

PENGARUH MOTIVASI BELAJAR DAN MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA DIMEDIASI PROKRASTINASI AKADEMIK

Aldrian Syafril Lubis *¹

Henry Eryanto ²

Rizki Firdausi Rachmadania ³

^{1,2,3} Universitas Negeri Jakarta

*e-mail: ALDRIANSYAFRILLUBIS_1709621040@mhs.unj.ac.id¹, henryeryanto@unj.ac.id²,
rachmadania@unj.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh motivasi belajar dan manajemen waktu terhadap prestasi belajar, serta peran mediasi prokrastinasi akademik. Penelitian dilakukan pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta angkatan 2022 dengan menggunakan metode kuantitatif. Pengambilan sampel dilakukan melalui teknik *proportional random sampling* dan data dianalisis menggunakan *Structural Equation Modeling (SEM)* berbasis *Partial Least Square (PLS)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar dan manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi belajar, namun berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Selain itu, prokrastinasi akademik terbukti berpengaruh negatif terhadap prestasi belajar dan secara signifikan memediasi pengaruh motivasi belajar serta manajemen waktu terhadap prestasi belajar mahasiswa. Implikasi penelitian ini menegaskan perlunya peningkatan motivasi dan manajemen waktu untuk menekan prokrastinasi demi optimalisasi prestasi akademik.

Kata kunci: Motivasi Belajar, Manajemen Waktu, Prestasi Belajar, Prokrastinasi Akademik

Abstract

This study aims to analyze the influence of learning motivation and time management on student achievement, as well as the mediating role of academic procrastination. The research was conducted on students of the Faculty of Economics and Business, State University of Jakarta, class of 2022, using quantitative methods. Sampling was carried out through *proportional random sampling* technique, and data were analyzed using *Structural Equation Modeling (SEM)* based on *Partial Least Square (PLS)*. The results showed that learning motivation and time management had a positive and significant effect on student achievement but had a negative and significant effect on academic procrastination. Furthermore, academic procrastination was proven to have a negative effect on student achievement and significantly mediated the influence of learning motivation and time management on student achievement. The implications emphasize the need to improve motivation and time management to reduce procrastination for optimizing academic achievement.

Keywords: Learning Motivation, Time Management, Student Achievement, Academic Procrastination

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi di Indonesia saat ini dihadapkan pada tuntutan untuk meningkatkan kualitas dan daya saing di kancah global. Berbagai pemeringkatan internasional menunjukkan bahwa performa akademik perguruan tinggi Indonesia masih relatif tertinggal dibanding negara maju. Misalnya, dalam *Webometrics Rankings* pada bulan Juli 2025, Universitas Negeri Jakarta tercatat berada di peringkat 3.858 dunia (*Webometrics*, 2025). Hal ini mencerminkan bahwa daya saing global perguruan tinggi nasional perlu terus diperkuat. Pemerintah pun gencar mendorong perguruan tinggi menuju predikat *world-class university* melalui peningkatan mutu riset dan kolaborasi akademik.

Dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan tinggi, mahasiswa memegang peranan sentral. Mahasiswa bukan hanya objek pembelajaran, melainkan juga aktor penentu dalam ekosistem akademik kampus. Kualitas lulusan yang dihasilkan perguruan tinggi sangat ditentukan oleh kiprah dan prestasi mahasiswa selama masa studi. Oleh sebab itu, peran aktif mahasiswa dalam meningkatkan mutu diri dan lingkungannya menjadi krusial. Menteri

Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi (Mendiktisaintek) Brian Yulianto menekankan bahwa mahasiswa harus proaktif membangun budaya akademik yang unggul demi kemajuan bangsa. Sebagaimana diungkapkannya pada Munas BEM Seluruh Indonesia 2025:

“Kita harus mendorong mahasiswa membangun ekosistem pengetahuan agar ekonomi dan industri Indonesia dapat bertumbuh. Negeri yang makmur adalah negeri yang menguasai sains dan teknologi.” (AntaraNews, 2025)

Pernyataan reflektif di atas menegaskan bahwa kemajuan pendidikan tinggi sangat bergantung pada peran mahasiswa dalam menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi. Mahasiswa berperan sebagai agent of change yang turut menentukan reputasi akademik institusi. Dengan motivasi yang tinggi untuk belajar dan berinovasi, mahasiswa dapat menciptakan iklim akademik yang produktif, sehingga mendorong peningkatan kualitas perguruan tinggi secara keseluruhan. Sebaliknya, bila mahasiswa pasif atau mengalami kesulitan dalam studi, hal itu akan berdampak pada pencapaian akademik individu maupun citra institusi.

Salah satu indikator utama prestasi pendidikan tinggi di tingkat mahasiswa adalah prestasi belajar yang diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). IPK merupakan cerminan pencapaian akademik mahasiswa selama perkuliahan dan sering dijadikan tolak ukur kualitas lulusan. Menurut (Mahardhika & Rosyida, 2025), prestasi belajar dalam bentuk IPK dan hasil ujian adalah salah satu bentuk evaluasi perilaku belajar seorang mahasiswa.

