



PENGARUH EFIKASI DIRI DAN MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMKN 31 JAKARTA

THE EFFECT OF SELF-EFFICACY AND TIME MANAGEMENT ON ACADEMIC PROCRASTINATION AT SMKN 31 JAKARTA

Dafiza Salsabila¹, Roni Fasliah², Corry Yohana³

Universitas Negeri Jakarta

Email: salsabiladafiza@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah efikasi diri dan manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMKN 31 Jakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, dan deskriptif kausalitas. Populasi penelitian ini merupakan siswa kelas XI SMK Negeri 31 Jakarta dengan teknik penentuan sampel menggunakan *proportional random sampling* dengan jumlah 125 siswa sebagai responden. Analisis data yang dilakukan yaitu terdapat uji persyaratan analisis, uji asumsi klasik, uji regresi linear berganda, dan uji hipotesis dengan IBM SPSS 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri dan manajemen waktu secara bersama-sama berpengaruh negatif signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan besar pengaruh sebesar 48,7% dan 51,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik

ABSTRACT

This study aims to find out if self-efficacy and time management have an effect on academic procrastination in XI students at SMKN 31 Jakarta. The methods used in this study are quantitative methods, and descriptive causality. The population of this study is XI SMK Negeri 31 Jakarta class students with sample determination techniques using proportional random sampling with 125 students as respondents. Data analysis is performed, which includes analysis requirements tests, classical assumption tests, multiple regression tests, and hypothesis tests with IBM SPSS 26. Research results showed that self-efficacy and time management together had a significant negative effect on academic procrastination with a large influence of 48.7% and 51.3% influenced by other variables that were not examined.

Keywords: *Self-Efficacy, Time Management, Academic Procrastination*

PENDAHULUAN

Semenjak masuknya Covid-19 ke Indonesia, keadaan darurat nasional dikeluarkan oleh Pemerintah Indonesia dimana proses belajar mengajar harus dilakukan secara daring dan dilaksanakan secara daring di rumah masing-masing (Disdikpora, 2021). Kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan dari rumah selama masih dalam kondisi pandemik membuat guru dapat memberikan tugas yang lebih variatif dibandingkan pada saat sebelum pandemi dengan akses belajar yang berbeda-beda pula (Mediaindonesia, 2021).

Walaupun kegiatan pembelajaran tatap muka sudah diperbolehkan seratus persen, Variasi tugas yang muncul pada saat pandemi diantaranya yaitu seperti mencari artikel, menonton materi dari youtube, dan hal lainnya yang memanfaatkan media internet, Youtube, WhatsApp dan juga Google Classroom sebagai media pembelajaran yang dilakukan (Barokah et al., 2020).

Variasi tugas juga media yang digunakan memiliki tingkat kesulitan serta jumlah tugas yang diberikan dapat berbeda-beda tergantung pada guru yang memberikan. Peserta didik harus dapat mengerjakan juga



menyusun jadwal belajar yang baik agar dapat mencapai hasil yang maksimal, dengan begitu peserta didik tidak akan melakukan penundaan pengerjaan tugas

Penundaan pengerjaan tugas yang diberikan dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Seperti yang dijelaskan oleh Carthy (Nafeesa, 2018) prokrastinasi akademik yaitu kecenderungan untuk menunda atau menghindari sepenuhnya tanggung jawab, keputusan, ataupun tugas yang perlu dilakukan dan biasanya baru dikerjakan saat mendekati batas akhir pengumpulan tugas.

Lestari, et al (2022) melakukan penelitian terkait dengan tingkat prokrastinasi siswa SMK sebanyak 167 siswa dengan hasil persentase menunjukkan 69% melakukan prokrastinasi akademik yang mana menunjukkan bahwa tidak sedikit siswa yang melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan hasil pra-riset yang dilakukan sebanyak 30% siswa menjawab sangat setuju dan setuju mereka melakukan penundaan dalam melakukan penugasan, kemudian 20% menjawab ragu-ragu yang berarti mereka terkadang melakukan dan terkadang tidak melakukan penundaan pekerjaan, dan 30% siswa menjawab sangat tidak setuju dan tidak setuju yang berarti mereka tidak menunda melakukan penugasan.

