakan kewajiban dan tugas yang dimilikinya (Setiawan & Mamahit, 2020).

Setiap siswa memiliki berbagai macam karakter, kebiasaan, maupun sifat yang kerap dilakukan di kehidupannya. Dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, setiap siswa pasti memiliki cara tersendiri. Terdapat siswa yang segera mengerjakan tugas, ada pula yang memutuskan untuk menunda mengerjakan tugas karena bisa mengerjakan esok hari ataupun menganggap waktu pengumpulan tugas yang masih lama dan ada juga yang menunda karena kurang bersemangat menyelesaikan tugas. Kondisi tersebut diperkuat dengan jumlah matapelajaran yang cukup banyak sehingga beban akademik yang diterima siswa juga semakin banyak. Situasi ini akhirnya menjadi salah satu pemicu timbulnya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa (Sandhika, 2017).

Menunda melakukan kegiatan belajar dan mengerjakan tugas dengan mengulur waktu adalah tanda ketidaksiapan individu dalam memanfaatkan waktu yang dimilikinya (Mediastuti & Nurhadianti, 2022). Waktu yang tidak dimanfaatkan secara efektif dapat mengakibatkan terjadinya penundaan dalam penyelesaian kegiatan atau tugas-tugas (Yolanda, 2018). Perilaku penundaan penyelesaian tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik (Ferrari et al., 1995). Prokrastinasi akademik merupakan kegiatan penghindaran tugas yang disebabkan munculnya rasa tidak bahagia dengan adanya tugas dan takut tidak berhasil (gagal) (Sandra & Djalali, 2013). Prokrastinasi akademik juga dapat diartikan sebagai kebiasaan siswa dalam memberikan tanggapan dalam pengerjaan tugas dan siswa yang melakukan prokrastinasi akademik disebut dengan prokrastinator (Triyono & Khairi, 2018). Prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang merugikan terlebih jika dilakukan secara berulang. Siswa yang melakukan prokrastinasi akademik akan sering berkata besok saja mengerjakan tugas, namun pada hari berikutnya mengulangi kebiasaan tersebut dengan mengatakan nanti saja mengerjakan tugasnya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, ditemukan banyak siswa melakukan prokrastinasi akademik, yang dapat dilihat dari cara siswa menyelesaikan tugas akademiknya. Misalnya siswa sering terlambat mengumpulkan tugas, menunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas, adanya manajemen waktu yang kurang baik, lebih memilih bermain game online dan media sosial daripada segera menyelesaikan tugas, sulit membagi waktu antara menyelesaikan tugas dan mengikuti kegiatan organisasi, menunda mengerjakan tugas karena mengetahui bahwa teman-temannya juga belum mengerjakan tugas, menunda menyelesaikan tugas karena kurang memahami materi dan tidak ada teman untuk berdiskusi. Dampak dari prokrastinasi akademik yang dilakukan yaitu mendapatkan sanksi berupa poin, terlambat atau bahkan gagal mengumpulkan tugas, dan menurunnya prestasi belajar (Akinsola et al., 2007) sehingga terancam tidak naik kelas (Silvianingsih, 2021).

Rendahnya motivasi diri dan kemampuan manajemen waktu yang rendah menjadi faktor penyebab prokrastinasi (Sandra & Djalali, 2013). Manajemen waktu didefinisikan sebagai kemampuan siswa dalam membagi waktu secara efektif dan efisien (Kristy, 2019). Ketika individu mengatur waktunya maka ia mampu mengatur dirinya agar dapat memanfaatkan

waktu dengan efektif dan efisien, dalam bentuk perencanaan, penjadwalan, mengontrol waktu, menentukan prioritas sesuai kepentingan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya (Macan, 1994). Terdapat alasan lain tentang urgensi mengelola waktu, di antaranya setiap individu memiliki keterbatasan waktu sedangkan pekerjaan terus bertambah, membantu individu menentukan skala prioritasnya agar dapat bekerja lebih efektif dan dapat mencegah individu dari stress sebab mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan batasan waktu (Sarifah et al., 2021)

