

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA
DAN TIME MANAGEMENT TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK
MAHASISWA PENDIDIKAN AKUNTANSI PADA SALAH SATU UNIVERSITAS
DI SURAKARTA**

Aisyah Rahmawati^{1*}

Pendidikan Akuntansi, FKIP, Universitas Sebelas Maret, 57126, Surakarta

aisyahr@student.uns.ac.id

Siswandari²

Pendidikan Akuntansi, FKIP, Universitas Sebelas Maret, 57126, Surakarta

siswandari@staff.uns.ac.id

ABSTRACT

This research intends to investigate (1) the relationship between the intensity of social media use and academic procrastination among accounting students at a university in Surakarta; (2) the relationship between time management and academic procrastination among accounting students at a university in Surakarta; (3) the relationship between the intensity of social media use and time management on academic procrastination among accounting education students at a university in Surakarta. This study is a descriptive quantitative study with a correlational approach. The sample was determined utilizing probability sampling. The data collection technique in this study was carried out using a questionnaires. The prerequisite tests for analysis include testing the normality of the residuals, linearity, multicollinearity, and heteroscedasticity. The findings showed that (1) there was a positive and significant relationship between the intensity of social media use and academic procrastination among accounting education students, as evidenced by the value of social media use intensity > , and Sig. 0.000 < 0.05; (2) there is a negative and significant relationship between time management and academic procrastination among accounting education students, as proven by a time management value > , and significance 0.000 < 0.05; (3) a significant relationship was identified between the intensity of social media use and time management on academic procrastination among accounting education students, as evidenced from the F test result, namely a value > , and Sig. 0.000 < 0.05.

Keywords: Social Media Usage Intensity, Time Management, Academic Procrastination

ABSTRAK

Kajian ini dimaksudkan guna menguji (1) hubungan antara intensitas penggunaan sosial media terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta; (2) hubungan antara *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta; (3) hubungan antara intensitas penggunaan sosial media dan *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Jenis penelitian ialah penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan korelasional. Sampel ditetapkan dengan teknik *probability sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Uji prasyarat analisis yang dilaksanakan ialah dengan pengujian normalitas residu, uji linearitas, uji multikolinieritas, serta uji heterokedastisitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat hubungan positif dan signifikan antara intensitas penggunaan sosial media terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi dibuktikan dengan nilai intensitas penggunaan sosial media > , dan Sig. 0,000 < 0,05; (2) terdapat hubungan negatif serta signifikan antara *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi dibuktikan dengan nilai *time management* > , dan signifikansi 0,000 < 0,05; (3) diidentifikasi hubungan signifikan antara intensitas penggunaan sosial media dan *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi dibuktikan dengan hasil uji F yaitu nilai > dari , dan Sig. 0,000 < 0,05.

Kata Kunci: Intensitas Penggunaan Sosial Media, Time Management, Prokrastinasi Akademik

PENDAHULUAN

Ketika menyelesaikan berbagai tugas akademik, keterampilan manajemen waktu yang optimal dibutuhkan agar semua kegiatan berjalan lancar (Chotimah & Nurmufida, 2020). Di samping itu, masih terdapat sejumlah mahasiswa yang belum mempunyai keterampilan yang baik dalam konteks manajemen waktu untuk memulai atau menyelesaikan tugas, sehingga cenderung menunda-nunda (Djamarah sebagaimana dikutip Sandya & Ramadhani, 2021). Perilaku menunda ataupun menyelesaikan suatu kegiatan atau tugas akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik (Fathoni & Indrawati, 2022). Peningkatan prokrastinasi akan membawa efek negatif seperti tidak dapat mencapai hasil belajar yang baik (Adam & Hasbullah, 2019), menurunnya motivasi, serta dapat mempengaruhi kesehatan mental dan psikologis (Hayat, et al., 2020). Berdasarkan temuan oleh Izzati (2022) menyatakan bahwa prokrastinasi mahasiswa termasuk dalam kategori sedang (75,5%) dan kategori tinggi (24,5%).

Aspek pertama penyebab terjadinya prokrastinasi adalah karena individu cenderung mengalihkan perhatiannya pada aktivitas yang lebih menyenangkan seperti mengakses sosial media (Tania & Monika, 2022; Nabila, 2023). Mahasiswa cenderung mengalihkan perhatian pada aktivitas yang lebih menyenangkan seperti mengakses Instagram atau TikTok yang berpotensi menyebabkan kecanduan sosial media (Wahyuni & Putri, 2022; Al Mamun & Griffiths, 2019). Instagram dan TikTok merupakan kedua jenis sosial media yang paling sering di akses dengan usia pengguna kedua sosial media tersebut di Indonesia mayoritas dari kalangan remaja menuju dewasa yaitu usia 18 – 24 tahun (Wearesocial, 2024). Semakin besar kecanduan

internet, semakin besar penundaan di bidang akademik, dan sebaliknya (Aznar-Díaz et al., 2020). Hal itu menunjukkan bahwa internet membuat mahasiswa terjebak dalam ketertarikan mereka sehingga aktivitas lainnya dianggap tidak penting. Pada akhirnya, hal ini menyebabkan kecenderungan untuk menunda tugas secara keseluruhan (Doty, et al., 2020).

Aspek kedua yang berdampak terhadap prokrastinasi akademik adalah kemampuan dalam manajemen waktu (Tania dan Monika, 2022). Buruknya keterampilan pengaturan waktu mengakibatkan mahasiswa cenderung menggunakan waktu mereka secara tidak efisien dengan terlibat dalam aktivitas lain salah satunya penggunaan media sosial (Fentaw, et al., 2022). Menurut kajian Khotimah & Suratmi (2022) menemukan bahwa mahasiswa dengan keterampilan manajemen waktu yang buruk, hampir seluruhnya memiliki kebiasaan prokrastinasi tinggi (95,5%) dan hanya sebagian kecil yang memiliki kebiasaan prokrastinasi sedang (4,5%). Oleh karena itu, solusi yang dapat ditawarkan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi adalah dengan *time management* yang baik. Mahasiswa perlu memahami apa itu manajemen waktu dan mengapa keterampilan ini penting (Aribas, 2021).