Faktor internal mahasiswa, terutama motivasi belajar, sangat memengaruhi pencapaian akademik. Motivasi belajar yang tinggi mendorong mahasiswa untuk tekun dan bersemangat dalam studi, sehingga berkontribusi positif terhadap hasil belajar. Beberapa penelitian modern menunjukkan bahwa motivasi belajar berperan penting terhadap keberhasilan akademik mahasiswa. Penelitian oleh (Hasibuan & Toni, 2024) menemukan bahwa motivasi intrinsik memiliki pengaruh positif terhadap indeks prestasi mahasiswa. Hasil serupa dilaporkan oleh (Mahardhika & Rosyida, 2025) yang menyimpulkan bahwa mahasiswa dengan tingkat motivasi tinggi memiliki kecenderungan mencapai IPK yang lebih baik dibanding mahasiswa dengan motivasi rendah. Selain itu, (Marsela & Agus, 2024) menjelaskan bahwa rendahnya motivasi belajar berkorelasi dengan meningkatnya perilaku prokrastinasi akademik dan menurunnya prestasi belajar. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian dari beberapa Universitas di Malaysia, yang hasilnya adalah motivasi terbukti berkorelasi positif dengan capaian IPK mahasiswa. Dengan kata lain, semakin tinggi motivasi mahasiswa, umumnya semakin tinggi pula prestasi akademiknya (Bakar et al., 2022). Temuan-temuan ini menegaskan bahwa prestasi belajar (dalam hal ini IPK) dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi diri.

Di samping motivasi, kemampuan manajemen waktu juga berperan krusial dalam menunjang prestasi belajar. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan efektif cenderung dapat memenuhi tenggat tugas dan mempersiapkan ujian dengan lebih baik, sehingga prestasinya pun meningkat. Manajemen waktu sering disebut sebagai keterampilan penunjang keberhasilan studi yang tak kalah penting (Ega et al., 2022). Prestasi belajar akan optimal apabila mahasiswa memiliki motivasi tinggi sekaligus mampu mengelola waktu belajarnya dengan efektif.

METODE

Rencana penelitian ini mencakup periode sekitar 5 bulan, dimulai dari bulan Agustus 2025 hingga Desember 2025. Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan studi di Universitas Negeri Jakarta, khususnya pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis angkatan 2022. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Penelitian ini menggunakan Data Primer yang didapat setelah penyebaran kuesioner kepada responden berbasis Google Forms yang kemudian data yang didapat diolah menggunakan Software SmartPLS. Variabel yang diteliti dan dianalisis yaitu Motivasi Belajar (X1), Manajemen Waktu (X2), Prokrastinasi Akademik (M) dan Prestasi Belajar (Y). Populasi dari penelitian ini ialah Seluruh Mahasiswa aktif dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta angkatan 2022 Program Studi Sarjana (S1) berjumlah 852 Mahasiswa berdasarkan data keseluruhan calon mahasiswa yang lulus seleksi masuk Universitas Negeri Jakarta melalui 3 jalur yaitu SNMPTN, SBMPTNM dan jalur mandiri. Teknik sampling proportionate stratified random sampling dengan jumlah populasi diambil dari jumlah pendaftar calon mahasiswa S1 Universitas Negeri

Jakarta yaitu 852. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang dirancang untuk mengumpulkan data mengenai variabel Motivasi Belajar (X1), Manajemen Waktu (X2), dan Prokrastinasi Akademik (M). Untuk variabel Prestasi Belajar (Y), data diperoleh melalui isian nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) terakhir mahasiswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan Structural Equation Model (SEM) dengan perhitungan menggunakan software SmartPLS 4.0 yang berbasis Partial Least Square (PLS). Analisis PLS adalah teknik perhitungan statistik multivarian dengan membandingkan Variabel Dependent dan Variabel Independent. Analisis SmartPLS terdiri dari dua sub-model yaitu model pengukuran (measurement model / outer model) dan model struktural (structural model / inner model).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam Penelitian ini, Peneliti menyebarkan kuesioner *Google Form* dan berhasil mendapatkan 283 sampel mahasiswa dari berbagai prodi S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis angkatan 2022. Berikut adalah persebaran sample yang ditampilkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Persebaran Sample berdasarkan Program Studi

No.	Program Studi	Sampel
1.	S-1 Akuntansi	49
2.	S-1 Bisnis Digital	22
3.	S-1 Manajemen	63
4.	S-1 Pendidikan Administrasi Perkantoran	50
5.	S-1 Pendidikan Bisnis	41
6.	S-1 Pendidikan Ekonomi	58

Sumber : Data diolah peneliti (2025)

Berdasarkan tabel di atas, realisasi sampel untuk program studi Bisnis Digital berjumlah 22 responden dari target alokasi 42 responden (Response rate 52,4%). Hal ini disebabkan oleh keterbatasan akses dan tingkat partisipasi responden pada periode penyebaran kuesioner. Meskipun demikian, secara agregat total sampel penelitian telah mencapai 283 responden, yang mana jumlah tersebut telah melampaui batas minimum sampel yang ditetapkan dalam Bab 3 yaitu sebesar 265 responden. Oleh karena itu, data tetap dianggap representatif dan layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan metode PLS-SEM.