Adanya prokrastinasi akademik tentunya disebabkan oleh beberapa hal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari et al (2021), prokrastinasi akademik disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah tidak yakin akan kemampuannya, kurang bisa mengatur waktu untuk mengerjakan tugas dan kegiatan lainnya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, et al (2021), penelitian yang dilakukan oleh Rohmatun (2021) juga menunjukkan adanya faktor yang

sama dalam prokrastinasi akademik, yaitu efikasi diri dan juga regulasi diri.

TINJAUAN PUSTAKA

Kegiatan penundaan pengerjaan hingga bisa sampai melewati batas waktu dikenal dengan sebutan prokrastinasi. Knaus (Asri, 2018) mendefinisikan prokrastinasi berasal dari bahasa latin, yaitu “*procrastinate*” yang berasal dari kata “*pro*” (*forward*) dan “*crastinus*” (*belonging to tomorrow*) yang mana jika digabungkan memiliki arti menunda suatu pekerjaan/aktivitas/tugas. Prokrastinasi adalah perilaku yang mana memiliki kecenderungan untuk tidak segera memulai mengerjakan suatu tugas yang diberikan sehingga tidak menggunakan waktu yang ada secara efisien (Sindhi Margareta & Wahyudin, 2019).

Perilaku prokrastinasi dalam dunia pendidikan sering disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan disengaja yang dilakukan pada suatu tugas formal dengan melakukan hal lain yang lebih menyenangkan (Martiana et al., 2022). Kegiatan prokrastinasi pada kegiatan akademik biasanya berkaitan dengan tugas, seperti yang diungkapkan oleh Milgram dalam Niazov, et al (2022), prokrastinasi akademik biasanya terlihat pada tugas seperti pekerjaan rumah, menulis *paper*, dan juga belajar untuk ujian.

Efikasi diri dapat diartikan dengan keyakinan individu berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki untuk menghasilkan tingkatan performa yang terencana (Nasrah et al., 2021). Efikasi diri merupakan keyakinan individu untuk mengontrol kemampuan dirinya yang diwujudkan dengan serangkaian tindakan untuk memenuhi berbagai tuntutan dalam hidupnya (Ningsih & Hayati, 2020).



Dalam dunia akademik dapat diartikan sebagai keyakinan dari diri individu terkait dengan kemampuannya untuk mencapai tujuan belajar (Ardiansyah & Pravesti, 2021). Baron & Byrne dalam Parjianto, et al (2021) juga mengungkapkan bahwa efikasi diri akademik merupakan keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu untuk melakukan tugas akademik yang diberikan dan menandakan tingkatan kemampuan dirinya. Hussain, et al (2021) mengungkapkan efikasi diri membuat individu yakin akan kemampuan mereka untuk mengatasi hambatan yang dapat menghambat tujuan mereka.

Manajemen waktu merupakan keterampilan untuk membagi jatah waktu juga sumber daya agar dapat mencapai tujuan (Fajhriani. N, 2020). Adams & Blair (2019), manajemen waktu adalah memanfaatkan waktu secara efektif melibatkan memaksimalkan fungsi seperti memulai tugas, tetap fokus, dan menyeimbangkan satu tugas dengan tugas lainnya. Sejalan dengan pengertian tersebut, Irwansyah dan Asrida (2021) menyebutkan dalam penelitiannya manajemen waktu merupakan suatu sumber yang patut untuk dikelola dengan efektif dan efisien dalam mengerjakan pekerjaan. Manajemen waktu tersebut disusun secara efektif dengan membuat rancangan sehingga dapat memperoleh produktivitas waktu.

Perencanaan tersebut dilakukan berdasarkan status kepentingan atau prioritas kegiatan tersebut, sehingga dengan menerapkan manajemen waktu para siswa tidak mengungkapkan kata-kata seperti kekurangan waktu untuk belajar, tidak adanya waktu untuk istirahat atau berhenti, hingga tidak adanya waktu untuk jalan-jalan (Sahriah & Nurdin, 2021).