Selain manajemen waktu, faktor yang mempengaruhi siswa melakukan prokrastinasi, ialah motivasi belajar yang berasal dari faktor internal individu (Ferrari dalam Nitami et al., 2015). Dalam kegiatan belajar, motivasi digunakan sebagai penunjang proses belajar agar memperoleh hasil belajar memuaskan dan belajar merupakan proses menguasai keterampilan, keahlian, sikap, serta memberikan dampak berupa perubahan perilaku (Muhammad, 2016). Motivasi belajar berperan dalam membangkitkan perasaan gembira dan semangat untuk belajar. Siswa yang termotivasi untuk belajar cenderung lebih tekun, mau meluangkan waktunya untuk belajar banyak hal, memiliki dorongan untuk memulai kegiatan atas kemauannya sendiri, sehingga berdampak pada upaya siswa untuk tepat waktu menyelesaikan tugas dan kegihannya ketika menemui kesulitan saat menyelesaikan tugas.

Penelitian Kristy (2019) dan Harijanja (2018) membuktikan jika terdapat korelasi negatif signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik, artinya semakin tinggi kemampuan manajemen waktu siswa maka prokrastinasi akademiknya akan semakin rendah. Selanjutnya, penelitian Nitami et al. (2015) dan Putri & Dewi (2021) menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi belajar siswa maka prokrastinasi akademiknya akan semakin rendah. Penelitian Tarihoran (2006) pada mahasiswa atlit jalur prestasi bidang olahraga, menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan manajemen waktu maka motivasi belajarnya akan semakin tinggi pula.

Merujuk pada penelitian-penelitian di atas, menunjukkan pentingnya prokrastinasi akademik untuk ditindaklanjuti agar siswa mampu menunjukkan prestasi akademik yang bagus. Konselor memiliki tugas dan tanggung jawab dalam membantu siswa mengatasi hambatan atau masalah belajarnya. Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh konselor baik secara individu maupun kelompok, merupakan strategi supaya siswa berkembang kemandiriannya dan berkembang dengan maksimal bidang akademik, pribadi, sosial, maupun karirnya (Santoso, 2013). Berdasarkan kajian dan studi pendahuluan mengenai prokrastinasi akademik siswa SMA tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa SMA.

2. Metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasi. Populasi berjumlah 193 siswa yang dipilih berdasarkan adanya keterkaitan dengan variabel yang diteliti. Penarikan sampel melalui teknik *simple random sampling* dan diperoleh sampel sejumlah 130 orang siswa, berdasarkan rumus Slovin. Terdapat tiga variabel penelitian yaitu variabel terikat (*dependent*) prokrastinasi akademik (Y) dan variabel bebas (*independent*) ialah manajemen waktu (X1) dan motivasi belajar (X2).

Pengukuran masing-masing variabel dilakukan menggunakan skala yang telah valid dan reliabel. Pengujian validitas terdiri dari uji validitas isi dan validitas konstruk. Skala manajemen waktu dimodifikasi dari skala yang dikembangkan Atma (2016) berdasarkan teori Macan

(1994), Skala motivasi belajar dimodifikasi dari skala yang dikembangkan Adiarta (2018) berdasarkan teori Makmun (2016), dan Skala prokrastinsi akademik dimodifikasi dari skala yang dikembangkan Susila (2017) berdasarkan teori Ferrari et al., (1995). Ketiga skala penelitian ini menggunakan pilihan jawaban model Linkert dengan empat kategori jawaban.