Tabel 2. Rata-rata Skor Indikator Prestasi Belajar (Y)

Variabel	Indikator	Butir	Skor	N	Total Skor	Mean	(%)
Prestasi Belajar (Y)	Penguasaan Materi	Y1	1247	3	3737	1245,7	49,2
		Y2	1242				
		Y3	1248				
	Tanggung Jawab Akademik	Y4	1277	3	3866	1288,7	50,8
		Y5	1295				
		Y6	1294				
Total			7.603	6			100%

Sumber : Data diolah peneliti (2025)

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis deskriptif ditemukan rata rata skor indikator pada variabel Prestasi Belajar dapat diketahui bahwa indikator paling tinggi dipengaruhi oleh indikator Tanggung Jawab Akademik dengan persentase 50,8%. Sedangkan pengaruh paling rendah terdapat pada indikator Penguasaan Materi dengan persentase sebesar 49,2%.

Tabel 3. Rata-rata Skor Indikator Motivasi Belajar

Variabel	Indikator	Butir	Skor	N	Total Skor	Mean	(%)
Motivasi Belajar (X1)	Hasrat Berhasil	MB1	1246	3	3732	1244	20,05%
		MB2	1243				
		MB3	1243				
	Dorongan Belajar	MB4	1251	3	3733	1244,3	20,06%
		MB5	1244				
		MB6	1238				
	Harapan/Cita-cita	MB7	1223	3	3747	1249	20,14%
		MB8	1267				
		MB9	1257				
	Penghargaan	MB10	1241	3	3716	1238,6	19,97%
		MB11	1242				
		MB12	1233				
	Lingkungan	MB13	1228	3	3681	1227	19,78%
		MB14	1226				
		MB15	1227				
Total			18.609	15	100%		

Sumber : Data diolah peneliti (2025)

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis deskriptif ditemukan rata rata skor indikator pada variabel Manajemen Waktu dapat diketahui bahwa indikator paling tinggi dipengaruhi oleh indikator Harapan/Cita-cita dengan persentase 20,14%. Sedangkan pengaruh paling rendah terdapat pada indikator Lingkungan dengan persentase sebesar 19,78%.

Variabel manajemen waktu (X2)

Berikut ini adalah hasil analisis deskriptif terhadap masing-masing indikator dalam variabel yang dapat dilihat dari analisis rata-rata skor indikator manajemen waktu :

Tabel 4. Rata-rata Skor Indikator Manajemen Waktu

Variabel	Indikator	Butir	Skor	N	Total Skor	Mean	(%)
Manajemen Waktu (X2)	Menyusun Tujuan	MW1	1238	3	3686	1228,7	24,85%
		MW2	1216				
		MW3	1232				
	Menyusun Prioritas	MW4	1239	3	3716	1238,7	25,06%
		MW5	1250				
		MW6	1227				

Membuat Jadwal	MW7	1228	3	3716	1238,7	25,06%
	MW8	1250				
	MW9	1238				
Minimalisasi Gangguan	MW10	1244	3	3713	1237,7	25,04%
	MW11	1235				
	MW12	1234				
Total		14.831	12			100%

Sumber : Data diolah peneliti (2025)

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis deskriptif ditemukan rata rata skor indikator pada variabel Manajemen Waktu dapat diketahui bahwa indikator paling tinggi dipengaruhi oleh indikator Menyusun Prioritas dan Membuat Jadwal dengan persentase masing-masing 25,06%. Sedangkan pengaruh paling rendah terdapat pada indikator Menyusun Tujuan dengan persentase sebesar 24,85%.

Variabel prokrastinasi akademik (M)

Tabel 4. Rata-rata Skor Indikator Prokrastinasi Akademik

Variabel	Indikator	Butir	Skor	N	Total Skor	Mean	(%)
Prokrastinasi Akademik (M)	Penundaan Mulai/Selesai	PA1	577	3	1721	573,7	25,68%
		PA2	595				
		PA3	549				
	Keterlambatan	PA4	559	3	1646	548,7	24,56%
		PA5	536				
		PA6	551				
	Kesenjangan Rencana	PA7	554	3	1662	554,0	24,80%
		PA8	570				
		PA9	538				
	Aktifitas Menyenangkan	PA10	572	3	1673	557,7	24,96%
		PA11	551				
		PA12	550				
Total			6.702	12			100%

Sumber : Data diolah peneliti (2025)

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis deskriptif ditemukan rata rata skor indikator pada variabel Prokrastinasi Akademik dapat diketahui bahwa indikator paling tinggi dipengaruhi oleh indikator Penundaan Mulai/Selesai dengan persentase masing-masing 25,68%. Sedangkan pengaruh paling rendah terdapat pada indikator Keterlambatan dengan persentase sebesar 24,85%.

