Journal Economic Education, Business and Accounting (JEEBA)
Vol. 5, No. 2, Oktober 2026, pp. 602-625
E-ISSN: 2829-5641
DOI: doi.org/10.35508/Jeeba

Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa: Peran Mediasi Manajemen Waktu

The Effect of Academic Self-Efficacy on Student Academic Procrastination: The Mediating Role of Time Management

Nisya Putri Rahmadani[1], Armiati[2]
[1,2] *Departemen Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi dan Binis, Universitas Negeri Padang, Indonesia*
[1]*Corresponding Email: nisyaputrirahmadani.01@gmail.com*

Article History:
Received: 26 September 2026 **Revised: 14 Oktober 2026**
Accepted: 30 Oktober 2026 **Online First: 31 Oktober 2026**

Kata Kunci:
Efikasi Diri Akademik, Mahasiswa, Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik

Abstract
Tujuan – Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran manajemen waktu sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Padang.
Metodologi – Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei cross-sectional. Dari populasi sebanyak 16.040 mahasiswa aktif, diambil sampel 390 responden menggunakan teknik proportionate random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup dan dianalisis menggunakan Structural Equation Modeling–Partial Least Squares (SEM-PLS) berbantuan SmartPLS.
Temuan – Efikasi diri akademik berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen waktu (β = 0,649; t = 12,067; p < 0,001), dan manajemen waktu berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik (β = −0,214; t = 2,541; p = 0,011). Pengaruh langsung tidak signifikan, namun pengaruh tidak langsung melalui manajemen waktu terbukti signifikan dan negatif (β = −0,139; t = 2,560; p = 0,011). Model menjelaskan 41,9% variasi manajemen waktu dan 2,5% variasi prokrastinasi akademik. Uji HTMT mengonfirmasi pembedaan konstruk yang bebas dari tumpang tindih pengukuran (HTMT = 0,142).
Implikasi – Intervensi menekan prokrastinasi tidak dapat hanya mengandalkan penguatan efikasi diri, melainkan harus diintegrasikan dengan pelatihan keterampilan manajemen waktu mahasiswa secara praktis.
Kebaruan – penelitian ini berfokus pada pengujian hubungan langsung efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik, serta peran manajemen waktu sebagai perantara (*intervening variable*) pada mahasiswa.

Keywords:
Academic self-efficacy, college students, time management, academic procrastination

Abstrak
Purpose – *This study aims to analyze the mediating role of time management in the relationship between academic self-efficacy and academic procrastination among undergraduate students at Universitas Negeri Padang.*
Methodology – *A quantitative approach with a cross-sectional survey design was employed. From a population of 16,040 active students, a sample of 390 respondents was selected using proportionate random sampling. Data collected via closed questionnaires were analyzed using SEM-PLS via SmartPLS software.*
Findings – *Academic self-efficacy significantly affects time management (β = 0.649; t = 12.067; p < 0.001), and time management significantly reduces academic procrastination (β = −0.214; t = 2.541; p = 0.011). The direct effect is not significant, but the indirect effect through time management is significant and negative (β = −0.139; t = 2.560; p = 0.011). The model explains 41.9% of time management variance and 2.5% of procrastination variance. Robust HTMT evaluation confirmed no measurement contamination (HTMT = 0.142).*

Implications *– Interventions must strategically integrate practical time-management skill development with psychological self-efficacy enhancement to effectively reduce student procrastination.*
Originality/Value *– This study focuses on testing the direct relationship between academic self-efficacy and academic procrastination, as well as the role of time management as an intervening variable among university students*

1. Pendahuluan

Institusi pendidikan tinggi mengemban fungsi strategis dalam mencetak sumber daya manusia unggul yang adaptif terhadap kemajuan ilmu dan teknologi. Peran ini menuntut mahasiswa tidak sekadar menyerap ilmu pengetahuan, melainkan juga melatih berpikir kritis, kemandirian, regulasi diri, serta kecakapan dalam menavigasi dinamika tugas akademik. Dalam proses tersebut, mahasiswa diharapkan mampu mengarahkan perilaku, emosi, dan kognisi secara efektif sehingga kegiatan akademik dapat diselesaikan sesuai tujuan pembelajaran (Wong & Liem, 2022).

Perubahan dan dinamika sistem pembelajaran di perguruan tinggi semakin menuntut mahasiswa untuk mampu beradaptasi dengan beragam aktivitas akademik. Mahasiswa perlu menyelesaikan tugas tepat waktu, mengikuti proses pembelajaran, mempersiapkan ujian, dan pada tahap tertentu menyelesaikan tugas akhir. Namun, kondisi aktual menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam mengelola aktivitas akademik secara konsisten. Tugas dapat dikerjakan ketika batas waktu sudah dekat, sementara aktivitas lain lebih dahulu mendapatkan perhatian. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya kemampuan mahasiswa dalam mengatur perilaku dan sumber daya akademiknya secara efektif (Tang & Hew, 2022).

Isu krusial yang berkaitan langsung dengan dinamika tersebut ialah prokrastinasi akademik, yakni perilaku menunda secara sadar dalam mengawali atau menuntaskan tugas sekalipun subjek memahami dampak buruk dari penundaan itu. Fenomena ini oleh Steel et al. (2016) dikategorikan sebagai manifestasi kegagalan kontrol diri (*self-regulation failure*). Ferrari et al., (1995) juga menempatkan penundaan sebagai perilaku yang dilakukan secara sengaja meskipun individu menyadari adanya konsekuensi yang merugikan. Dalam konteks mahasiswa, perilaku tersebut dapat terlihat pada penundaan pengerjaan tugas kuliah, laporan, persiapan ujian, maupun tugas akhir.

Prokrastinasi akademik menjadi persoalan penting karena tidak hanya berkaitan dengan keterlambatan penyelesaian tugas, tetapi juga berhubungan dengan kualitas proses belajar dan kondisi akademik mahasiswa. Rozental et al., (2022) menunjukkan bahwa prokrastinasi dapat berkaitan dengan kualitas hasil belajar, stres akademik, dan performa akademik. De La Fuente et al., (2021) juga menjelaskan bahwa kemampuan pengaturan diri yang rendah dapat berkaitan dengan kesulitan mengelola tanggung jawab akademik dan kecenderungan menunda. Dengan demikian, prokrastinasi perlu dipahami sebagai perilaku yang berkaitan dengan proses pengaturan diri mahasiswa, bukan semata-mata persoalan keterlambatan menyelesaikan tugas.

Universitas Negeri Padang (UNP) juga menghadapi masalah dengan mahasiswa yang menyelesaikan perkuliahan tepat waktu. Sistem Informasi Eksekutif menunjukkan bahwa banyak fakultas, rata-rata waktu penyelesaian tugas akhir masih relatif lama. Fakultas Pariwisata dan Perhotelan memiliki rata-rata waktu penyelesaian terlama (3,29 semester), diikuti oleh Fakultas Ekonomi dan Bisnis (3,14 semester), Fakultas Ilmu Sosial (3,05 semester), dan Fakultas Psikologi dan Kesehatan (3,02 semester). Data menunjukkan bahwa banyak mahasiswa masih kesulitan untuk mengatasi tanggung jawab akademik dan menyelesaikan tugas akhir tepat waktu. Oleh karena itu, perlu untuk mengidentifikasi variabel yang berkontribusi terhadap penundaan akademik untuk meningkatkan keberhasilan akademik dan kelulusan tepat waktu.

Untuk meneliti fenomena ini secara detail, sebuah studi pendahuluan dilakukan pada 30 mahasiswa program sarjana (S1) dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Padang pada Mei 2026. Hasil observasi menunjukkan adanya indikasi prokrastinasi

akademik yang tercermin dari empat pernyataan. Adapun fenomena awal tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Gambaran Awal Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Negeri Padang

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban					TCR		
		STS	TS	N	S	SS	Mean	%	Kriteria
1	Saya sering menunda memulai mengerjakan tugas kuliah meskipun tugas tersebut sudah diberikan	5	5	11	5	4	2,93	58,67	Kurang Baik
2	Saya sering terlambat menyelesaikan tugas akademik sesuai waktu yang telah ditentukan	7	10	3	7	3	2,63	52,67	Tidak Baik
3	Saya sering tidak mampu menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang telah saya buat	5	9	8	5	3	2,73	54,67	Tidak Baik
4	Saya lebih memilih melakukan aktivitas yang saya sukai daripada segera mengerjakan tugas kuliah	3	8	9	6	4	3,00	60	Kurang Baik

Sumber: Data primer (Diolah Mei 2026)

Berdasarkan interval kategori TCR, pernyataan pertama dan keempat berada pada kategori kurang baik, sedangkan pernyataan kedua dan ketiga berada pada kategori tidak baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecenderungan menunda tugas akademik menjadi salah satu persoalan yang perlu mendapat perhatian, khususnya dalam kaitannya dengan kemampuan mahasiswa mengelola waktu dan keyakinan terhadap kemampuan akademiknya.

Tingkat Capaian Responden (TCR) dihitung menggunakan rumus TCR = (rata-rata skor / 5) × 100%. Interpretasi hasil mengacu pada kategori TCR, yaitu 90–100% (sangat baik), 80–89% (baik), 65–79% (cukup baik), 55–64% (kurang baik), dan 0–54% (tidak baik) (Sugiyono, 2022). Penggunaan interval tersebut menjadi dasar dalam menyeragamkan interpretasi kategori pada setiap pernyataan.