Instrumen yang telah disusun dilakukan uji validitas isi dengan meminta pendapat ahli mengenai kesesuaian aspek yang akan diukur dan data hasil uji validitas isi selain saran dan masukan, dihitung menggunakan *inter-rater agreement* atau indeks kesepakatan ahli pada setiap skala. Diperoleh hasil validitas isi skala prokrastinasi akademik, manajemen waktu dan skala motivasi belajar sebesar 1 dan termasuk kategori validitas isi sangat tinggi, sehingga bisa disimpulkan bahwa ketiga skala tersebut mempunyai reliabilitas *inter-rater agreement* yang memenuhi kriteria dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Berikut hasil uji validitas dan realibilitas masing-masing skala. Hasil uji validitas skala prokrastinasi akademik dengan $r_{tabel\ n=33}$ adalah 0.344 dari 41 pernyataan, terdapat 9 item yang tidak valid dan 32 item valid, sedangkan hasil reliabilitasnya ialah 0,944. Kemudian, hasil uji validitas skala manajemen waktu dengan $r_{tabel\ n=33}$ adalah 0.344 dari 34 pernyataan, terdapat 8 item yang tidak valid dan 26 item valid, sedangkan hasil reliabilitasnya ialah 0,915. Selanjutnya, hasil uji validitas skala motivasi belajar dengan $r_{tabel\ n=33}$ adalah 0.344 dari 48 pernyataan, terdapat 12 item yang tidak valid (1 item direvisi) dan 37 item valid, sedangkan hasil reliabilitasnya ialah 0,941. Dari hasil uji validitas dan reliabilitas tersebut disimpulkan bahwa ketiga skala tersebut reliabel dan layak dipakai sebagai instrumen penelitian.

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan uji hipotesis dengan uji regresi linearitas berganda. Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat. Uji prasyarat dilakukan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak.

3. Hasil

Analisis deskriptif dilakukan menggunakan *SPSS 16 for Windows*, kemudian hasilnya digunakan sebagai dasar dalam menghitung kategorisasi dari variabel yang diteliti, yaitu manajemen waktu, motivasi belajar dan prokrastinasi akademik. Berikut disajikan hasil analisis deskriptif tiga variabel. Skala manajemen waktu mempunyai nilai minimum 39, nilai maksimum 104 dan rata-rata 67,42. Skala motivasi belajar mempunyai nilai minimum 60, nilai maksimum 131 dan rata-rata 99,39. Sedangkan skala prokrastinasi akademik mempunyai nilai minimum 53, nilai maksimum 119 dan rata-rata 77,89.

Hasil analisis deskriptif tersebut digunakan saat menghitung kategorisasi skor pada setiap variabel penelitian. Kategorisasi skor digunakan untuk mengetahui frekuensi sampel yang termasuk dalam kategorisasi tinggi, sedang dan rendah. Perhitungannya menggunakan kategorisasi skor oleh Azwar (2007), yang disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Kategorisasi Manajemen Waktu

| No | Kategori | Rentang Skor | Frekuensi | Presentase (%) |
|----|----------|------------------|-----------|----------------|
| 1 | Tinggi | $X > 78$ | 15 | 11.50 % |
| 2 | Sedang | $57 \leq X < 77$ | 101 | 77.70 % |
| 3 | Rendah | $X < 56$ | 14 | 10.80 % |

Tabel 1 menunjukkan frekuensi manajemen waktu dengan kategori tinggi sebesar 15 siswa (11.50%), kategori sedang sebesar 101 siswa (77.70%) serta kategori rendah sebesar 14 siswa (10.80%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat manajemen waktu siswa SMA Brawijaya Smart School Malang termasuk dalam kategori sedang. Berikut disajikan kategorisasi motivasi belajar dalam tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Motivasi Belajar

| No | Kategori | Rentang Skor | Frekuensi | Presentase (%) |
|----|----------|-------------------|-----------|----------------|
| 1 | Tinggi | $X > 111$ | 22 | 16.90 % |
| 2 | Sedang | $88 \leq X < 110$ | 90 | 69.20 % |
| 3 | Rendah | $X < 87$ | 18 | 13.80 % |

Tabel 2 menunjukkan frekuensi motivasi belajar dengan kategori tinggi sebesar 22 siswa (16.90%), kategori sedang sebesar 90 siswa (69.20%) serta kategori rendah sebesar 18 siswa (13.80%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi belajar siswa SMA Brawijaya Smart School Malang termasuk dalam kategori sedang. Berikut disajikan tabel 3 mengenai kategorisasi prokrastinasi akademik.