Tabel 6. Hasil pengujian Convergent Validity

	Average variance extracted (AVE)
M	0.765
X1	0.588
X2	0.614
Y	0.663

Sumber : Data diolah Peneliti (2026).

Berdasarkan hasil pengujian convergent validity yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa seluruh konstruk dalam penelitian ini, yaitu Motivasi Belajar (X1), Manajemen Waktu (X2), Prokrastinasi Akademik (M), dan Prestasi Belajar (Y), telah memenuhi kriteria validitas yang dipersyaratkan. Hal ini dibuktikan melalui nilai outer loading dari masing-masing indikator yang secara keseluruhan telah melampaui ambang batas 0,70, yang menunjukkan bahwa setiap butir pernyataan memiliki kontribusi yang kuat dalam menjelaskan variabelnya. Selain itu, nilai Average Variance Extracted (AVE) untuk seluruh variabel juga menunjukkan hasil di atas 0,50, sehingga dapat dinyatakan bahwa konstruk-konstruk tersebut memiliki tingkat korelasi internal yang sangat baik. Dengan terpenuhinya syarat convergent validity ini, maka seluruh indikator dalam penelitian ini dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk analisis tahap selanjutnya.

Tabel 7. Discriminant Validity HTMT

	M	X1	X2	Y
M				
X1	0.554			
X2	0.624	0.756		
Y	0.585	0.762	0.786	

Sumber : Data diolah Peneliti (2026).

Dengan nilai di bawah 0,90 kriteria HTMT menunjukkan bahwa validitas diskriminan telah terpenuhi menurut Rasoolimanesh & Ali (2018). Dapat disimpulkan untuk memenuhi validitas diskriminan harus bernilai <0,90 dan berdasarkan hasil perhitungan diatas Heterotrait-Monotrait (HTMT), tidak ada satupun data yang menunjukan nilai >0,90. Ini berarti bahwa keenam konstruk valid atau memenuhi syarat validitas diskriminan.

Tabel 8. Hasil pengujian Composite reliability & Cronbach's alpha

	Cronbach's alpha	Composite reliability (rho_a)	Composite reliability (rho_c)
M	0.972	0.972	0.975
X1	0.950	0.951	0.955
X2	0.937	0.941	0.946
Y	0.898	0.904	0.922

Sumber : Data diolah Peneliti (2026).

Hasil pengujian reliabilitas terhadap seluruh variabel penelitian menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* dan *Composite Reliability* yang secara keseluruhan berada di atas angka 0,70. Angka tersebut membuktikan bahwa instrumen penelitian yang digunakan memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Dengan demikian, kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan reliabel atau andal, sehingga dapat dipercaya untuk mengumpulkan data dalam rangka menjawab hipotesis penelitian tanpa adanya bias inkonsistensi jawaban responden.

Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis Path Coefficients direct effect

	Original sample (O)	Sample mean (M)	Standard deviation (STDEV)	T statistics (O/STDEV)	P values
X2 -> Y	0.408	0.409	0.069	5.930	0.000
X1 -> Y	0.356	0.357	0.072	4.914	0.000
M -> Y	-0.108	-0.107	0.044	2.468	0.014
X1 -> M	-0.229	-0.233	0.062	3.705	0.000
X2 -> M	-0.446	-0.448	0.060	7.419	0.000

Sumber : Data diolah Peneliti (2026).

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 4.14 mengenai hasil uji hipotesis path coefficients secara langsung, diperoleh rincian nilai sebagai berikut:

- 1) Pengaruh Manajemen Waktu (X2) terhadap Prestasi Belajar (Y): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar 0,408 dengan nilai T-statistics sebesar 5,930 dan nilai P-values sebesar 0,000.
- 2) Pengaruh Motivasi Belajar (X1) terhadap Prestasi Belajar (Y): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar 0,356 dengan nilai T-statistics sebesar 4,914 dan nilai P-values sebesar 0,000.
- 3) Pengaruh Prokrastinasi Akademik (M) terhadap Prestasi Belajar (Y): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar -0,108 dengan nilai T-statistics sebesar 2,468 dan nilai P-values sebesar 0,014.
- 4) Pengaruh Motivasi Belajar (X1) terhadap Prokrastinasi Akademik (M): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar -0,229 dengan nilai T-statistics sebesar 3,705 dan nilai P-values sebesar 0,000.
- 5) Pengaruh Manajemen Waktu (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik (M): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar -0,446 dengan nilai T-statistics sebesar 7,419 dan nilai P-values sebesar 0,000.

Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis Path Coefficients indirect effect

	Original sample (O)	Sample mean (M)	Standard deviation (STDEV)	T statistics (O/STDEV)	P values
X1 -> M -> Y	0.025	0.025	0.012	2.016	0.044
X2 -> M -> Y	0.048	0.049	0.023	2.120	0.034

Berdasarkan data pada tabel pengaruh tidak langsung di atas, diperoleh rincian nilai sebagai berikut:

- 1) Pengaruh Motivasi Belajar (X1) terhadap Prestasi Belajar (Y) melalui Prokrastinasi Akademik (M): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar 0,025 dengan nilai T-statistics sebesar 2,016 dan nilai P-values sebesar 0,044.
- 2) Pengaruh Manajemen Waktu (X2) terhadap Prestasi Belajar (Y) melalui Prokrastinasi Akademik (M): Menunjukkan nilai original sample (O) sebesar 0,048 dengan nilai T-statistics sebesar 2,120 dan nilai P-values sebesar 0,034.
- 3)

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menggunakan metode *Structural Equation Modeling* (SEM) berbasis Partial Least Square (PLS), berikut adalah pembahasan mendalam mengenai pengaruh antar variabel dalam penelitian ini:

Pengaruh Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar

Hasil pengujian hipotesis pertama (H1) membuktikan bahwa Motivasi Belajar (X1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Belajar (Y). Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien jalur (original sample) sebesar 0,356 dengan T-statistics 4,914 ($> 1,96$) dan P-values 0,000 ($< 0,05$). Temuan ini diperkuat dengan nilai F-square sebesar 0,152 yang termasuk dalam kategori pengaruh sedang.

Data ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dorongan internal mahasiswa untuk berhasil, semakin tinggi pula pencapaian akademik mereka. Motivasi berfungsi sebagai energi pendorong yang membuat mahasiswa bertahan menghadapi kesulitan akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mustakim (2021) yang menyatakan adanya pengaruh positif dan signifikan motivasi terhadap prestasi hasil belajar dengan korelasi yang sangat kuat. Dukungan empiris juga ditemukan dalam penelitian Sidabutar (2020) dan Nafeesa & Sari Siregar (2022) yang menyimpulkan bahwa mahasiswa dengan motivasi tinggi cenderung memiliki prestasi yang baik karena memiliki kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Hasil penelitian ini menolak temuan kontra dari Berek et al. (2023) yang menyatakan tidak ada hubungan antara motivasi dan prestasi akademik.

Dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar merupakan fondasi psikologis yang vital bagi mahasiswa FEB UNJ angkatan 2022. Dorongan yang kuat, baik yang berasal dari keinginan internal untuk menguasai materi maupun dorongan eksternal untuk mendapatkan nilai baik, terbukti efektif meningkatkan ketekunan mahasiswa dalam proses belajar, yang pada akhirnya bermuara pada peningkatan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK).

Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prestasi Belajar

Hipotesis kedua (H2) diterima dengan hasil yang menunjukkan bahwa Manajemen Waktu (X2) berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Belajar (Y). Variabel ini memiliki pengaruh paling dominan terhadap prestasi belajar dibandingkan variabel lainnya, dengan koefisien jalur sebesar 0,408, T-statistics 5,930, dan P-values 0,000. Dominasi pengaruh ini juga dikonfirmasi oleh nilai F-square sebesar 0,175 yang masuk dalam kategori sedang (mendekati kuat).

Hal ini membuktikan bahwa kemampuan teknis dalam mengatur jadwal, menyusun prioritas, dan meminimalisasi gangguan merupakan faktor krusial bagi mahasiswa FEB UNJ untuk meraih IPK tinggi. Hasil ini mendukung penelitian Kusmaladewi et al. (2022) yang menemukan korelasi positif signifikan (0,830) antara manajemen waktu dan prestasi belajar. Senada dengan itu, Bahra & Setiawan (2019) menegaskan bahwa semakin baik manajemen waktu siswa, semakin baik prestasi yang dicapai. Temuan ini sekaligus membantah hasil penelitian Puspitasari (2018) yang tidak menemukan hubungan signifikan pada mahasiswa keperawatan, mengindikasikan bahwa dalam konteks FEB UNJ, manajemen waktu adalah kompetensi wajib.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu memegang peranan yang lebih sentral dibandingkan motivasi dalam menentukan keberhasilan akademik pada objek penelitian ini. Kemampuan mahasiswa untuk mengelola aktivitas perkuliahan yang padat secara terstruktur merupakan kunci utama optimalisasi hasil belajar, melebihi sekadar adanya niat atau kemauan belajar saja.

Pengaruh Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik

Hipotesis ketiga (H3) menunjukkan bahwa Motivasi Belajar (X1) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik (M). Hasil analisis menghasilkan nilai koefisien jalur -0,229 dengan T-statistics 3,705 dan P-values 0,000. Meskipun signifikan, kontribusi motivasi dalam menekan prokrastinasi tergolong kecil, ditunjukkan oleh nilai F-square sebesar 0,037.