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif, survei dengan kuesioner, dan deskriptif kausalitas. Populasi dalam penelitian ini yaitu merupakan siswa kelas XI SMK Negeri 31 Jakarta dari setiap jurusan dengan populasi 181 siswa. Teknik sampel yang digunakan adalah teknik *probability sampling* yang mendapatkan hasil sebanyak 125 siswa sebagai responden.

Setiap variabel diukur dengan indikator masing-masing variabel. Indikator yang digunakan untuk variabel prokrastinasi akademik, diantaranya yaitu penundaan melakukan dan menyelesaikan tugas, pengerjaan tugas butuh waktu yang lama karena persiapan yang berlebihan, terlambat memenuhi tenggat waktu yang ditetapkan, dan lebih memilih melakukan hal yang menyenangkan. Sementara indikator yang digunakan untuk meneliti efikasi diri yaitu penelitian ini, efikasi diri akan diukur dengan enam indikator, yaitu; penyelesaian tugas dalam berbagai tingkat kesulitan, perencanaan dalam mengatur diri untuk menyelesaikan tugas, percaya akan pengalaman, yakin akan kemampuan, percaya akan kemampuan usaha untuk merealisasikan tujuan, dan percaya akan kemampuan untuk bertahan dalam usaha yang dilakukan. Kemudian manajemen waktu diukur menggunakan indikator penetapan tujuan, pembuatan skala prioritas, berusaha mencapai tujuan, pembuatan daftar, pembuatan rencana, kegiatan diselesaikan dengan tepat waktu, kegiatan dilakukan terorganisir, kegiatan diterapkan teratur, dan tidak merusak kegiatan yang sudah disusun.

Setiap pernyataan menggunakan skala likert sebagai pilihan jawabannya. Penggunaan skala likert memberikan pilihan kepada responden untuk menilai item pada



skala lima hingga tujuh poin (Hardani et al., 2020). Pada penelitian ini responden diberikan kemungkinan untuk menilai dalam empat tingkat, mulai dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju.

Tabel 1. Skala Penilaian Variabel

Pilihan	(+)	(-)
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Responden

Berdasarkan pengumpulan data yang telah dilakukan, adapun profil responden berdasarkan jurusan program studi kelas XI. Responden dalam penelitian ini yaitu dalam penelitian ini adalah sebanyak 125 siswa dari kelas XI di SMKN 31 Jakarta. Responden pada jurusan Akuntansi dan Keuangan Lembaga (AKL) dan Perbankan Keuangan Mikro (PKM) masing-masing memiliki persentase 19%, sementara jurusan Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran (OTKP) memiliki persentase yang sama yaitu 19%, kemudian jurusan Bisnis Daring dan Pemasaran (BDP) dan Desain Komunikasi Visual (DKV) dengan persentase 14% dan jurusan Animasi dengan persentase 15%.

Analisis Deskriptif

Hasil Analisis Deskriptif dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut. Dalam Indikator variabel prokrastinasi akademik indikator yang tertinggi yaitu lebih

memilih melakukan hal yang menyenangkan sebesar 26%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa lebih memilih melakukan hal yang menyenangkan dibandingkan dengan kewajiban akademisnya. Siswa yang lebih memilih melakukan hal yang menyenangkan akan melakukan prokrastinasi dalam kegiatan akademiknya.

Kemudian pada variabel efikasi diri indikator yang paling tinggi yaitu indikator percaya akan pengalaman sebesar 18%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa yang memiliki efikasi diri adalah dikarenakan percaya akan pengalaman. Siswa yang percaya akan pengalaman akan memiliki efikasi diri yang tinggi dalam kegiatan akademiknya.

Sementara pada variabel manajemen waktu terdapat dua indikator yang paling tinggi yaitu penetapan tujuan dan pembuatan daftar sebesar 12%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa yang memiliki manajemen waktu adalah dikarenakan penetapan tujuan dan pembuatan daftar. Siswa yang menetapkan tujuan dan membuat daftar akan memiliki manajemen waktu yang baik dalam melakukan kegiatannya.