Tabel 3. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

| No | Kategori | Rentang Skor | Frekuensi | Presentase (%) |
|----|----------|------------------|-----------|----------------|
| 1 | Tinggi | $X > 88$ | 16 | 12.30 % |
| 2 | Sedang | $68 \leq X < 87$ | 96 | 73.80 % |
| 3 | Rendah | $X < 67$ | 18 | 13.80 % |

Tabel 3 menunjukkan frekuensi prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi sebesar 16 siswa (12.30%), kategori sedang sebesar 96 siswa (73.80%) serta kategori rendah sebesar 18 siswa (13.80%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa SMA Brawijaya Smart School Malang termasuk dalam kategori sedang.

Uji prasyarat dilakukan sebelum dilakukan uji hipotesis. Uji asumsi klasik meliputi uji normalitas, linieritas, multikolinieritas, heteroskedastisitas. Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, ketentuannya apabila data yang diperoleh memiliki nilai signifikansi > 0.05 , maka data dinyatakan berdistribusi normal. Berikut disajikan hasil uji normalitas dalam tabel 4.

Tabel 4. Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|------------------------------------|----------------|------------|
| Unstandardized Residual | | |
| N | | 130 |
| Normal Parameters ^a | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 6.81997871 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .055 |
| | Positive | .055 |
| | Negative | -.048 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | .624 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .830 |
| a. Test distribution is Normal. | | |

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil yang didapatkan dari uji normalitas manajemen waktu, motivasi belajar dan prokrastinasi akademik yaitu diperoleh nilai signifikansi 0.830, artinya berdistribusi normal. Selanjutnya uji linieritas, bila nilai signifikansi *devian of* > 0.05 maka data dinyatakan linier. Berikut disajikan tabel 5 hasil uji linearitas manajemen waktu dan prokrastinasi akademik dan tabel 6 hasil uji linearitas motivasi belajar dan prokrastinasi akademik.

Tabel 5. Uji Linieritas Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik

| | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. | |
|---|----------------|--------------------------|-----------|-------------|----------|--------|------|
| Prokrastinasi akademik * Manajemen waktu | Between Groups | (Combined) | 7862.354 | 40 | 196.559 | 3.456 | .000 |
| | | Linearity | 4674.617 | 1 | 4674.617 | 82.187 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 3187.737 | 39 | 81.737 | 1.437 | .082 |
| | Within Groups | | 5062.139 | 89 | 56.878 | | |
| Total | | | 12924.492 | 129 | | | |

Tabel 6. Uji Linieritas Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik

| | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. | |
|--|----------------|--------------------------|-----------|-------------|----------|---------|------|
| Prokrastinasi akademik * Motivasi belajar | Between Groups | (Combined) | 8917.371 | 43 | 207.381 | 4.451 | .000 |
| | | Linearity | 6802.347 | 1 | 6802.347 | 145.991 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 2115.024 | 42 | 50.358 | 1.081 | .374 |
| | Within Groups | | 4007.122 | 86 | 46.594 | | |
| Total | | | 12924.492 | 129 | | | |

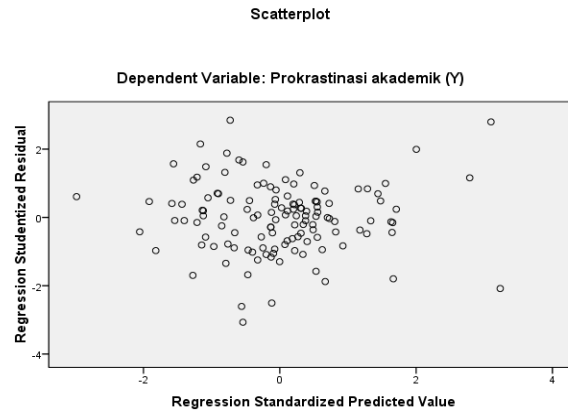
Dari tabel 5 dan 6 menunjukkan bahwa hasil uji linieritas prokrastinasi akademik dan manajemen waktu diperoleh nilai signifikansi 0.082>0.05, kemudian hasil uji linieritas prokrastinasi akademik dan motivasi belajar diperoleh nilai signifikansi 0.374>0.05, artinya variabel dependen dan variabel independen bersifat linier satu sama lain. Kemudian uji multikolinieritas, jika nilai tolerance > 0.10 atau VIP > 10.00, berarti tidak terjadi multikolinieritas diantara variabel independen. Berikut disajikan hasil uji multikolinieritas dalam tabel 7.