Makna dari temuan ini adalah bahwa motivasi belajar yang tinggi dapat menurunkan intensitas perilaku menunda tugas, namun bukan satu-satunya faktor penentu. Mahasiswa yang memiliki target akademik jelas (*mastery goals*) cenderung memandang tugas sebagai kebutuhan, bukan beban. Hasil ini konsisten dengan penelitian Marsela & Agus (2024) yang menemukan

motivasi berkontribusi menekan prokrastinasi sebesar 19,1%. Penelitian Usop & Astuti (2022) serta Salsabiila et al. (2019) juga memperkuat bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik.

Simpulan dari temuan ini adalah motivasi belajar berperan sebagai faktor protektif awal terhadap perilaku prokrastinasi. Mahasiswa yang termotivasi memiliki resistensi lebih baik terhadap godaan menunda tugas, meskipun faktor motivasi saja belum cukup kuat untuk menghilangkan perilaku tersebut sepenuhnya tanpa dukungan keterampilan teknis lainnya.

Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik

Hipotesis keempat (H4) membuktikan bahwa Manajemen Waktu (X2) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik (M) dengan koefisien jalur yang kuat sebesar -0,446, T-statistics 7,419, dan P-values 0,000. Secara praktis, manajemen waktu memiliki dampak yang lebih besar dalam mencegah prokrastinasi dibandingkan motivasi, dibuktikan dengan nilai F-square sebesar 0,161 yang masuk kategori sedang.

Temuan ini mengindikasikan bahwa akar permasalahan prokrastinasi pada mahasiswa lebih bersifat teknis (ketidakmampuan mengatur waktu) daripada psikologis. Mahasiswa yang gagal menyusun jadwal cenderung merasa kewalahan (*overwhelmed*), yang memicu penundaan. Hal ini sejalan dengan temuan Pertiwi (2020) yang mencatat pengaruh negatif signifikan manajemen waktu terhadap prokrastinasi ($\beta = -0,571$). Penelitian Niken & Imam (2021) dan Salsabila et al. (2020) turut mendukung simpulan bahwa jika mahasiswa dapat memanajemen waktu dengan baik, kemungkinan melakukan prokrastinasi akan berkurang drastis.

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik pada dasarnya adalah masalah manajemen diri. Semakin terampil mahasiswa dalam menyusun prioritas dan jadwal harian, semakin kecil celah waktu yang tersedia untuk melakukan aktivitas penundaan yang tidak produktif.

Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Belajar

Hipotesis kelima (H5) menunjukkan bahwa Prokrastinasi Akademik (M) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prestasi Belajar (Y), dengan nilai koefisien jalur -0,108, T-statistics 2,468, dan P-values 0,014. Nilai F-square sebesar 0,023 menunjukkan bahwa meskipun pengaruhnya kecil, perilaku ini tetap nyata merugikan capaian akademik.

Perilaku penundaan mengakibatkan berkurangnya waktu efektif untuk belajar dan memicu pengerjaan tugas yang terburu-buru, sehingga hasil akhirnya tidak optimal. Temuan ini mendukung penelitian Zachira et al. (2025) yang menyimpulkan prokrastinasi akademik berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prestasi belajar. Dukungan juga datang dari Setyawan (2016) dan Kurniyawati et al. (2024) yang menemukan bahwa perilaku prokrastinasi menurunkan Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku maladaptif yang secara konsisten menggerus prestasi belajar. Meskipun mahasiswa mungkin memiliki potensi cerdas, kebiasaan menunda tugas ("Sistem Kebut Semalam") tetap menjadi penghambat yang membatasi mereka untuk mencapai hasil akademik yang maksimal.

Peran Mediasi Prokrastinasi pada Hubungan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar

Hipotesis keenam (H6) membuktikan bahwa Prokrastinasi Akademik (M) secara signifikan memediasi pengaruh Motivasi Belajar (X1) terhadap Prestasi Belajar (Y). Nilai pengaruh tidak langsung (*specific indirect effect*) tercatat sebesar 0,025 dengan T-statistics 2,016 dan P-values 0,044.

Hal ini menjelaskan mekanisme perilaku bahwa motivasi yang tinggi tidak hanya berdampak langsung pada nilai, tetapi juga bekerja dengan cara menekan perilaku prokrastinasi. Berkurangnya prokrastinasi inilah yang kemudian berkontribusi pada peningkatan prestasi. Temuan ini selaras dengan penelitian KHOIRIYAH (2025) yang menemukan motivasi akademik berpengaruh positif terhadap kinerja melalui mediasi prokrastinasi. Penelitian internasional oleh

Wu & Fan (2016) juga mengonfirmasi bahwa motivasi intrinsik menekan prokrastinasi demi tercapainya penyesuaian akademik yang lebih baik.

Kesimpulannya, prokrastinasi terbukti menjadi mekanisme penyalur pengaruh motivasi. Mahasiswa yang termotivasi mampu mencapai prestasi tinggi salah satunya karena mereka berhasil mengonversi dorongan semangat tersebut menjadi tindakan nyata untuk segera mengerjakan tugas (tidak menunda).