Uji Persyaratan Analisis

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak normal. Pada penelitian ini, pengujian normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan nilai signifikansi diatas 5% atau 0,05. Pengujian dilakukan dengan bantuan program *software* SPSS 26 dengan hasil yang dapat dilihat pada tabel berikut:



Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>				
		Prokrastinasi Akademik	Efikasi Diri	Manajemen Waktu
N		125	125	125
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	56.98	30.90	46.74
	<i>Std. Deviation</i>	10.355	5.871	9.252
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.075	.065	.049
	<i>Positive</i>	.073	.065	.049
	<i>Negative</i>	-.075	-.037	-.049
<i>Test Statistic</i>		.075	.065	.049
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.078 ^c	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat *Asymp. Sig.* pada Prokrastinasi Akademik (Y) yang diujikan 0,078 yang mana lebih besar dari 0,05 (0,78 > 0,05) sehingga dapat diartikan data terdistribusi normal. Sedangkan pada variabel Efikasi Diri (X1) Manajemen Waktu (X2) *Asymp. Sig.* menunjukkan hasil

0,200 yang mana lebih besar dari 0,05 (0,200 > 0,05) sehingga data terdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji Linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah antar variabel memiliki pengaruh yang linear atau tidak.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas X1

<i>ANOVA Table</i>							
			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Prokrastinasi Akademik *	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	6910.27	26	265.780	4.078	.000
		<i>Linearity</i>	5396.37	1	5396.373	82.80	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1513.90	25	60.556	.929	.566
Efikasi Diri	<i>Within Groups</i>		6386.65	98	65.170		
<i>Total</i>			13296.9	124			28

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas X2

<i>ANOVA Table</i>						
		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>



Prokrastinasi Akademik*	Between Groups	(Combined) Linearity	6762.285 3425.547	38 1	177.955 3425.547	2.342 45.082	.001 .000
		Deviation from Linearity	3336.737	37	90.182	1.187	.256
Manajemen Waktu	Within Groups		6534.643	86	75.984		
	Total		13296.928	124			

Variabel Efikasi Diri (X1) dan Prokrastinasi Akademik (Y) memiliki nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 yang mana berada dibawah 0,005 ($0,000 < 0,005$) dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,566 yang mana lebih besar dari 0,05 ($0,566 > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang linear antara Efikasi Diri (X1) dengan Prokrastinasi Akademik (Y). Kemudian variabel Manajemen Waktu (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y) dengan nilai signifikansi *linearity* 0,000 yang berarti dibawah 0,005 ($0,000 < 0,005$) dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,256 lebih

besar dari 0,05 ($0,256 > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan linear antara Manajemen Waktu (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y).

Uji Asumsi Klasik

Uji Multikoleniaritas

Uji Multikoleniaritas dilakukan dengan bertujuan untuk melihat apakah ada korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya (Purwanto, 2019). Uji multikoleniaritas dideteksi berdasarkan analisis regresi dengan nilai VIF dan *tolerance*.

Tabel 5. Hasil Uji Multikoleniaritas

Model	Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
1 (Constant)	101.374	4.219		24.029	.000		
Efikasi Diri	-.915	.124	-.519	-7.384	.000	.852	1.173
Manajemen Waktu	-.345	.079	-.308	-4.390	.000	.852	1.173

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai *tolerance* Efikasi Diri (X1) dan Manajemen Waktu (X2) sebesar 0,852 lebih besar dari 0,1 ($0,852 > 0,1$) dan nilai VIF 1,173 lebih kecil dari 10 ($1,173 < 10$). Hasil

tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat multikoleniaritas pada penelitian yang dilakukan



Uji Heterokedastisitas

Uji Heterokedastisitas bertujuan untuk mengetahui ketidaksamaan dari *variance* dari

residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya (Perdana, 2016).