Salah satu faktor internal yang secara teoritis berkaitan dengan prokrastinasi akademik adalah efikasi diri akademik. Konsep efikasi diri akademik merefleksikan tingkat keyakinan subjek didik mengenai kapabilitas dirinya untuk menuntaskan berbagai tanggung jawab serta tantangan perkuliahan (Liu et al., 2020). Berlandaskan Teori Kognitif Sosial (*Social Cognitive Theory*), keyakinan personal ini berkaitan erat dengan mekanisme individu dalam merumuskan target, menata tindakan, menjaga konsistensi usaha, serta menilai capaian akhir (Bandura, 1997). Mahasiswa yang yakin terhadap kemampuannya cenderung lebih bersedia menghadapi tugas yang sulit, sedangkan keraguan terhadap kemampuan diri dapat membuat mahasiswa menghindari atau menunda tugas.

Temuan awal penelitian pada mahasiswa Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berada pada kategori kurang baik. Pada pernyataan keyakinan mampu menyelesaikan tugas kuliah meskipun tingkat kesulitannya tinggi, TCR mencapai 62,67% dan berada pada kategori kurang baik. Pada kemampuan menyesuaikan diri dengan berbagai bentuk tugas akademik, TCR sebesar 56,67% berada pada kategori kurang baik. Sementara itu, keyakinan tetap mampu menghadapi hambatan belajar memperoleh TCR sebesar 59,33% dan berada pada kategori kurang baik. Pola ini menunjukkan bahwa keyakinan akademik mahasiswa secara umum masih kurang baik,dan belum merata pada seluruh aspek.

Selain efikasi diri akademik, manajemen waktu merupakan faktor penting dalam perilaku penundaan. Manajemen waktu merupakan kecakapan dalam merancang, mengorganisasikan, serta mengendalikan pemanfaatan waktu secara optimal guna mewujudkan target yang diinginkan (Aeon et al., 2021). Dalam konteks akademik, kemampuan tersebut mencakup penentuan prioritas, penyusunan jadwal, pemantauan penggunaan waktu, dan pengendalian terhadap distraksi. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu secara efektif memiliki dasar yang lebih terstruktur untuk menyelesaikan tugas sebelum tenggat waktu, sedangkan manajemen waktu yang kurang baik dapat menyebabkan penumpukan tugas dan meningkatkan peluang penundaan.

Data awal mahasiswa Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa manajemen waktu berada pada kategori kurang baik dan tidak baik. Kemampuan mendahulukan tugas yang harus segera dikumpulkan memperoleh TCR 59,33%, konsistensi menyusun jadwal untuk tugas penting yang belum mendesak memperoleh TCR 56%, dan kemampuan mendahulukan tanggung jawab akademik sebelum aktivitas yang disukai memperoleh TCR 54%. Temuan awal tersebut memperlihatkan bahwa praktik pengelolaan waktu mahasiswa masih kurang optimal, sehingga masih terdapat ruang yang sangat besar untuk meningkatkan konsistensi perencanaan dan penentuan prioritas.

Secara teoritis, efikasi diri akademik dan manajemen waktu dapat ditempatkan dalam satu kerangka pengaturan diri. *Social Cognitive Theory* menjelaskan bahwa faktor personal, perilaku, dan lingkungan saling berinteraksi. Efikasi diri merupakan faktor personal yang dapat memengaruhi pilihan tujuan dan ketekunan, sedangkan manajemen waktu merupakan bentuk pengaturan perilaku yang membantu individu mengorganisasi aktivitas untuk mencapai tujuan. Sementara itu, *Self-Regulation Failure Theory* menjelaskan bahwa prokrastinasi dapat dipahami sebagai kegagalan mengatur diri sehingga individu menunda pekerjaan penting walaupun memahami dampaknya (Steel, 2007).

Sejumlah penelitian terdahulu mendukung hubungan antarvariabel tersebut. Liu et al., (2020) menemukan hubungan negatif antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi pada mahasiswa pascasarjana. Alves et al., (2024) menunjukkan bahwa efikasi diri dapat memprediksi manajemen waktu dan prokrastinasi pada mahasiswa. Fostervold et al., (2022) menunjukkan keterkaitan manajemen waktu dan prokrastinasi, sedangkan Valente et al., (2024) menunjukkan bahwa perencanaan waktu, terutama perencanaan jangka panjang, berkaitan dengan penurunan prokrastinasi. (Tian et al., 2024) juga menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berkaitan dengan prokrastinasi, performa, dan kepuasan akademik.

Penelitian terdahulu telah mengkaji keterkaitan antara efikasi diri akademik, manajemen waktu, dan prokrastinasi akademik dengan model dan fokus yang beragam. Khan et al,. (2025) meneliti peran mediasi manajemen waktu dalam hubungan antara prokrastinasi akademik dan efikasi diri akademik pada 181 mahasiswa di Islamabad dan Rawalpindi yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Penelitian tersebut mengkaji susunan hubungan variabel yang berbeda dari penelitian ini. Sementara itu, Gebresilase et al,. (2026)

menguji hubungan penggunaan jejaring sosial pasif dan tekanan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik, dengan manajemen waktu sebagai mediator dan efikasi diri akademik sebagai moderator. Adapun Salguero-Pazos dan Reyes-de-Cózar (2023), melalui tinjauan sistematis mengenai intervensi untuk mengurangi prokrastinasi akademik, mengidentifikasi pentingnya aspek psikologis, termasuk efikasi diri dan regulasi diri, dalam memahami permasalahan tersebut.

Secara teoretis, hubungan efikasi diri akademik, manajemen waktu, dan prokrastinasi akademik dapat dijelaskan melalui perspektif *Self-Regulated Learning* (SRL). Zimmerman (1989) menempatkan efikasi diri sebagai salah satu keyakinan penting dalam pembelajaran yang diatur oleh individu. Namun, keyakinan terhadap kemampuan akademik tidak dengan sendirinya menjamin bahwa mahasiswa akan memulai dan menyelesaikan tugas secara tepat waktu. Mahasiswa juga perlu menerapkan strategi regulasi diri, seperti menetapkan tujuan, menyusun prioritas, mengalokasikan waktu, memantau kemajuan, dan mengevaluasi penyelesaian tugas. Dalam kerangka ini, manajemen waktu dapat diposisikan sebagai mekanisme perilaku yang menjelaskan bagaimana efikasi diri akademik berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dan mampu mengatur waktu secara efektif diharapkan lebih mampu mengendalikan penundaan tugas.

Berdasarkan perbedaan fokus dan susunan variabel pada penelitian terdahulu tersebut, penelitian ini menguji secara khusus manajemen waktu sebagai mediator dalam hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Padang. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memperluas pemahaman mengenai keterkaitan aspek motivasional dan strategi pengaturan perilaku dalam prokrastinasi akademik. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi konselor perguruan tinggi dan dosen pembimbing akademik dalam merancang pendampingan yang menggabungkan penguatan efikasi diri akademik dengan pelatihan manajemen waktu. Kegiatan pendampingan dapat mencakup penetapan target belajar, penyusunan jadwal pengerjaan tugas, penentuan prioritas, serta pemantauan kemajuan studi. Pendekatan ini dapat membantu mengidentifikasi kebutuhan mahasiswa dalam mengelola tugas dan mengurangi keterlambatan penyelesaiannya. Meskipun demikian, dampaknya terhadap percepatan kelulusan perlu diuji secara tersendiri karena bukan merupakan hasil yang diukur secara langsung dalam penelitian ini.

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini menguji efikasi diri akademik sebagai variabel prediktor, prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat, dan manajemen waktu sebagai variabel mediasi pada mahasiswa S1 Universitas Negeri Padang. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian empiris hubungan langsung dan tidak langsung antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik melalui manajemen waktu dalam konteks mahasiswa yang diteliti. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperjelas apakah manajemen waktu berperan sebagai mekanisme yang menghubungkan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan akademiknya dengan kecenderungan menunda tugas akademik.

Penelitian ini mengacu pada struktur multidimensional skala prokrastinasi akademik yang dikaji oleh Martín-Antón et al. (2023), yang mengidentifikasi empat dimensi, yaitu *task aversion*, *poor time management*, *low emotional and motivational self-control*, dan *risk assumption*. Berdasarkan acuan tersebut, *poor time management* dipertahankan sebagai salah satu dimensi dalam pengukuran prokrastinasi akademik pada penelitian ini. Meskipun memiliki keterkaitan konseptual dengan manajemen waktu sebagai variabel mediator, kedua variabel tersebut ditempatkan sesuai dengan definisi operasional dan kerangka konseptual yang digunakan dalam penelitian ini.Manajemen waktu diukur melalui dimensi *short-range planning*, *time attitudes*, dan *long-range planning* yang mengacu pada konsep Britton dan Tesser. Sementara itu, efikasi diri akademik diukur melalui dimensi *magnitude*, *generality*, dan *strength.* Penggunaan dimensi-dimensi tersebut memungkinkan setiap variabel dikaji berdasarkan aspek yang telah ditetapkan dalam kerangka pengukuran penelitian.