Peran Mediasi Prokrastinasi pada Hubungan Manajemen Waktu dan Prestasi

Hipotesis ketujuh (H7) membuktikan bahwa Prokrastinasi Akademik (M) memediasi pengaruh Manajemen Waktu (X2) terhadap Prestasi Belajar (Y). Jalur mediasi ini memiliki nilai koefisien 0,048, T-statistics 2,120, dan P-values 0,034.

Temuan ini menegaskan posisi prokrastinasi sebagai variabel intervening. Manajemen waktu yang baik mencegah terjadinya penumpukan tugas dan perilaku menunda, yang pada gilirannya menjaga kualitas hasil belajar mahasiswa. Hal ini mendukung penelitian Al-Farisi (2020) yang menyatakan bahwa prokrastinasi akademik secara signifikan memediasi hubungan antara regulasi diri (termasuk manajemen waktu) terhadap hasil belajar. Prokrastinasi terbukti menjadi mekanisme perilaku penghambat yang harus dikendalikan melalui manajemen waktu agar prestasi belajar dapat optimal.

Dapat disimpulkan bahwa peran manajemen waktu sangat vital karena bekerja secara ganda: secara langsung meningkatkan produktivitas belajar, dan secara tidak langsung melindungi mahasiswa dari jebakan prokrastinasi yang dapat menurunkan prestasi.

KESIMPULAN

Pertama, Motivasi Belajar terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Belajar. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dorongan internal dan eksternal yang dimiliki mahasiswa dalam proses pembelajaran, maka semakin tinggi pula pencapaian akademik (IPK) mereka. Mahasiswa yang memiliki orientasi tujuan yang jelas cenderung lebih tekun dan berupaya keras untuk mendapatkan hasil terbaik. Kedua, Manajemen Waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Belajar. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengatur jadwal, menyusun prioritas, dan memanfaatkan waktu secara efisien merupakan faktor kunci dalam meraih prestasi akademik yang optimal. Manajemen waktu yang baik memungkinkan mahasiswa menyeimbangkan berbagai aktivitas perkuliahan tanpa mengorbankan kualitas belajarnya. Ketiga, Motivasi Belajar berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik. Artinya, semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan penundaan tugas. Dorongan untuk berprestasi berfungsi sebagai benteng yang mencegah mahasiswa dari perilaku menunda-nunda pekerjaan. Keempat, Manajemen Waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik. Hasil ini membuktikan bahwa manajemen waktu adalah faktor determinan utama dalam menekan perilaku prokrastinasi. Ketidakmampuan mengelola waktu adalah pemicu utama mahasiswa merasa kewalahan dan akhirnya memilih untuk menunda tugas. Kelima, Prokrastinasi Akademik berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prestasi Belajar. Perilaku menunda tugas terbukti berdampak buruk pada hasil belajar karena mengurangi waktu efektif untuk memahami materi dan mengerjakan tugas, yang pada akhirnya menurunkan nilai akademik mahasiswa. Keenam, Prokrastinasi Akademik mampu memediasi pengaruh Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar. Kesimpulan ini menegaskan mekanisme bahwa motivasi yang tinggi dapat meningkatkan prestasi belajar salah satunya dengan cara menurunkan tingkat prokrastinasi mahasiswa terlebih dahulu. Ketujuh, Prokrastinasi Akademik mampu memediasi pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prestasi Belajar. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen waktu yang baik tidak hanya berdampak langsung pada nilai, tetapi juga bekerja secara tidak langsung dengan meminimalisir perilaku prokrastinasi, yang kemudian berkontribusi pada peningkatan prestasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aderibigbe. (2018). Variabel, Definisi Operasional Variabel, dan Pengukuran. *Energies*, 6(1), 1–8.
- Al-Farisi, S. (2020). EFEK MEDIASI PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PENGARUH SELF REGULATED LEARNING TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN EKONOMI (Survei Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri di Kota Sukabumi). 1–3.
- Anderha, R. R., & Maskar, S. (2021). Pengaruh Kemampuan Numerasi Dalam Menyelesaikan. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 2(1), 1–10.
- Anggari, D. P., Sutoso, & Patricia Anggela, F. (2025). The Influence Of Time Management And College Motivation On The University Of The Philippines Students 2021 University Of The Philippines. *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, 6(4), 3755–3770. <http://journal.yrpioku.com/index.php/msej>
- Ayudia Annisa Nur. (2019). Pengaruh motivasi belajar terhadap prestasi belajar siswa di sekolah dasar. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(April), h 26-27. <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/1350%0Ahttps://jbasic.org/index.php/basicedu/article/download/1350/755>
- Bahra, A., & Setiawan, M. S. (2019). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Akademi Keperawatan RSPAD Gatot Soebroto Jakarta. *Journal Educational of Nursing(Jen)*, 2(2), 50–55. <https://doi.org/10.37430/jen.v2i2.43>
- Bakar, A., Alsmadi, M. S., Ali, Z., & Solahudin, M. H. (2022). Influence of Students ' Motivation on Academic Achievement Among Undergraduate Students in Malaysia. 6(2), 3443–3450.
- Berek, P. A. L., Sanan, Y. C. U., Fouk, M. F. W. A., Rohi, E. D. F. R., & Orte, C. J. S. (2023). Hubungan Antara Kemandirian Belajar Dan Motivasi Belajar Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 10(1), 106–118. <https://doi.org/10.38048/jipcb.v10i1.1578>
- Chin, W. W., & Todd, P. A. (1995). On the use, usefulness, and ease of use of structural equation modeling in mis research: A note of caution. *MIS Quarterly: Management Information Systems*, 19(2), 237–246. <https://doi.org/10.2307/249690>
- DetikEdu. (2024). 3 Tantangan Pendidikan Tinggi Menurut Dirjen Diktiristek, Termasuk Kesenjangan Kualitas. <https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-7583141/3-tantangan-pendidikan-tinggi-menurut-dirjen-diktiristek-termasuk-kesenjangan-kualitas>
- Ega, Putri, A., & Sayekti, A. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Aktivist Di Organisasi Kemahasiswaan Fem Ipb (the Effect of Time Management Toward Student Activists Academic Achievement At Student Organization Fem Ipb University). *Jurnal Manajemen Kewirausahaan*, 19(02), 155–164. <http://ejurnal.stieipwija.ac.id/index.php/jmkDOI:http://dx.doi.org/10.33370/jmk.v19i1.875>
- Faradina, F. R. (2018). Peningkatan Prestasi Belajar... 8–49.
- Ikhsan, A., & Purnama, D. S. (2024). Pengaruh manajemen waktu kuliah dengan prestasi belajar mahasiswa: Sebuah kajian literatur. August.
- Jannah, M., & Muis, D. T. (2016). PROKRASTINASI AKADEMIK (PERILAKU PENUNDAAN AKADEMIK) MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA.
- Kusmaladewi, K., Halim, P., Muin, M., & Asdar, A. (2022). Korelasi Manajemen Waktu, Minat Baca, dan Kesiapan Belajar Mahasiswa Terhadap Prestasi Belajar. *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 5(2), 238–248. <https://doi.org/10.30605/cjpe.522022.2262>
- Mahardhika, A. P., & Rosyida, C. N. (2025). Pengaruh Motivasi dan Perilaku Belajar Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Salatiga The Influence of Motivation and Learning Behavior on the Islamic Religious Education Students ' GPA. 22(2), 362–375.