Tabel 6. Hasil Uji Heterokedastisitas

		<i>Correlations</i>			
			Efikasi Diri	Manajemen Waktu	Unstandardized Residual
<i>Spearman's rho</i>	Efikasi Diri	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.378**	-.113
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.000	.208
		<i>N</i>	125	125	125
	Manajemen Waktu	<i>Correlation Coefficient</i>	.378**	1.000	.007
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	.	.941
		<i>N</i>	125	125	125
	Unstandardized Residual	<i>Correlation Coefficient</i>	-.113	.007	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.208	.941	.
		<i>N</i>	125	125	125

***. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).*

Berdasarkan tabel tersebut, dapat dilihat nilai signifikansi Efikasi Diri (X1) adalah sebesar 0,208 yang mana lebih besar daripada 0,05 ($0,208 > 0,05$) dan nilai signifikansi manajemen waktu sebesar 0,941 yang mana lebih besar dari 0,05 ($0,941 > 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat

diketahui model regresi ini tidak terjadi gejala heterokedastisitas.

Uji Regresi Linear Berganda

Uji regresi linear berganda dilakukan dengan melibatkan lebih dari satu variabel bebas atau variabel independen (Paramita et al., 2021).

Tabel 7. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

		<i>Coefficients^a</i>				
<i>Model</i>		<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
		<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1	<i>(Constant)</i>	101.374	4.219		24.029	.000
	Efikasi Diri	-.915	.124	-.519	-7.384	.000



Manajemen Waktu	-.345	.079	-.308	-4.390	.000
-----------------	-------	------	-------	--------	------

a. *Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik*

Dari tabel di atas dapat diperoleh persamaan regresi berganda sebagai berikut:

$$Y = a - b_1X_1 - b_2X_2$$

$$Y = 101,374 - 0,915X_1 - 0,345X_2$$

Dilihat dari persamaan regresi di atas, nilai konstanta sebesar 101,374 yang berarti apabila Efikasi Diri (X1) dan Manajemen Waktu (X2) pada siswa bernilai 0, maka nilai Prokrastinasi Akademik (Y) adalah sebesar 101,374. Hal tersebut berarti apabila siswa kelas XI SMKN 31 Jakarta tidak memiliki efikasi diri dan manajemen waktu yang baik maka siswa cenderung akan menunda untuk

mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang ada. Nilai dari Efikasi Diri (X1) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) yaitu sebesar -0,915 dan nilai Manajemen Waktu (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) sebesar -0,345.

Uji Hipotesis

Uji F

Uji F atau uji koefisien regresi simultan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh secara bersama sama antara semua variabel bebas terhadap variabel terikat (Purwanto, 2019).

Tabel 8. Hasil Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6474.362	2	3237.181	57.887	.000 ^b
	Residual	6822.566	122	55.923		
	Total	13296.928	124			

a. *Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik*

b. *Predictors: (Constant), Manajemen Waktu, Efikasi Diri*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai F_{hitung} sebesar 57,887. Nilai F_{tabel} yang didapat berdasarkan tabel statistik dengan taraf signifikansi 0,05, df 1 (jumlah variabel-1) atau $-1 = 2$ dan $df 2 = k - 1$ (n merupakan jumlah responden dan k merupakan jumlah variabel bebas) atau $125 - 2 - 1 = 122$. Didapatkan nilai F_{tabel} sebesar 3,07. Berdasarkan nilai tersebut berarti $57,887 >$

3,07 sehingga dapat diketahui bahwa variabel Efikasi Diri (X1) dan Manajemen Waktu (X2) memiliki hubungan secara simultan dengan variabel Prokrastinasi Akademik (Y).

Uji T

Uji T dilakukan untuk menguji bagaimana pengaruh masing-masing variabel



bebas secara sendiri terhadap variabel terikat (Purwanto, 2019).