Tabel 7. Uji multikolinieritas

| Model | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. | Collinearity Statistics | |
|-----------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|-------------------------|-------|
| | B | Std. Error | Beta | | | Tolerance | VIF |
| 1 (Constant) | 139.898 | 5.174 | | 27.040 | .000 | | |
| Manajemen waktu (X1) | -.141 | .087 | -.144 | -1.608 | .110 | .454 | 2.201 |
| Motivasi belajar (X2) | -.529 | .077 | -.619 | -6.901 | .000 | .454 | 2.201 |

a. Dependent Variable: Prokrastinasi akademik (Y)

Tabel 7 menunjukkan bahwa nilai tolerance manajemen waktu dan motivasi belajar yaitu $0.454 > 0.100$, sedangkan nilai *variance inflation factor* (VIP) yaitu $2.201 < 10.00$, artinya tidak ada gejala multikolinieritas. Selanjutnya, uji heteroskedastisitas menggunakan *scatterplot*, yang disajikan dalam gambar 1.



Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas

Hasil dari uji heteroskedastisitas dalam gambar 1 menunjukkan penyebaran titik-titik data tidak membentuk pola yang jelas pada gambar scartterplots, serta titik-titik menyebar di atas dan di bawah atau disekitar angka 0, artinya tidak ada gejala heteroskedastisitas.

Setelah dilakukan uji asumsi klasik, selanjutnya dilakukan uji korelasional. Uji korelasional menggunakan *Pearson Correlation* untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi dua atau lebih variabel yang diteliti. Untuk hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik diperoleh nilai *Pearson Correlation* sebesar -0.601 serta nilai signifikansi sebesar 0.000 . Jika nilai signifikansi < 0.05 , maka H_1 diterima, artinya terdapat korelasi negatif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Brawijaya Smart School Malang. Sedangkan hubungan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik diperoleh nilai *Pearson Correlation* sebesar -0.725 serta nilai signifikansi sebesar 0.000 . Jika nilai signifikansi < 0.05 , maka H_1 diterima, artinya terdapat korelasi negatif antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Brawijaya Smart School Malang.

Setelah dilakukan uji korelasi antara X_1 dan Y , serta X_2 dan Y , selanjutnya dilakukan uji korelasi antara manajemen waktu (X_1), motivasi belajar (X_2) dan prokrastinasi akademik (Y). Didapatkan hasil $R = 0.732$ dan nilai signifikan change 0.000 . Nilai signifikan change $0.000 < 0.05$ maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Kemudian jika nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ artinya variabel idependen secara simultan berkorelasi dengan variabel dependen. Diketahui nilai $F_{hitung} 73.283 > F_{tabel} 3.07$, artinya H_1 diterima dan H_0 ditolak dan terdapat hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Brawijaya Smart School Malang.

4. Pembahasan

4.1. Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa manajmen waktu siswa kelas XI SMA Brawijaya Smart School Malang termasuk kategori sedang dengan presentase $77,70\%$. Kemudian diperoleh nilai korelasi -0.601 dan nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_1

diterima, sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

Selanjutnya, diketahui bahwa manajemen waktu dan prokrastinasi akademik mempunyai korelasi negatif, sehingga semakin tinggi tingkat manajemen waktu siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya, begitupula sebaliknya. Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Harianja (2018) dan Kristy (2019) yang menjelaskan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa, artinya bila manajemen waktu semakin rendah maka prokrastinasi akademiknya akan semakin tinggi.

Manajemen waktu merupakan kemampuan individu dalam mengalokasikan waktu yang dimilikinya agar dapat dimanfaatkan dengan efektif dan efisien. Manajemen waktu diatur dengan cara merencanakan, menjadwalkan, dan menentukan skala prioritas berdasarkan keinginan dan kegiatan terpenting, agar dapat menyeimbangkan seluruh kegiatan yang dimiliki. Manajemen waktu ialah salah satu faktor yang berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik Sandra & Djalali (2013). Pada penelitian ini, secara parsial manajemen waktu memiliki pengaruh sebesar 8,6% terhadap prokrastinasi akademik. Meskipun manajemen waktu bukan satu-satunya faktor penyebab individu melakukan prokrastinasi akademik, akan tetapi manajemen waktu yang baik bisa membantu individu supaya lebih efektif dalam belajar atau mengerjakan suatu tugas.