- Manurung, T. M. S. (2017). Pengaruh Motivasi dan Perilaku Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *JAS-PT Jurnal Analisis Sistem Pendidikan Tinggi*, 1(1), 17. <https://doi.org/10.36339/jaspt.v1i1.36>
- Mulyanah, S. (2024). Prokrastinasi: Problem Manajemen Waktu Mahasiswa? *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(3), 15–18.
- Nurrahmaniah. (2019). PENINGKATAN PRESTASI AKADEMIK MELALUI MANAJEMEN WAKTU (TIME MANAGEMENT) DAN MINAT BELAJAR NURRAHMANIAH Pondok Pesantren Darunnajah Jakarta. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 149–176.
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh Stres Akademik dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik. 8(4), 738–749. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Purwaningsih, R., & Kusuma, P. D. (2015). Analisis faktor- faktor yang mempengaruhi kinerja usaha kecil dan menengah (ukm) dengan metode structural equation modelling (studi kasus UKM berbasis industri kreatif Kota Semarang). *Prosiding SNST Fakultas Teknik Universitas Wahid Hasyim Semarang*, 6(1), 7–12.
- Puspitasari, A. S. (2018). Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Univrsitas Jember. *Skripsi.*, 1–71.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.68>
- Saksana, J. C. (2024). Analisis Pengaruh Motivasi Belajar , Kemampuan Kognitif dan Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. 2(3), 1–10.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* Prof. Sugiono.
- Triyana, A. (2024). Urgensi manajemen waktu bagi mahasiswa. 2(12), 1137–1142.
- Usop, D. S., & Astuti, A. D. (2022). Pengaruh Self-regulated Learning , Intensitas Penggunaan Media Sosial , Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. 7(September).
- Vlachopanou, P., Maska, L., Kalamaras, D., & Nasika, F. (2025). The Mediating Role of Academic Procrastination in the Link Between Academic Motivation and Academic Adjustment Among University Students. 84, 33–45.
- Wu, F., & Fan, W. (2016). Academic procrastination in linking motivation and achievement-related behaviours: a perspective of expectancy-value theory. 3410(July). <https://doi.org/10.1080/01443410.2016.1202901>
- Yulyani, R. D. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar, Minat Belajar, dan Manajemen Waktu terhadap Prestasi Belajar Siswa pada Masa Pembelajaran Tatap Muka Terbatas. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 943–952. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3375>
- Zachira, A. N., Ramdhany, M. A., & Sugiharti, H. (2025). Pengaruh Prokrastinasi Akademik dan Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis UPI. 4(1), 23–35.