Dalam penelitian ini, prokrastinasi akademik merujuk pada kecenderungan mahasiswa menunda pelaksanaan atau penyelesaian tugas akademik, sedangkan manajemen waktu merujuk pada kemampuan merencanakan, mengatur, dan menggunakan waktu untuk memenuhi tuntutan akademik. Kedua konstruk tersebut memiliki keterkaitan konseptual, tetapi tidak sepenuhnya identik. Dimensi *poor time management* dipertahankan sebagai salah satu aspek dalam pengukuran prokrastinasi akademik dengan mengacu pada struktur multidimensional skala prokrastinasi akademik yang divalidasi oleh Martín-Antón et al. (2023). Secara teoretis, *poor time management* dalam prokrastinasi diletakkan sebagai bentuk kegagalan aktual atau manifestasi perilaku penundaan akibat ketidakmampuan regulasi diri (*self-regulation failure*) (Steel, 2007). Sebaliknya, konstruk manajemen waktu dalam model ini diposisikan sebagai variabel mediator mandiri yang mencakup *short-range planning, time attitudes,* dan *long-range planning* yang mengacu pada konsep Britton dan Tesser (1991), yang merepresentasikan kemampuan atau strategi proaktif mahasiswa dalam mengelola sumber daya waktunya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: (1) pengaruh efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Negeri Padang; (2) pengaruh efikasi diri akademik terhadap manajemen waktu; (3) pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik; dan (4) peran manajemen waktu dalam memediasi pengaruh efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik. Secara konseptual, penelitian menguji apakah keyakinan akademik berhubungan dengan perilaku penundaan secara langsung sekaligus melalui kemampuan mahasiswa mengelola waktu.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan survei *cross-sectional* untuk menguji hubungan struktural antarvariabel secara objektif dan terukur. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan satu kali kepada 390 mahasiswa S1 Universitas Negeri Padang pada semester periode Januari–Juni 2026. Oleh karena itu, hubungan antara efikasi diri akademik, manajemen waktu, dan prokrastinasi akademik dianalisis berdasarkan data yang diperoleh pada satu periode pengukuran.

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Sarjana (S1) Universitas Negeri Padang yang berstatus aktif pada semester Januari–Juni 2026, sebanyak 16.040 mahasiswa. Melalui penerapan rumus Slovin pada taraf kesalahan 5%, ditentukan jumlah sampel final sebanyak 390 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate*

random sampling, dengan fakultas sebagai strata populasi. Alokasi sampel pada setiap fakultas ditentukan secara proporsional berdasarkan jumlah mahasiswa aktif pada fakultas tersebut dibandingkan dengan jumlah keseluruhan populasi.

Tabel 2. Distribusi Alokasi Sampel Mahasiswa Berdasarkan Fakultas

No	Fakultas	Jumlah Sampel	(%)
1	Fakultas Ilmu Sosial	71	18,21%
2	Fakultas Ilmu Pendidikan	70	17,95%
3	Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	67	17,18%
4	Fakultas Bahasa dan Seni	51	13,08%
5	Fakultas Teknik	39	10,00%
6	Fakultas Ilmu Keolahragaan	30	7,69%
7	Fakultas Ekonomi dan Bisnis	29	7,44%
8	Fakultas Pariwisata dan Perhotelan	21	5,38%
9	Fakultas Psikologi dan Kesehatan	9	2,30%
10	Fakultas Kedokteran	3	0,77%
Total Sampel		**390**	**100,00%**

Sumber: mahasiswa pada semester Januari–Juni 2026.

Berdasarkan tabel 2 alokasi sampel secara proporsional menghasilkan total tepat 390 mahasiswa dari populasi aktif sebanyak 16.040 mahasiswa pada semester Januari–Juni 2026. Kerangka sampel (*sampling frame*) berupa daftar resmi mahasiswa aktif diperoleh dari Direktorat Teknologi Informasi (DTI) Universitas Negeri Padang**.** Penarikan sampel dari data DTI tersebut menggunakan metode pengacakan generator angka acak berbasis NIM pada setiap strata fakultas. Kriteria inklusi mensyaratkan mahasiswa S1 aktif yang sedang atau telah mengambil tugas akhir, sedangkan kriteria eksklusi berlaku bagi mahasiswa cuti atau peserta pertukaran pelajar luar kampus. Berdasarkan kerangka data DTI, instrumen digital dikirimkan kepada 450 mahasiswa sebagai logistik undangan untuk mengantisipasi kuesioner tidak kembali (*non-response rate*), dengan hasil 412 respons yang masuk. Masalah data tidak lengkap (*missing data*) dicegah melalui sistem pengisian wajib (*required fields*). Namun, pembersihan data (*data cleaning*) manual tetap dilakukan terhadap jawaban monoton (*straight-lining*), sehingga 22 respons tidak konsisten dieliminasi. Hasil akhirnya diperoleh tepat 390 data lengkap yang valid untuk dianalisis menggunakan SEM-PLS, dengan tingkat respons efektif sebesar 86,67%. Pengumpulan data dilakukan pada semester Januari–Juni 2026 menggunakan kuesioner bersifat tertutup dan menggunakan skala Likert lima tingkat jawaban, yaitu Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), dan Tidak Pernah (TP).

Instrumen penelitian pada awalnya terdiri atas 39 butir pernyataan yang mengukur ketiga variabel penelitian. Evaluasi model pengukuran dilakukan menggunakan SmartPLS melalui tiga tahap *running*. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, tiga butir pernyataan dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria validitas yang digunakan. Dengan demikian, model pengukuran akhir terdiri atas 36 butir pernyataan yang digunakan dalam analisis selanjutnya.

Tabel 3. Variabel dan indikator penelitian

Variabel & Peran	Definisi Operasional	Dimensi Utama	Sumber Referensi
Efikasi Diri Akademik (X) *Variabel Independen*	Keyakinan atau ekspektasi mahasiswa terhadap kapabilitas dirinya dalam mengorganisasi tindakan, mengatasi hambatan, dan menyelesaikan tugas-tugas akademik secara sukses.	1.*Magnitude* 2.*Generality* 3. *Strength*	Bandura (1997)
Manajemen Waktu (Z) *Variabel Mediasi*	Kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, mengatur, menjalankan, dan mengontrol alokasi waktu mereka secara efektif demi memenuhi berbagai tuntutan akademik.	1.*Short-range planning* 2.*Time attitudes* 3. *Long-range planning*	Britton & Tesser (1991)
Prokrastinasi Akademik (Y) *Variabel Dependen*	Kecenderungan mahasiswa untuk menunda memulai atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara sengaja dan tidak rasional, meskipun menyadari adanya konsekuensi negatif.	1. *Task aversion* 2. *Poor time management* 3. *Low emotional* 4. *Risk assumption*	Martín-Antón et al. (2023)

Sumber: Structural Equation Modeling berbasis Partial Least Squares (SEM-PLS)

Analisis data dilakukan menggunakan *Structural Equation Modeling* berbasis *Partial Least Squares* (SEM-PLS) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS. Evaluasi model dilakukan melalui pengujian model pengukuran (*outer model*) dan model struktural (*inner model*). Karena model penelitian melibatkan konstruk tingkat kedua (*second-order construct*), estimasi dilakukan dengan pendekatan *two-stage*. Pada tahap pertama, model pengukuran tingkat pertama (*first-order*) dievaluasi berdasarkan nilai *outer loading*, *Composite Reliability*, *Average Variance Extracted* (AVE). Kriteria evaluasi meliputi nilai *outer loading* di atas 0,70, *Composite Reliability* di atas 0,70, dan AVE di atas 0,50.

Pada tahap kedua, skor laten dari dimensi *first order* yang telah dievaluasi digunakan sebagai indikator *second order*. Evaluasi *second order* dilakukan dengan memeriksa nilai *outer loading* setiap dimensi serta reliabilitas dan validitas konstruk berdasarkan kriteria evaluasi model pengukuran. Tahapan ini digunakan untuk menilai kemampuan dimensi-dimensi dalam merepresentasikan konstruk utama penelitian, yaitu efikasi diri akademik, manajemen waktu, dan prokrastinasi akademik.

Evaluasi model struktural (*inner model*) dilakukan dengan menilai koefisien determinasi (R^2 Adjusted) dan ukuran efek (f^2). Nilai (R^2 Adjusted) digunakan untuk menilai proporsi varians konstruk endogen yang dapat dijelaskan oleh konstruk prediktor, sedangkan (f^2) digunakan untuk menilai besarnya efek masing-masing konstruk prediktor terhadap konstruk endogen. Interpretasi nilai (f^2) mengacu pada kriteria 0,02 untuk efek kecil, 0,15 untuk efek sedang, dan 0,35 untuk efek besar (Ghozali & Kusumadewi, 2023). Pengujian hipotesis dilakukan berdasarkan koefisien jalur (*path coefficient*), *t-statistic*, dan *p-value* yang diperoleh melalui prosedur *bootstrapping*. Pengaruh langsung dan tidak langsung dinyatakan signifikan apabila nilai ($p<0,05$), dengan tingkat signifikansi sebesar 5% (alpha=0,05).

Pengujian mediasi manajemen waktu dilakukan berdasarkan hasil *specific indirect effect* dan statistik inferensial *bootstrapping* pada jalur tidak langsung dari efikasi diri akademik menuju prokrastinasi akademik melalui manajemen waktu.

3. Hasil Penelitian

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik demografi responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Berdasarkan data resmi dari Direktorat Teknologi Informasi (DTI) Universitas Negeri Padang, total sampel efektif yang dianalisis adalah sebanyak tepat 390 responden yang berstatus sebagai mahasiswa aktif Program Sarjana (S1) pada semester periode Januari–Juni 2026. Sampel penelitian telah representatif mewakili seluruh populasi mahasiswa S1 di Universitas Negeri Padang karena mencakup 10 fakultas dan 59 jurusan yang aktif. Mayoritas responden dalam penelitian ini berasal dari Fakultas Ilmu Sosial yaitu sebanyak 71 mahasiswa (18,21%), diikuti secara ketat oleh Fakultas Ilmu Pendidikan sebanyak 70 mahasiswa (17,95%), dan Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam sebanyak 67 mahasiswa (17,18%). Sementara itu, jumlah responden paling sedikit berasal dari Fakultas Kedokteran yaitu sebanyak 3 mahasiswa (0,77%), yang disesuaikan secara proporsional dengan jumlah pangkalan data induk mahasiswa aktif yang tercatat di universitas.