4.2. Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa kelas XI SMA Brawijaya Smart School Malang termasuk kategori sedang dengan presentase 69.20%. Kemudian, diperoleh nilai korelasi -0.725 dan nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_1 diterima, sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik.

Selanjutnya, diketahui bahwa motivasi belajar dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan negatif, sehingga semakin tinggi tingkat motivasi belajar siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya, begitupula sebaliknya. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Nitami et al. (2015), Nurgianto (2017), Ardiansyah (2019), Putri & Dewi (2021), yang menjelaskan bila terdapat korelasi negatif yang signifikan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik, artinya semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki siswa, maka perilaku prokrastinasi akademiknya rendah.

Pada penelitian ini, secara parsial motivasi belajar memiliki pengaruh sebesar 45% terhadap prokrastinasi akademik. Terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa, di antaranya Cita-cita atau aspirasi, kemampuan individu, kondisi (jasmani dan rohani), kondisi lingkungan, unsur dinamis serta upaya guru dalam membelajarkan (Dimiyati & Mudjiono, 2006). Motivasi yang baik dalam diri individu dapat menghindarkan individu tersebut dari sikap prokrastinasi (Ghufron & Risnawita, 2012).

4.3. Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik

Hasil penelitian secara keseluruhan, diperoleh nilai korelasi sebesar 0.732 sedangkan nilai signifikan $change\ 0.000 < 0.05$ serta nilai $F_{hitung} 73.283 > F_{tabel} 3.07$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak, berarti terdapat hubungan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan

prokrastinasi akademik siswa. Secara simultan, manajemen waktu dan motivasi belajar mempunyai pengaruh sebesar 53.6% terhadap prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik ialah tindakan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas-tugas akademik. Kebiasaan siswa dalam melakukan prokrastinasi akademik dapat memberikan dampak negatif seperti kebiasaan buruk dalam belajar, rendahnya motivasi belajar, berpikir irrasional, percaya diri yang rendah Ferrari et al. (1995), serta menimbulkan perasaan tidak nyaman (Solomon dan Rothblum 1984). Faktor pemicu siswa melakukan prokrastinasi akademik ialah ketidakmampuannya dalam mengatur waktu yang dimilikinya (buruk dalam mengelola waktu) (Mujahidah dalam Yolanda, 2018).

Mengatur waktu dapat dilakukan dengan menentukan skala prioritas terlebih dahulu, agar dapat menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Mengutamakan merampungkan tugas yang ringan dan menyenangkan serta mengesampingkan tugas yang penting dan sulit, mengakibatkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, menunda mengerjakan tugas hingga esok hari, memerlukan waktu tambahan untuk menyelesaikan tugas, dan terlambat mengumpulkan tugas, mendapatkan hasil yang kurang maksimal serta mengganggu keseimbangan hidup (Srijanti et al., 2007). Oleh karena itu siswa perlu mengelola waktunya dengan baik. Selain manajemen waktu, motivasi belajar turut berperan dalam prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa. Motivasi yang baik dalam diri individu dapat menghindarkan individu tersebut dari sikap prokrastinasi (Ghufron & Risnawita, 2012). Individu yang tidak memiliki motivasi belajar cenderung tidak bersungguh-sungguh saat belajar, akibatnya memperoleh hasil belajar yang tidak memuaskan (Muhammad, 2016).

Penelitian Tarihoran (2006), Purwanti (2015), dan Nggie (2016) menjelaskan korelasi positif signifikan antara manajemen waktu terhadap motivasi belajar. Artinya semakin baik manajemen waktu individu maka motivasi belajarnya akan tinggi. Dengan demikian, individu yang ingin mempunyai motivasi belajar tinggi seharusnya dapat mengatur waktunya dengan optimal. Sejalan dengan itu, Cole et al. (dalam Nggie, 2016) menjelaskan keterampilan mengelola waktu yang baik beserta motivasi belajar yang tinggi dapat membantu individu dalam meningkatkan pemahaman dan hasil belajarnya. Dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu dan motivasi belajar individu berpengaruh terhadap tinggi rendahnya perilaku prokrastinasi akademiknya.