Tabel 9. Hasil Uji T

<i>Model</i>		<i>Coefficients^a</i>				<i>Sig.</i>
		<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	
		<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1	<i>(Constant)</i>	101.374	4.219		24.029	.000
	Efikasi Diri	-.915	.124	-.519	-7.384	.000
	Manajemen Waktu	-.345	.079	-.308	-4.390	.000

a. *Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik*

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai t_{hitung} efikasi diri adalah sebesar -7,384 dan t_{tabel} pada signifikansi 0,05 dengan rumus $t_{tabel} = \alpha/2$; $n-k-1$ atau 0,025 ; 122. Didapatkan nilai t_{tabel} sebesar 1,980. Sehingga dapat diketahui bahwa nilai $-t_{hitung}$ sebesar -7,384 lebih kecil dari nilai t_{tabel} sebesar -1,980 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel Efikasi Diri (X1) dengan variabel Prokrastinasi Akademik (Y). Selanjutnya variabel Manajemen Waktu (X2)

memiliki nilai $-t_{hitung}$ sebesar -4,390 yaitu lebih kecil dari $-t_{tabel}$ yang mana -1,980 sehingga variabel Manajemen Waktu (X2) memiliki hubungan dengan variabel Prokrastinasi Akademik (Y).

Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi (R^2) dilakukan untuk mengetahui seberapa besar persentase pengaruh variabel bebas secara serentak terhadap variabel terikat (Purwanto, 2019).

Tabel 10. Hasil Koefisien Determinasi

<i>Model Summary</i>				
<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	.698 ^a	.487	.478	7.478

a. *Predictors: (Constant), Manajemen Waktu, Efikasi Diri*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui nilai R Square (R^2) atau pengaruh antara Efikasi Diri (X1) dan Manajemen Waktu (X2) sebesar 0,487. Sumbangan persentase variabel Efikasi Diri (X1) dan Manajemen Waktu (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) secara bersama-

sama yaitu sebesar 48,7% sedangkan 51,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian pengaruh Efikasi Diri dan



Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas XI SMK Negeri 31 Jakarta, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara Efikasi Diri (X1) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) dilihat dari $-t_{hitung} (-7,384) < -t_{tabel} (-1,980)$. Hal ini menunjukkan semakin tinggi efikasi diri maka kemungkinan terjadinya prokrastinasi akademik akan berkurang.
2. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara Manajemen Waktu (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y), dapat dilihat dari $-t_{hitung} (-4,390) < -t_{tabel} (-1,980)$ yang mana dapat diartikan jika siswa dapat memanajemen waktu mereka dengan baik, maka kemungkinan mereka melakukan prokrastinasi akan berkurang.
3. Terdapat pengaruh negatif signifikan antara Efikasi Diri (X1) dan Manajemen Waktu (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) yang dapat dilihat dari $F_{hitung} (57,887) > F_{tabel} (3,07)$, dengan persamaan regresi $Y = 101,374 - 0,915X1 - 0,345X2$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat efikasi diri dan manajemen waktu maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik bagi siswa. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi tingkat efikasi diri dan manajemen waktu maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh siswa

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, R. V., & Blair, E. (2019). Impact of Time Management Behaviors on Undergraduate Engineering Students' Performance. *SAGE Open*, 9(1). <https://doi.org/10.1177/2158244018824506>
- Ardiansyah, L., & Pravesti, C. A. (2021). Pengembangan Media Permainan

Monobiling Dalam Efikasi Diri Akademik Siswa Di Sma Negeri 15 Surabaya. *Jurnal Nusantara of Research*, 8(1), 14–24.

- Asri, D. N. (2018). *Prokrastinasi Akademik: Teori dan Riset dalam Perspektif Pembelajaran Berbasis Proyek dan Self-Regulated Learning*. UNIMPA PRESS. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Barokah, M. A., Rahmawatia, L. E. R., & Markhamah, M. (2020). Variasi Tugas dan Aktivitas Pembelajaran dalam Masa Pandemi Korona di SMK. *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 4(2), 82. <https://doi.org/10.26858/pembelajar.v4i2.14118>
- Disdikpora. (2021). *MASA PANDEMI: PEMBELAJARAN DI MASA PANDEMI COVID 19*. <https://disdikpora.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/55-masa-pandemi-pembelajaran-di-masa-pandemi-covid-19>
- Fajhriani, N, D. (2020). Manajemen Waktu Belajar di Perguruan Tinggi pada Masa Pandemi Covid-19. *JIEMAN: Journal of Islamic Educational Management*, 2(2), 169–180. <https://doi.org/10.35719/jieman.v2i2.27>
- Hardani, Nur Hikmatul Auliya, Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Hussain, A., Mkpojiogu, E. O. C., & Ezekwudo, C. C. (2021). Improving the Academic Self-Efficacy of Students Using Mobile Educational Apps in Virtual Learning: A Review. *International Journal of Interactive*