Evaluasi Outer Model

Evaluasi model pengukuran dilakukan dengan pendekatan *two-stage*, yaitu pengujian model pengukuran tahap pertama (*first order*) dan tahap kedua (*second order*). Pada tahap pertama, pengujian dilakukan terhadap indikator-indikator yang membentuk setiap dimensi melalui evaluasi nilai *cross loading*. Hasil pengujian *cross loading* tahap pertama disajikan pada tabel 4 berikut:

Tabel 4. Hasil Pengujian *Cross Loading* Tahap 1

Ind	G	KT	MW	M	PJ	PJP	PT	RK	ST	S	X	Z	Y
G1	0,83	-0,09	0,06	0,66	0,49	0,48	-0,01	-0,03	0,50	0,63	0,78	0,53	-0,03
G2	0,87	-0,07	-0,02	0,65	0,49	0,47	-0,03	-0,06	0,49	0,66	0,79	0,53	-0,05
G3	0,83	0,01	0,08	0,64	0,50	0,48	0,02	0,02	0,48	0,68	0,79	0,53	0,01
KT1	-0,05	0,90	0,70	-0,08	-0,10	-0,11	0,71	0,73	-0,16	-0,09	-0,08	-0,14	0,82
KT2	-0,03	0,89	0,78	-0,02	-0,17	-0,16	0,73	0,76	-0,1	-0,06	-0,04	-0,16	0,85
KT3	-0,06	0,85	0,64	-0,11	-0,06	-0,05	0,67	0,61	-0,10	-0,07	-0,09	-0,08	0,75
M1	0,64	-0,04	0,08	0,84	0,47	0,42	0,01	0,09	0,47	0,61	0,76	0,50	-0,08
M2	0,66	-0,03	0,03	0,86	0,46	0,43	0,01	0,03	0,48	0,62	0,78	0,50	0,01
M3	0,64	-0,13	-0,03	0,82	0,37	0,37	-0,10	-0,03	0,47	0,60	0,75	0,45	-0,08
MW1	0,02	0,68	0,84	0,02	-0,13	-0,15	0,74	0,69	-0,10	-0,04	0,05	-0,14	0,80
MW2	-0,09	0,71	0,88	-0,01	-0,10	-0,05	0,70	0,69	-0,09	-0,08	-0,03	-0,09	0,81
MW3	-0,03	0,72	0,89	-0,01	-0,11	-0,09	0,71	0,75	-0,12	-0,04	-0,03	-0,12	0,83
PJ3	0,44	-0,12	-0,12	0,38	0,82	0,62	-0,10	-0,13	0,59	0,43	0,46	0,73	-0,13
PJ4	0,40	-0,09	-0,10	0,39	0,82	0,66	-0,05	-0,13	0,57	0,39	0,43	0,73	-0,10
PJ5	0,48	-0,12	-0,09	0,47	0,84	0,67	-0,04	-0,12	0,61	0,45	0,51	0,76	-0,10
PJ6	0,52	-0,06	-0,08	0,42	0,80	0,65	-0,05	-0,10	0,62	0,46	0,51	0,75	-0,08
PJ7	0,53	-0,14	-0,14	0,45	0,80	0,63	-0,14	-0,11	0,69	0,51	0,54	0,77	-0,14
PJP2	0,51	-0,13	-0,08	0,47	0,67	0,80	-0,10	-0,09	0,67	0,48	0,53	0,76	-0,11
PJP3	0,38	-0,01	-0,02	0,29	0,61	0,80	0,02	-0,08	0,57	0,35	0,37	0,70	-0,02
PJP4	0,46	-0,09	-0,09	0,42	0,66	0,83	-0,08	-0,08	0,65	0,44	0,48	0,76	-0,09
PJP5	0,46	-0,17	-0,18	0,38	0,61	0,78	-0,16	-0,23	0,60	0,44	0,47	0,70	-0,20
PT1	-0,01	0,73	0,73	-0,02	-0,09	-0,08	0,91	0,70	-0,10	-0,05	-0,03	-0,10	0,83
PT2	-0,01	0,69	0,71	-0,04	-0,07	-0,08	0,90	0,69	-0,12	-0,09	-0,05	-0,10	0,81

PT3	-0,01	0,74	0,77	-0,01	-0,10	-0,10	0,90	0,72	-0,12	-0,06	-0,03	-0,11	0,85
RK1	-0,09	0,68	0,69	0,03	-0,14	-0,15	0,64	0,86	-0,07	0,01	0,01	-0,12	0,78
RK2	-0,05	0,71	0,72	-0,06	-0,12	-0,11	0,70	0,87	-0,12	-0,09	-0,07	-0,13	0,81
RK3	-0,01	0,72	0,73	0,04	-0,12	-0,13	0,71	0,89	-0,10	-0,01	0,00	-0,13	0,82
S1	0,67	-0,05	-0,03	0,66	0,46	0,45	-0,06	-0,00	0,82	0,85	0,79	0,50	-0,04
S2	0,64	-0,15	-0,06	0,59	0,41	0,39	-0,11	-0,05	0,82	0,75	0,45	-0,10	-0.10
S3	0,63	-0,01	-0,06	0,57	0,51	0,49	-0,02	-0,05	0,82	0,73	0,53	-0,04	-0.04
ST1	0,40	-0,10	-0,11	0,40	0,61	0,61	-0,09	-0,09	0,81	0,42	0,44	0,75	-0,11
ST2	0,48	-0,15	-0,13	0,43	0,64	0,60	-0,14	-0,11	0,80	0,42	0,48	0,75	-0,15
ST3	0,48	-0,10	-0,09	0,45	0,65	0,68	-0,09	-0,09	0,84	0,45	0,50	0,80	-0,10
ST4	0,50	-0,13	-0,10	0,51	0,62	0,64	-0,11	-0,13	0,82	0,45	0,53	0,77	-0,13
ST5	0,53	-0,11	-0,09	0,56	0,62	0,64	-0,10	-0,06	0,82	0,50	0,58	0,76	-0,10
ST6	0,43	-0,09	-0,06	0,41	0,54	0,63	-0,07	-0,07	0,78	0,46	0,47	0,72	-0,08

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Berdasarkan hasil pengujian *cross loading* tahap 1 pada Tabel 4, diketahui bahwa setiap indikator atau butir pernyataan memiliki nilai *loading* yang jauh lebih tinggi pada konstruk laten yang diukurnya dibandingkan nilai korelasi (*cross loading*) pada konstruk laten lainnya. Sebagai contoh, indikator G1 memiliki nilai *loading* sebesar 0,83 pada konstruk G, namun hanya memiliki nilai *cross loading* sebesar -0,09 pada konstruk KT dan 0,06 pada konstruk MW. Pola serupa konsisten terlihat pada seluruh indikator lainnya. Hasil ini secara empiris membuktikan bahwa setiap indikator memiliki diskriminasi yang baik dan mampu merepresentasikan konstruk dimensinya masing-masing tanpa adanya tumpang tindih pengukuran pada tingkat *first-order*. Selanjutnya, reliabilitas konstruk *first-order* dievaluasi berdasarkan nilai *Composite Reliability* dan *Average Variance Extracted* (AVE) pada Tabel 5 berikut:

Tabel 5. Hasil *Reliabilitas* dan *Validitas* konvergen *first order*

Konstruk	Composite Reliability	AVE
Generality (G)	0,885	0,721
Task aversion (KT)	0,915	0,782
Magnitude (M)	0,881	0,712
Poor time management (MW)	0,909	0,769
Short-range planning (PJ)	0,911	0,672
Long-range planning (PJP)	0,882	0,651
Low emotional and motivational self-control (PT)	0,932	0,820
Risk assumption (RK)	0,911	0,773
Strength (S)	0,874	0,697
Time attitudes (ST)	0,924	0,668

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Berdasarkan Tabel 5, hasil pengujian menunjukkan seluruh dimensi memiliki nilai *Composite Reliability* di atas 0,70 dan nilai AVE di atas 0,50. Rentang nilai *Composite Reliability* berada di angka 0,874–0,932, sedangkan nilai AVE berada di rentang 0,651–0,820, sehingga memenuhi kriteria reliabilitas dan validitas konvergen tahap pertama.

Setelah seluruh dimensi dinyatakan memenuhi kriteria pengukuran pada tahap pertama, skor laten dari setiap dimensi digunakan sebagai indikator untuk membentuk konstruk tingkat kedua (*second-order*) pada tahap berikutnya. Hasil pengujian *outer loading* pada tahap kedua disajikan pada Tabel 6 berikut:

Tabel 6. Hasil Pengujian *Outer Loading* Pada *Second Order*

Konstruk	Dimensi	Loading	Ket
Efikasi diri akademik	Generality (G)	0,915	Valid
	Strength (S)	0,904	
	Magnitude (M)	0,889	
Prokrastinasi akademik	Task aversion (KT)	0,904	
	Poor time management (MW)	0,788	
	Low emotional and motivational self-controL	0,876	
	Risk assumption (RK)	0,941	
Manajemen waktu	Short-range planning (PJ)	0,909	
	Long-range planning (PJP)	0,894	

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Hasil pengujian pada Tabel 6 menunjukkan nilai *loading* dimensi berada pada rentang 0,788–0,941 (seluruhnya di atas 0,70). Selanjutnya, pembedaan empiris konstruk pada tingkat kedua diperiksa melalui nilai *cross loading* tahap 2 pada Tabel 7 berikut:

Tabel 7. Hasil Pengujian *Cross Loading* Tahap 2

Indikator	Efikasi Diri Akademik	Manajemen Waktu	Prokrastinasi Akademik
G	0.915	0.621	-0.037
KT	-0.063	-0.123	0.904
M	0.889	0.547	-0.042
MW	0.072	-0.007	0.788
PJ	0.616	0.909	-0.157
PJP	0.532	0.894	-0.132
PT	-0.072	-0.131	0.876
RK	-0.058	-0.195	0.941
S	0.904	0.585	-0.076
ST	0.602	0.905	-0.145