5. Simpulan

Hasil penelitian ini ialah terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Brawijaya Smart School Malang, serta variabel manajemen waktu dan motivasi belajar sama-sama memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik.

Daftar Rujukan

- Adiarta, M. S. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget, Kebiasaan Belajar dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMAN 2 Bojonegoro. In *Skripsi*. Malang: BK FIP Universitas Negeri Malang.
- Akinsola, M. K., Tella, A., & T, A. (2007). Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4), 363–370.
- Ardiansyah, Y. P. (2019). Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. In *Skripsi diterbitkan*. Malang: Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Atma, H. W. (2016). Hubungan Motivasi Diri, Manajemen Waktu, dan Penetapan Tujuan Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMPN di Kota Malang. In *Skripsi*. Malang: BK FIP Universitas Negeri Malang.
- Dimiyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harianja, P. (2018). Hubungan Self-Control dan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Swasta Santo Thomas 1 Medan. In *Tesis*. Medan: Pascasarjana Universitas Medan Area.
- KEMENDIKBUD. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Kristy, D. Z. (2019). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory And Application*, 8(1), 49–54.
- Macan, T. H. (1994). Time Management: Test of A Process Model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381–391.
- Makmun, A. S. (2016). *Psikologi Kependidikan (Perangkat Sistem Pengajaran Modul)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- 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.
- Muhammad, M. (2016). Pengaruh Motivasi Dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 4(2), 88–97.
- Nggie, P. M. (2016). Hubungan Atraksi Interpersonal Siswa Terhadap Guru dan Manajemen Waktu dengan Motivasi Belajar Pada Siswa. *Psikoborneo*, 4(4), 490–498.
- Nitami, M., Daharnis, & Yusri. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *KONSELOR*, 4(1), 1–12.
- Nurgianto, S. F. (2017). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 8 Malang. *Skripsi*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *MUADDIB: Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 10(1), 61–83.
- Purwanti, A. (2015). *Hubungan Antara Kemampuan Manajemen Waktu dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Bekerja Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar dan Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Muhammadiyah Purwokerto*. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Putri, D. M., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Saat Pembelajaran Jarak Jauh. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 72–82.
- Sandhika, M. I. A. (2017). Hubungan antara Perfeksionisme, Keyakinan Irasional dan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Malang. In *Skripsi*. Malang: BK FIP Universitas Negeri Malang.
- Sandra, K. I., & Djalali, M. A. (2013). Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 217 – 222.
- Santoso, D. B. (2013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Malang: BK FIP Universitas Negeri Malang.
- Sarifah, S. R., Husain, A. K., & Botutihe, S. N. (2021). Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Manajemen Waktu Dalam Mengerjakan Tugas Di kalangan Mahasiswa Jurusan BK FIP UNG. *Student Journal Guidance and Counseling*, 1(1), 10–18.
- Setiawan, A. D., & Mamahit, H. Y. (2020). Hubungan Antara Kemampuan Mengelola Waktu Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Kristoforus 1 Jelambar Tahun Ajaran 2018/2019. *Jurnal Psiko-Edukasi: Jurnal Pendidikan, Psikologi, Dan Konseling*, 18(2), 121–136.
- Susila, R. H. C. (2017). Efektifitas Konseling Kelompok Realita Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 21 Malang. In *Skripsi*. Malang: BK FIP Universitas Negeri Malang.
- Tarihoran, N. (2006). Hubungan Antara Kemampuan Manajemen Waktu dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Atlit Jalur Prestasi Bidang Olah Raga. In *Skripsi diterbitkan*. Surabaya: Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya.

- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA (Dampak Psikologis dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam). *Jurnal Al Qalam: Jurnal Pendidikan*, 19(2), 58–74.
- Yolanda, R. (2018). *Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X Di SMKN 2 Payakumbuh*. Batusangkar: Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, IAIN Batusangkar.