- Mobile Technologies*, 15(6), 149–160.
<https://doi.org/10.3991/ijim.v15i06.20627>
- Irwansyah, M. R., & Diah Asrida, P. (2021). Does Time Management and Peer Management Affect The Academic Procrastination Of Students? *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, V(I), 2454–6186. www.rsisinternational.org
- Martiana, L., Batubara, A., Ulina, S., Ginting, B., Dina, R., Stkip, M., Binjai, B., & Stkip, D. (2022). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Swasta Tunas Pelita Binjai. *Jurnal Serunai Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 25–32. <https://www.ejournal.stkipbudidaya.ac.id/index.php/jb/article/view/545>
- Mediaindonesia. (2021). Karena Pandemi Korona, Para Siswa Dituntut Belajar Mandiri. Mediaindonesia. <https://mediaindonesia.com/humaniora/303286/karena-pandemi-koronapara-siswa-dituntut-belajar-mandiri>
- Nafeesa, N. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Nasrah, Novianti, & Kaharuddin. (2021). THE EFFECT OF SELF-EFFICACY ON STUDENTS' LEARNING OUTCOMES AT ELEMENTARY SCHOOL. 10, 1254–1261. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33578/jpkip.v10i5.8467>
- Niazov, Z., Hen, M., & Ferrari, J. R. (2022). Online and Academic Procrastination in Students With Learning Disabilities: The Impact of Academic Stress and Self-Efficacy. *Psychological Reports*, 125(2), 890–912. <https://doi.org/10.1177/0033294120988113>
- Nindia Lestari, P., Reni Setiawati, O., Sandayanti, V., & Studi Psikologi, P. (2022). Prokrastinasi Akademik Dan Prestasi Belajar Pada Siswa SMK. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 1–9.
- Ningsih, W. F., & Hayati, I. R. (2020). Dampak Efikasi Diri Terhadap Proses dan Hasil Belajar Matematika. *Journal on Teacher Education*, 1(2), 26–32. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jote/article/view/514>
- Paramita, W. D. R., Noviansyah, R., & Riza, B. S. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif (Ketiga)*. Widya Gama Press.
- Parjianto, J., Yanto, A. D., & Erlita, D. (2021). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif Terhadap Peningkatan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Joko Parjianto Dewi Erlita meliputi pencapaian prestasi akademik yang tekanan dikarenakan mahasiswa tersebut merasa. *Jurnal Sains Psikologi*, 10(2), 118–135.
- Perdana, E. (2016). Olah Data Skripsi Dengan SPSS 22. In *LAB KOM MANAJEMEN FE UBB (I)*. LAB KOM MANAJEMEN FE UBB.
- Purwanto. (2019). Analisis Korelasi dan Regresi Linier Sederhana Dengan SPSS Versi 21. In *Statistik (Vol. 21, Issue August)*.
- Rohmatun, R. (2021). Prokrastinasi Akademik dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 3(November), 94–



109. <http://lppm-unissula.com/jurnal.unissula.ac.id/index.php/psisula/article/download/18794/6229>
- Sahriah, I., & Nurdin, M. (2021). *Jurnal Pendidikan & Pembelajaran Sekolah Dasar Hubungan Manajemen Waktu Belajar dengan Prestasi Belajar Siswa di SD Negeri 90 Mattumpu. 1(2)*, 67–74.
- Sindhi Margareta, R., & Wahyudin, A. (2019). *Economic Education Analysis Journal Info Artikel*. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj>
- Wulandari, I., Fatimah, S., & Suherman, M. M. (2021). Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Kelas Xi Sman 1 Batujajar Dimasa Pandemi Covid-19. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(3), 200. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i3.7237>