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Berdasarkan hasil pengujian *cross loading* tahap kedua pada Tabel 7, dimensi *poor time management* (MW) memiliki nilai *loading* sebesar 0,788 pada konstruk utamanya, yaitu Prokrastinasi Akademik, dan hanya memiliki korelasi sebesar −0,007 pada konstruk Manajemen Waktu. Hasil ini menunjukkan bahwa MW secara konsisten memiliki nilai *loading* yang jauh lebih tinggi pada konstruk Prokrastinasi Akademik dibandingkan pada konstruk Manajemen Waktu, sehingga mendukung pembedaan empiris kedua konstruk tersebut berdasarkan kriteria *cross loading* tingkat *second-order*. Meskipun hasil ini memberikan indikasi awal pembedaan yang baik, kedekatan konseptual istilah antara kedua variabel tetap memerlukan konfirmasi validitas diskriminan yang lebih ketat. Oleh karena itu, pengujian dilanjutkan dengan mengevaluasi nilai reliabilitas konstruk utama *second-order* pada Tabel 8 berikut:

Tabel 8. Hasil pengujian Realibilitas *Second Order*

Variabel	Cronbach's alpha	Composite reliability (rho_a)	Composite reliability (rho_c)	Average variance extracted (AVE)
Efikasi Diri Akademik	0.886	0.890	0.930	0.815
Manajemen Waktu	0.886	0.891	0.929	0.815
Prokrastinasi Akademik	0.910	1.006*	0.931	0.773

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

**Catatan: Nilai (rho_a) yang sedikit melebihi 1,00 pada konstruk tingkat kedua (second-order) merupakan estimasi berlebih (overestimation) yang umum terjadi dalam pengolahan data structural latent scores, sehingga evaluasi reliabilitas divalidasi menggunakan kriteria Cronbach's Alpha dan Composite Reliability (rho_c) (Hair et al., 2022).*

Pengujian reliabilitas pada *second order* menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* untuk efikasi diri akademik, manajemen waktu, dan prokrastinasi akademik masing-masing sebesar 0,886; 0,886; dan 0,910 (seluruhnya > 0,70). Nilai *Composite Reliability* (rho_c) masing-masing sebesar 0,930; 0,929; dan 0,931 (seluruhnya > 0,70), sedangkan nilai AVE masing-masing sebesar 0,815; 0,815; dan 0,773 (seluruhnya > 0,50). Adapun nilai (rho_a) untuk prokrastinasi akademik yang tercatat sebesar 1,006 dikonfirmasi sebagai bentuk *overestimation* logistik akibat efek reduksi varians pada pendekatan *two-stage second-order*, namun tidak menggugurkan sifat reliabilitas konstruk karena nilai *Cronbach's Alpha* (0,910) dan (rho_c) (0,931) terbukti konsisten menunjukkan keandalan instrumen yang sangat tinggi. Berdasarkan ambang batas tersebut, seluruh konstruk utama dinyatakan memenuhi kriteria reliabilitas dan validitas konvergen yang valid.Untuk menepis kekhawatiran tumpang tindih pengukuran secara absolut, validitas diskriminan tingkat *second-order* diperiksa secara lebih ketat menggunakan matriks *Heterotrait-Monotrait Ratio* (HTMT) pada Tabel 9 berikut:

Tabel 9. Hasil Pengujian Heterotrait-Monotrait Ratio (HTMT)

Konstruk Utama	Efikasi Diri Akademik	Manajemen Waktu	Prokrastinasi Akademik
Efikasi Diri Akademik			
Manajemen Waktu	0,727		
Prokrastinasi Akademik	0,083	0,142	

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Berdasarkan Tabel 9, nilai HTMT korelasi konstruk Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik menunjukkan angka sebesar 0,142. Nilai ini berada jauh di bawah ambang batas konservatif yang disyaratkan (< 0,85), sehingga mengonfirmasi bahwa kedua konstruk utama bebas dari kontaminasi pengukuran dan validitas diskriminan model struktural telah terpenuhi secara mutlak.

Evaluasi Inner Model

Berdasarkan hasil pengujian, nilai *adjusted R-square* manajemen waktu sebesar 0,419. Artinya, 41,9% variasi manajemen waktu dapat dijelaskan oleh efikasi diri akademik dalam model penelitian. Sementara itu, nilai *adjusted R-square* prokrastinasi akademik sebesar 0,025, yang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik dan manajemen waktu menjelaskan 2,5% variasi prokrastinasi akademik. Angka ini mengindikasikan bahwa kemampuan penjelasan (*explanatory power*) dari model struktural yang dibangun dalam penelitian ini terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa sangat terbatas. Keterbatasan daya jelas ini mencerminkan bahwa model linear yang diuji belum mampu menangkap secara utuh kompleksitas dan variabilitas faktor internal yang melandasi perilaku penundaan tugas akademik pada sampel mahasiswa yang diteliti.

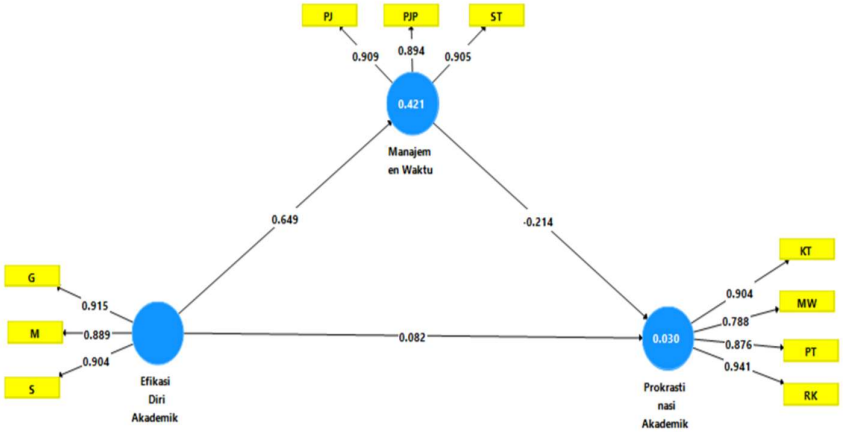
Tabel 10. Hasil Pengujian Model Struktural

Kriteria	Indikator	Nilai
R^2 Adjusted	Manajemen waktu	0,419
R^2 Adjusted	Prokrastinasi akademik	0,025
f^2	Efikasi diri akademik → Manajemen waktu	0,727
f^2	Efikasi diri akademik → Prokrastinasi akademik	0,004
f^2	Manajemen waktu → Prokrastinasi akademik	0,027
Q^2predict	Manajemen waktu	0,338
Q^2predict	Prokrastinasi akademik	0,016

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Nilai f^2 menunjukkan bahwa pengaruh efikasi diri akademik terhadap manajemen waktu memiliki ukuran efek sebesar 0,727, sehingga menjadi kontribusi efek terbesar dalam model. Pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik memiliki nilai f^2 sebesar 0,027, sedangkan pengaruh langsung efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik memiliki nilai f^2 sebesar 0,004. Berdasarkan kriteria yang digunakan, nilai 0,727 menunjukkan efek besar, nilai 0,027 menunjukkan efek kecil, dan nilai 0,004 berada di bawah ambang efek kecil. Selanjutnya, nilai Q^2predict manajemen waktu sebesar 0,338 dan prokrastinasi akademik sebesar 0,016. Karena kedua nilai tersebut lebih besar dari nol, hasil ini menunjukkan adanya relevansi prediktif model untuk kedua konstruk endogen.

Gambar 1. Model Struktural Penelitian



Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan melalui prosedur *bootstrapping* dengan mengacu pada nilai koefisien jalur, *t-statistic*, dan *p-value*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa pengaruh langsung efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik tidak signifikan. Sebaliknya, efikasi diri akademik berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen waktu, sedangkan manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Tabel 11. Hasil pengujian hipotesis

Jalur	Koefisien (β)	T-statistic	P-value	Keputusan
E. diri akademik → Prokrastinasi akademik	0,082	0,830	0,407	Ditolak
Efikasi diri akademik → Manajemen waktu	0,649	12,067	0,000	Diterima
Manajemen waktu → Prokrastinasi akademik	-0,214	2,541	0,011	Diterima

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Efikasi diri akademik memiliki koefisien jalur sebesar 0,649 terhadap manajemen waktu, dengan nilai *t-statistic* sebesar 12,067 dan *p-value* sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan pada taraf 5%. Dalam pelaporan ilmiah, nilai (p=0,000) dapat dituliskan sebagai (p<0,001). Selanjutnya, manajemen waktu memiliki koefisien jalur sebesar -0,214 terhadap prokrastinasi akademik, dengan nilai *t-statistic* sebesar 2,541 dan *p-value* sebesar 0,011. Hasil tersebut menunjukkan bahwa manajemen waktu berhubungan negatif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik.

Sementara itu, pengaruh langsung efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik memiliki koefisien sebesar 0,082, nilai *t-statistic* sebesar 0,830, dan *p-value* sebesar 0,407. Karena nilai *t-statistic* lebih kecil dari 1,96 dan *p-value* lebih besar dari 0,05, pengaruh langsung tersebut tidak signifikan. Dengan demikian, hipotesis pengaruh langsung efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik tidak didukung oleh hasil pengujian.

Analisis Pengaruh Tidak Langsung dan Mediasi

Pengujian pengaruh tidak langsung dilakukan melalui hasil *specific indirect effect* pada prosedur *bootstrapping*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa koefisien pengaruh tidak langsung efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik melalui manajemen waktu sebesar -0,139, dengan nilai *t-statistic* sebesar 2,560 dan *p-value* sebesar 0,011. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengaruh tidak langsung signifikan pada taraf 5%.

Tabel 12. Hasil Pengujian Efek Tidak Langsung

Jalur tidak langsung	Koefisien (β)	T-statistic	P-value	CI *bootstrap 95% bias-corrected*	Keputusan
Efikasi diri akademik → Manajemen waktu → Prokrastinasi akademik	-0,139	2,560	0,011	[−0,233; −0,017]	Diterima Signifikan

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS

Efek tidak langsung statistik efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik melalui manajemen waktu memiliki koefisien sebesar −0,139, dengan nilai t-statistic sebesar 2,560 dan p-value sebesar 0,011. Interval kepercayaan *bootstrap 95% bias-corrected* berada pada rentang −0,233 hingga −0,017 dan tidak mencakup nol. Hasil tersebut menunjukkan bahwa efek tidak langsung melalui manajemen waktu signifikan secara statistik.

Tabel 13. Hasil Pengujian Efek Total

Jalur tidak langsung	Koefisien (β)	T-statistic	P-value	CI *bootstrap 95% bias-corrected*	Keputusan
Efikasi diri akademik → Prokrastinasi akademik	-0,057	0,623	0,533	[−0,200; 0,161]	Tidak Signifikan

Sumber: Hasil pengolahan data SmartPLS, 2026.

Hasil pengujian pada Tabel 13 menunjukkan bahwa efek total efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik ditemukan tidak signifikan secara statistik, dengan nilai koefisien jalur sebesar (β) −0,057, t-statistic sebesar 0,623, dan p-value sebesar 0,533. Interval kepercayaan *bootstrap* 95% *bias-corrected* berada pada rentang −0,200 hingga 0,161. Mengingat rentang interval tersebut mencakup nilai nol (melewati angka nol dari negatif ke positif), hasil pengujian ini tidak memberikan bukti statistik yang memadai bahwa efek total tersebut berbeda dari nol secara nyata.

4. Pembahasan Penelitian

Efikasi Diri Akademik Terhadap Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil pengujian empiris, terungkap bahwa efikasi diri akademik tidak memberikan dampak langsung yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($\beta = 0{,}082; t = 0{,}830; p = 0{,}407$). Walaupun koefisien jalurnya bernilai positif, asosiasi statistik tersebut tidak menunjukkan signifikansi yang memadai. Dengan demikian, penelitian ini belum menemukan bukti yang memadai bahwa efikasi diri akademik berhubungan secara langsung dengan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Negeri Padang.

Tidak signifikannya pengaruh langsung ini dapat dipahami melalui kerangka teoretis *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1997) menjelaskan bahwa efikasi diri akademik merupakan bentuk keyakinan kognitif mahasiswa terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan menyelesaikan tugas-tugas akademik. Namun, keyakinan kognitif semata tidak secara otomatis menjamin mahasiswa mengeksekusi tindakan tanpa penundaan. Dalam perspektif *Self-Regulation Failure Theory* (Steel, 2007), prokrastinasi pada dasarnya merupakan fenomena kegagalan regulasi diri yang ditandai oleh adanya kesenjangan (*gap*) yang nyata antara niat kognitif dan tindakan riil. Seseorang yang memiliki efikasi diri akademik tinggi mungkin merasa mampu menyelesaikan suatu tugas, tetapi tanpa ditopang oleh mekanisme pengaturan perilaku yang operasional, penundaan tetap berpotensi terjadi ketika mereka dihadapkan pada hambatan konkrit.

Argumen teoretis ini sejalan dengan pandangan para ahli psikologi pendidikan. Klassen et al. (2008) menegaskan bahwa kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa sangat ditentukan oleh kemampuan regulasi diri perilakunya, sehingga efikasi diri tidak dapat bekerja secara mandiri tanpa strategi eksekusi yang nyata. Pendapat serupa dikemukakan oleh Klingsieck (2013) serta Hen dan Goroshit (2014), yang menyoroti bahwa efikasi diri lebih berperan sebagai anteseden psikologis yang membangun kesiapan kognitif, sementara prokrastinasi merupakan perilaku maladaptif yang multidimensional. Klingsieck (2013) menambahkan bahwa penundaan akademik sering kali dipicu oleh faktor-faktor lain seperti kebosanan tugas (*task aversion*), ketidakmampuan mengontrol impuls emosional, serta persepsi risiko yang tidak realistis. Oleh karena itu, keyakinan akan kemampuan akademik tidak serta-merta mampu menetralkan kecenderungan menunda jika faktor-faktor regulasi emosi dan perilaku tersebut tidak dikelola dengan baik.

Temuan ini memberikan gambaran yang menarik apabila dibandingkan dengan hasil penelitian-penelitian terdahulu yang mengkaji hubungan antarvariabel tersebut. Liu et al. (2020) mengidentifikasi adanya hubungan negatif antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi pada mahasiswa pascasarjana,

sedangkan Alves et al. (2024) serta Tian et al. (2024) menemukan bahwa efikasi diri akademik lebih banyak berpengaruh secara tidak langsung melalui perantara regulasi diri dan keterampilan manajemen waktu. Di samping itu, De La Fuente et al. (2021) menjelaskan bahwa ketika model penelitian memasukkan variabel mediasi berupa mekanisme pengaturan diri, pengaruh langsung efikasi diri terhadap indikator perilaku akademik sering kali menyusut dan menjadi tidak signifikan. Rahimi dan Vallerand (2021) serta Grunschel et al. (2013) juga mencatat bahwa pada populasi mahasiswa S1, tingginya efikasi diri sering kali terhalang oleh hambatan situasional dan ketiadaan perencanaan belajar yang rinci. Perbedaan hasil antarpenelitian ini membuktikan bahwa hubungan langsung efikasi diri terhadap prokrastinasi tidak bersifat universal, melainkan sangat bervariasi bergantung pada karakteristik sampel, jenjang pendidikan, serta struktur model analisis yang digunakan.

Hasil penelitian ini membawa implikasi teoretis dan praktis yang penting dalam dinamika akademik perguruan tinggi. Secara teoretis, temuan ini memperkuat proposisi bahwa efikasi diri akademik bukanlah satu-satunya penentu penundaan tugas, melainkan membutuhkan jalur perantara (*mediating pathway*) untuk mentransformasikan keyakinan menjadi perilaku produktif. Secara praktis, perguruan tinggi dan konselor akademik tidak cukup hanya memberikan penguatan motivational atau membangun rasa percaya diri mahasiswa semata. Program pendampingan mahasiswa perlu mengintegrasikan penguatan kapasitas efikasi diri dengan pelatihan praktis keterampilan manajemen waktu, penetapan prioritas, dan regulasi emosi. Dengan demikian, keyakinan mahasiswa terhadap potensi akademiknya dapat terwujud dalam bentuk penyelesaian tugas-tugas kuliah secara tepat waktu dan terencana

Efikasi Diri Akademik Terhadap Manajemen Waktu

Berdasarkan temuan analisis, terdapat pengaruh positif yang kuat dari efikasi diri akademik terhadap manajemen waktu ($\beta = 0{,}649; t = 12{,}067; p < 0{,}001$) dengan nilai f^2 sebesar 0,727 yang menunjukkan ukuran efek besar. Angka tersebut merefleksikan bahwa semakin kuat keyakinan diri mahasiswa Universitas Negeri Padang atas kapasitas akademiknya, maka keterampilan mereka dalam mengatur ritme waktu secara terorganisir juga akan semakin meningkat.

Signifikansi hubungan ini dapat dipahami melalui kerangka *Social Cognitive Theory* yang dikemukakan oleh Bandura (1997). Bandura menjelaskan bahwa efikasi diri beroperasi sebagai mekanisme pengatur diri (*self-regulatory mechanism*) yang menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan individu, seberapa kuat ketekunan mereka dalam menghadapi hambatan, serta bagaimana mereka mengorganisasi tindakan untuk mencapai tujuan. Dalam konteks akademik, mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya memandang tugas-tugas perkuliahan bukan sebagai ancaman yang harus dihindari, melainkan sebagai tantangan yang dapat dikelola. Keyakinan kognitif ini mendorong mereka untuk secara sadar menyusun jadwal, merencanakan alokasi waktu jangka pendek maupun jangka panjang, serta menetapkan prioritas belajar secara proaktif.

Keterkaitan tersebut diperkuat oleh pandangan para ahli psikologi pendidikan. Schunk dan Pajares (2009) menegaskan bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih aktif menetapkan tujuan spesifik dan menggunakan strategi manajemen waktu yang efisien karena mereka percaya bahwa tindakan terencana tersebut akan membuahkan hasil yang sukses. Pendapat senada disampaikan oleh Zimmerman (2002) serta Klassen dan Usher (2010), yang menyatakan bahwa efikasi diri merupakan fondasi psikologis bagi *self-regulated learning*. Mahasiswa yang yakin pada potensinya akan lebih disiplin dalam memantau penggunaan waktu harian mereka, meminimalkan distraksi, dan

mengevaluasi efektivitas belajar secara berkala. Tanpa adanya keyakinan diri yang memadai, individu cenderung merasa kewalahan oleh beban studi sehingga gagal merencanakan waktu dengan baik.

Temuan ini juga menunjukkan konsistensi yang kuat apabila disandingkan dengan riset-riset terdahulu yang mengkaji fenomena serupa. Alves et al. (2024) dalam studinya menemukan bahwa efikasi diri akademik memegang peranan krusial sebagai prediktor positif terhadap keterampilan manajemen waktu mahasiswa. Hasil ini sejalan pula dengan penelitian Claessens et al. (2007) serta Macan et al. (2010), yang mencatat bahwa keyakinan diri terhadap kompetensi akademik berhubungan erat dengan persepsi kontrol waktu dan perilaku perencanaan yang sistematis. Menariknya, jika dibandingkan dengan hubungan langsung antara efikasi diri dan prokrastinasi yang tidak signifikan, hubungan efikasi diri dengan manajemen waktu terbukti jauh lebih kuat secara statistik. Perbedaan ini memperjelas bahwa efikasi diri akademik tidak serta-merta berdampak langsung pada penurunan perilaku menunda, melainkan terlebih dahulu bermanifestasi secara nyata melalui peningkatan kualitas pengelolaan waktu.

Secara substantif, temuan ini memberikan kontribusi penting bagi pemahaman dinamika akademik di perguruan tinggi. Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkuat model konseptual bahwa manajemen waktu bertindak sebagai jalur utama (*primary pathway*) di mana keyakinan motivasional diterjemahkan menjadi perilaku terstruktur. Secara praktis, institusi pendidikan dan dosen pembimbing akademik di Universitas Negeri Padang disarankan untuk merancang program pengembangan diri yang tidak hanya berfokus pada pembangunan motivasi atau rasa percaya diri mahasiswa, tetapi juga wajib membekali mereka dengan pelatihan keterampilan manajemen waktu yang aplikatif. Dengan mengintegrasikan penguatan efikasi diri dan pelatihan teknik perencanaan waktu yang baik, mahasiswa diharapkan mampu mengoptimalkan potensi akademiknya secara terarah dan terhindar dari kepanikan akademik akibat buruknya pengelolaan waktu

Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan temuan empiris, manajemen waktu terbukti memberikan pengaruh negatif serta signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($\beta = -0{,}214; t = 2{,}541; p = 0{,}011$). Hal tersebut mengonfirmasi bahwa semakin optimal keterampilan mahasiswa Universitas Negeri Padang dalam mengatur jadwal dan ritme waktu, maka kecenderungan mereka untuk melakukan penundaan tugas akan semakin menurun. Meskipun hubungan tersebut terbukti signifikan secara statistik, nilai f^2 sebesar 0,027 mengindikasikan bahwa ukuran efek manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik tergolong kecil. Dengan demikian, manajemen waktu merupakan variabel yang relevan dalam model struktural ini, namun kontribusi perannya secara mandiri dalam menjelaskan variasi penundaan tugas akademik terbilang terbatas.

Signifikansi hubungan negatif ini dapat dijelaskan secara teoretis melalui kerangka *Self-Regulated Learning Theory* yang dikembangkan oleh Zimmerman (1989, 2002). Zimmerman menjelaskan bahwa manajemen waktu merupakan salah satu bentuk regulasi perilaku (*behavioral regulation*) yang krusial untuk mengontrol pelaksanaan tugas-tugas akademik. Mahasiswa yang menerapkan perencanaan waktu secara proaktif—baik berupa perencanaan jangka pendek (*short-range planning*) maupun perencanaan jangka panjang (*long-range planning*)—mampu menguraikan beban tugas yang kompleks menjadi tahapan-tahapan yang lebih realistis untuk diselesaikan. Pengaturan waktu yang sistematis ini menciptakan struktur kerja yang jelas, sehingga mengurangi ketidakpastian dan rasa enggan yang berpotensi memicu perilaku menunda.

Analisis tersebut didukung secara kuat oleh pandangan para ahli psikologi pendidikan. Britton dan Tesser (1991) menegaskan bahwa praktik manajemen waktu memberikan individu persepsi kontrol atas waktu (*perceived control over time*), yang berungsi sebagai benteng pertahanan dalam mencegah

penumpukan tugas di akhir tenggat waktu. Sejalan dengan hal itu, Aeon et al. (2021) menjelaskan bahwa manfaat utama dari manajemen waktu tidak sekadar terletak pada efisiensi durasipengerjaan, melainkan pada kemampuannya memberikan ketenangan psikologis dan rasa penguasaan atas prioritas aktivitas harian. Namun, Sirois dan Pychyl (2013) memberikan catatan penting bahwa prokrastinasi pada hakikatnya merupakan masalah regulasi emosi jangka pendek (*short-term mood regulation*), di mana individu menunda tugas guna menghindari perasaan tidak menyenangkan (seperti rasa bosan, cemas, atau lelah) yang ditimbulkan oleh tugas tersebut. Keterbatasan manajemen waktu teknis dalam menyelesaikan konflik emosional ini menjadi penjelasan teoretis mengapa ukuran efeknya terhadap prokrastinasi cenderung kecil.

Temuan ini menunjukkan konsistensi konseptual apabila dibandingkan dengan penelitian-penelitian terdahulu, seperti kajian oleh Fostervold et al. (2022), Valente et al. (2024), serta Wang dan Sun (2023). Studi-studi tersebut secara umum mengonfirmasi bahwa pengelolaan waktu dan strategi perencanaan memegang peranan penting dalam mengurangi kecenderungan menunda tugas di perguruan tinggi. Akan tetapi, kecilnya nilai f^2 (0,027) dan nilai R^2 prokrastinasi akademik yang hanya sebesar 0,025 menunjukkan bahwa model penelitian ini baru menjelaskan 2,5% hingga 2,7% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa. Sebagian besar variasi perilaku menunda belum mampu dijelaskan oleh manajemen waktu semata, melainkan dipengaruhi oleh variabel internal dan eksternal lainnya seperti kontrol diri (*self-control*), regulasi emosi, kebiasaan belajar, motivasi intrinsik, serta karakteristik tingkat kesulitan tugas.

Secara substantif, hasil penelitian ini membawa implikasi teoretis dan praktis yang penting bagi pengembangan akademik di perguruan tinggi. Secara teoretis, temuan ini memperjelas bahwa manajemen waktu bertindak sebagai komponen pendukung dalam menekan prokrastinasi akademik, tetapi tidak dapat berdiri sendiri sebagai penentu tunggal. Secara praktis, institusi pendidikan dan dosen pembimbing di Universitas Negeri Padang tidak cukup hanya memberikan pelatihan manajemen waktu teknis (seperti pembuatan jadwal atau daftar agenda) untuk mengatasi prokrastinasi mahasiswa. Intervensi yang dirancang perlu dipadukan dengan strategi regulasi emosi, manajemen kecemasan, serta penguatan pengawasan akademik agar mahasiswa tidak hanya mampu merencanakan waktunya, tetapi juga memiliki daya tahan emosional untuk mengeksekusi rencana tersebut tanpa penundaan.

Peran Mediasi Manajemen Waktu

Hasil pengujian menunjukkan bahwa pengaruh tidak langsung efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik melalui manajemen waktu bernilai negatif dan signifikan ($\beta = -0{,}139; t = 2{,}560; p = 0{,}011$), dengan efek langsung yang tidak signifikan ($\beta = 0{,}082; t = 0{,}830; p = 0{,}407$). Pola ini menunjukkan *indirect-only mediation*, di mana manajemen waktu sepenuhnya menjembatani keyakinan mahasiswa agar dapat menekan perilaku penundaan tugas. Secara rasional, efikasi diri yang tinggi mendorong mahasiswa menyusun jadwal secara terstruktur, dan pengelolaan waktu yang baik inilah yang secara operasional menurunkan tingkat prokrastinasi.

Kondisi ini dapat dijelaskan melalui *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1997), yang menekankan bahwa keyakinan kognitif individu memerlukan mekanisme pengaturan diri operasional agar dapat terwujud dalam bentuk tindakan nyata. Pendapat ini diperkuat oleh Schunk (2005) serta Pintrich (2004) yang menyatakan bahwa efikasi diri bertindak sebagai sumber energi atau dorongan awal, sementara manajemen waktu menyediakan sarana perilaku terstruktur untuk mencapai tujuan akademik. Tanpa adanya keterampilan

mengelola waktu, keyakinan diri yang tinggi belum tentu mampu menghindarkan mahasiswa dari kebiasaan menunda tugas.

Temuan ini menunjukkan konsistensi konseptual dengan penelitian terdahulu oleh Alves et al. (2024) dan Khan et al. (2025) yang mengonfirmasi bahwa manajemen waktu merupakan variabel penyalur yang krusial dalam kaitan antara efikasi diri dan prokrastinasi di lingkungan perguruan tinggi. Meskipun demikian, desain *cross-sectional* yang digunakan membatasi penarikan kesimpulan sebab-akibat secara mutlak, sehingga faktor lain seperti regulasi emosi dan penetapan prioritas perlu diperhitungkan dalam riset lanjutan.

Secara praktis, temuan ini berimplikasi bahwa intervensi untuk menekan prokrastinasi di Universitas Negeri Padang tidak cukup hanya berfokus pada pembangunan motivasi atau rasa percaya diri mahasiswa. Perguruan tinggi dan dosen pembimbing perlu mengintegrasikan penguatan efikasi diri dengan pelatihan keterampilan manajemen waktu yang aplikatif, agar keyakinan akademik mahasiswa dapat terkonversi secara nyata menjadi penyelesaian tugas yang tepat waktu

Temuan dalam penelitian ini memberikan implikasi teoretis dan praktis yang signifikan bagi pengembangan keilmuan serta tata kelola akademik di perguruan tinggi. Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkaya literatur psikologi pendidikan dan *Self-Regulated Learning* (SRL) dengan mengonfirmasi bahwa hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik tidak bersifat linier-langsung, melainkan bekerja melalui jalur mediasi penuh (*indirect-only mediation*) yang melibatkan manajemen waktu. Temuan ini menegaskan bahwa keyakinan motivasional kognitif membutuhkan variabel perantara berupa strategi pengelolaan perilaku agar dapat bermanifestasi menjadi tindakan penuntasan tugas akademik secara tepat waktu.

Secara praktis, temuan ini memberikan panduan strategis bagi pimpinan perguruan tinggi, dosen pembimbing akademik, dan unit layanan bimbingan konseling di Universitas Negeri Padang. Intervensi untuk menekan tingkat prokrastinasi mahasiswa tidak dapat hanya mengandalkan pendekatan motivasional untuk meningkatkan rasa percaya diri semata. Program pendampingan akademik perlu dirancang secara terpadu dengan membekali mahasiswa keterampilan praktis manajemen waktu, seperti teknik penentuan skala prioritas, penyusunan jadwal belajar harian, serta strategi mitigasi distraksi. Kendati demikian, mengingat nilai R^2 adjusted prokrastinasi akademik sebesar 0,025 mengindikasikan bahwa model penelitian ini baru menjelaskan 2,5% variasi prokrastinasi, institusi pendidikan juga perlu mempertimbangkan program intervensi pendukung yang menyentuh dimensi regulasi emosi, manajemen kecemasan, dan pengawasan akademik secara berkesinambungan.

5. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan teknik *Structural Equation Modeling-Partial Least Squares* (SEM-PLS) melibatkan 390 sampel mahasiswa S1 Universitas Negeri Padang, riset ini menarik kesimpulan bahwa tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik ($\beta = 0{,}082; t = 0{,}830; p = 0{,}407$). Namun, efikasi diri akademik berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen waktu ($\beta = 0{,}649; t = 12{,}067; p < 0{,}001$), dan manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($\beta = -0{,}214; t = 2{,}541; p = 0{,}011$). Pengujian efek tidak langsung membuktikan bahwa manajemen waktu berperan secara signifikan dalam memediasi hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik ($\beta = -0{,}139; t = 2{,}560; p = 0{,}011$). Pola hubungan ini mengonfirmasi terjadinya *indirect-only mediation*, di mana manajemen waktu bertindak sebagai jembatan utama yang

menyalurkan pengaruh keyakinan akademik mahasiswa dalam meredam perilaku penundaan tugas.

Model penelitian ini mampu menjelaskan 41,9% variasi manajemen waktu ($R^2 = 0{,}419$) dengan ukuran efek efikasi diri yang tergolong besar ($f^2 = 0{,}727$). Sebaliknya, model ini hanya mampu menjelaskan 2,5% variasi prokrastinasi akademik ($R^2 = 0{,}025$) dengan ukuran efek manajemen waktu yang tergolong kecil ($f^2 = 0{,}027$). Keterbatasan daya jelas ini menunjukkan bahwa sebagian besar kecenderungan prokrastinasi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model. Selain itu, penggunaan desain *cross-sectional* membatasi penarikan kesimpulan hubungan sebab-akibat secara definitif.

Berdasarkan temuan penelitian ini, perguruan tinggi dan konselor akademik disarankan untuk merancang program pendampingan terpadu yang tidak hanya berfokus pada penguatan efikasi diri, tetapi juga membekali mahasiswa dengan modul praktis manajemen waktu seperti teknik penyusunan skala prioritas dan penjadwalan belajar yang disiplin. Mahasiswa juga diharapkan mampu mentransformasikan keyakinan akademiknya secara nyata melalui pengelolaan waktu yang terencana guna meminimalkan risiko penundaan tugas. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas model analisis dengan mengintegrasikan variabel prediktor lain yang berpotensi memiliki daya jelaskan lebih kuat terhadap prokrastinasi akademik—seperti regulasi emosi, kontrol diri, dan karakteristik tugas—serta menggunakan desain penelitian longitudinal agar dinamika hubungan sebab-akibat antarvariabel dapat teruji secara lebih definitif dari waktu ke waktu.

Daftar Pustaka

Aeon, B., Faber, A., & Panaccio, A. (2021). Does time management work? A meta-analysis. *PLOS ONE*, *16*(1), e0245066. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245066

Alves, P. R. S. D. S., Soares, A. B., & Jardim, M. E. D. M. (2024). Procrastination, time management and self-efficacy among university students. *Psico-USF*, *29*, e272658. https://doi.org/10.1590/1413-8271202429e272658

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.

Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology, 83*(3), 405–410. https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.3.405

De La Fuente, J., Sander, P., Garzón-Umerenkova, A., Vera-Martínez, M. M., Fadda, S., & Gaetha, M. L. (2021). Self-Regulation and Regulatory Teaching as Determinants of Academic Behavioral Confidence and Procrastination in Undergraduate Students. *Frontiers in Psychology*, *12*, 602904. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.602904

Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance*. Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6

Fostervold, K. I., Ludvigsen, S., & Strømsø, H. I. (2022). Students' time management and procrastination in the wake of the pandemic. *Educational Psychology*, *42*(10), 1223–1240. https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2102582

Gebresilase, B. M., Zhang, C., Ming, L., & Aldbyani, A. (2026). Passive social networking, peer group pressure and procrastination on academic tasks: Time management skill as a mediator and academic self-efficacy as a moderator. *Acta Psychologica*, *267*, 107107. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2026.107107

Ghozali, I., & Kusumadewi, R. (2023). Partial Least Squares: Konsep, Teknik dan Aplikasi Menggunakan Program SmartPLS 4.0. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2013). Exploring the reasons and consequences of academic procrastination: An qualitative approach. *European Journal of Psychology of Education*, 28(3), 841–861. https://doi.org/10.1007/s10212-012-0145-x

Hair, J., & Alamer, A. (2022). Research Methods in Applied Linguistics Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) in second language and education research : Guidelines using an applied example. Research Methods in Applied Linguistics, 1(3), 100027. https://doi.org/10.1016/j.rmal.2022.100027

Hair, J. F., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2011). PLS-SEM: Indeed a silver bullet. *Journal of Marketing Theory and Practice, 19*(2), 139–152. https://doi.org/10.2753/MTP1069-6679190202

Hen, M., & Goroshit, M. (2014). Academic procrastination, emotional intelligence, academic self-efficacy, and GPA: A comparison between students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 47(2), 116–124. https://doi.org/10.1177/0022219412439325

Khan, M. J., Siddique, K., Abbasi, S., Noor, A., & Batool, S. (2025). Procrastination and Academic Self-Efficacy Among University Students: Role of Time Management as a Mediator. *Sociological Research And Innovation*, *3*(1), 180–197. https://doi.org/10.32350/sri.31.09

Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001

Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination in psychology: A review of current research. *European Psychologist*, 18(1), 24–34. https://doi.org/10.1027/1016-9040/18/103

Liu, G., Cheng, G., Hu, J., Pan, Y., & Zhao, S. (2020). Academic Self-Efficacy and Postgraduate Procrastination: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1752. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01752

Martín-Antón, L. J., Almedia, L. S., Sáiz-Manzanares, M.-C., Álvarez-Cañizo, M., & Carbonero, M. A. (2023). Psychometric properties of the academic procrastination scale in Spanish university students. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, *48*(5), 642–656. https://doi.org/10.1080/02602938.2022.2117791

Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407. https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x

Rahimi, S., & Vallerand, R. J. (2021). The role of passion and self-efficacy in academic procrastination among university students. *Journal of Happiness Studies*, 22(5), 2119–2136. https://doi.org/10.1007/s10909-020-02542-0

Rozental, A., Forsström, D., Hussoon, A., & Klingsieck, K. B. (2022). Procrastination Among University Students: Differentiating Severe Cases in Need of Support From Less Severe Cases. *Frontiers in Psychology*, *13*, 783570. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.783570

Salguero-Pazos, M. R., & Reyes-de-Cózar, S. (2023). Interventions to reduce academic procrastination: A systematic review. *International Journal of Educational Research*, *121*, 102228. https://doi.org/10.1016/j.ijer.2023.102228

Schunk, D. H. (2005). Self-regulation, self-efficacy, and classroom learning. In *Self-regulation and learning* (pp. 71–99). Information Age Publishing.

Schunk, D. H., & Pajares, F. (2009). Self-efficacy theory. In *Handbook of motivation at school* (pp. 35–53). Routledge.

Sirois, F. M., & Pychyl, T. A. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115–127. https://doi.org/10.1111/spc3.12011

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, *133*(1), 65–94. https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65

Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. Australian Psychologist, 51(1), 36-46. https://doi.org/10.1111/ap.12173 Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed methods). Alfabeta.

Tang, Y., & Hew, K. F. (2022). Effects of using mobile instant messaging on student behavioral, emotional, and cognitive engagement: A quasi-experimental study. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, *19*(1), 3. https://doi.org/10.1186/s41239-021-00306-6

Tian, Q., Mustapha, S., & Min, J. (2024). The Mediation Effect of Academic Self-Efficacy on Academic Procrastination, Performance, and Satisfaction of Chinese Local Technology University Undergraduates. *Psychology Research and Behavior Management*, *Volume 17*, 3779–3798. https://doi.org/10.2147/PRBM.S479189

Valente, S., Dominguez-Lara, S., & Lourenço, A. (2024). Planning Time Management in School Activities and Relation to Procrastination: A Study for Educational Sustainability. *Sustainability*, *16*(16), 6883. https://doi.org/10.3390/su16166883

Wang, J., & Sun, Y. (2023). Time flies, but you're in control: The mediating effect of self-control between time attitude and academic procrastination. *BMC Psychology*, *11*(1), 393. https://doi.org/10.1186/s40359-023-01438-2

Wong, Z. Y., & Liem, G. A. D. (2022). Student Engagement: Current State of the Construct, Conceptual Refinement, and Future Research Directions. *Educational Psychology Review*, *34*(1), 107–138. https://doi.org/10.1007/s10648-021-09628-3

Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–68. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2