Prokrastinasi Akademik

Istilah "prokrastinasi" mengacu pada keyakinan bahwa seseorang menunda pekerjaan mereka secara sadar dan tidak rasional sehingga akan mengakibatkan dampak negatif (Steel, 2007). Menurut Gupta (2019), prokrastinasi akademik terjadi di lingkungan pendidikan yang mana melibatkan keyakinan bahwa seseorang harus melakukan kegiatan akademik atau menyelesaikan tugas akademik, seperti menyelesaikan tugas, mempersiapkan ujian, tetapi

tidak mendorong atau memotivasi diri sendiri untuk menyelesaikannya dalam waktu yang cukup.

Menurut Azizah & Kardiyem (2020), ketika individu terlibat dalam aktivitas lain yang mereka anggap lebih menyenangkan, seperti mengakses internet, alih-alih mengerjakan tugas yang perlu diselesaikan merupakan perilaku menunda-nunda. Selaras dengan *Self-Regulation Theory* oleh Zimmerman (2000), yang menjelaskan bahwa seseorang mempunyai kemampuan dalam mengatur dan mengendalikan tindakannya sendiri yang sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Prokrastinasi merupakan bentuk kegagalan dari *self regulation* yang memberi dampak merugikan (Steel, 2007). Dari beberapa pernyataan tersebut, ditarik simpulan bahwa prokrastinasi akademik adalah upaya ataupun perilaku individu yang dengan sengaja menunda ataupun menghindari penyelesaian tugas akademik demi mengejar aktivitas lainnya yang dianggap lebih menyenangkan, akhirnya tugas akademik tidak selesai dalam waktu tertentu. Indikator prokrastinasi akademik yang ditetapkan pada penelitian ini mengacu pada Yulianto, et al. (2020) yaitu: (1) menunda-nunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang sedang dikerjakan; (2) keterlambatan penyelesaian tugas; (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual; (4) kegiatan lain yang lebih menyenangkan.

Intensitas Penggunaan Sosial Media

Intensitas adalah jumlah tindakan yang dilakukan dalam jangka waktu tertentu (Albarracin, et al., 2019). Sosial media merupakan sekumpulan teknologi digital berbasis *software* yang hadir dalam wujud aplikasi dan *website* yang menyediakan ruang virtual bagi pengguna untuk menerima dan bertukar infor-

masi, melakukan komunikasi melalui jaringan sosial *online* tertentu (Appel, et al., 2019).

Intensitas penggunaan sosial media adalah seberapa sering individu, dalam hal ini mahasiswa, mengakses dan memanfaatkan sosial media (Achmad & Dewi, 2022). Sejalan dengan teori *self escape* oleh Baumeister (1990) yang menyatakan bahwa ketika individu dihadapkan dengan situasi yang tidak menyenangkan, mereka cenderung berusaha mencari cara untuk melepaskan diri dari situasi tersebut. Merujuk pada sejumlah argumen yang diuraikan, dapat ditarik simpulan bahwa intensitas penggunaan sosial media mengacu pada jumlah tindakan yang dilakukan individu dalam kurun waktu tertentu pada *platform* berbasis internet.

Indikator yang menjadi dasar untuk mengukur intensitas penggunaan sosial media pada kajian ini merujuk pada Fikri, et al. (2023), yakni: (1) perhatian; (2) penghayatan; (3) durasi; (4) frekuensi. Terdapat beberapa jenis sosial media menurut Nasrullah (sebagaimana dikutip Herdiyani, et al., 2022) yaitu: (1) *Social Networking*; (2) *Blog*; (3) *Microblogging*; (4) *Media Sharing*; (5) *Social Bookmarking*; (6) *Wiki*.

Time Management

Syauqi (sebagaimana dikutip Muhajidin, et al., 2022) mengungkapkan bahwa manajemen waktu merupakan proses mengalokasikan waktu secara efisien dalam berbagai kegiatan yang berbeda, dengan tujuan menyelesaikannya dalam batas waktu yang terbatas dan sesuai target. Manajemen waktu merupakan serangkaian upaya yang dirancang untuk memanfaatkan penggunaan waktu secara efisien saat melaksanakan aktivitas tertentu yang berorientasi pada tercapainya tujuan (Claessens, et al. sebagaimana dikutip Kristy, 2019).

Hal ini juga selaras dengan *Self-Regulation Theory* oleh Zimmerman (2000), yang menjelaskan bahwa seseorang mempunyai kemampuan dalam mengatur dan mengendalikan tindakannya sendiri yang relevan dengan tujuan yang diinginkan. Merujuk pada sejumlah argumen para ahli tersebut, ditarik simpulan bahwa manajemen waktu ialah kemampuan dalam mengatur dan memanfaatkan waktu dengan efektif serta efisien guna mencapai produktivitas maksimal, sehingga mencapai hasil yang diinginkan secara optimal.

Indikator manajemen waktu yang dimanfaatkan dalam kajian ini merujuk pada Macan, et al. (sebagaimana dikutip Wahyuni dan Machali, 2021), di antaranya yakni: (1) Menetapkan tujuan serta prioritas (*setting goals and priorities*); (2) Perencanaan serta penjadwalan (*planning and scheduling*); (3) Preferensi untuk terorganisasi (*preference for organization*); (4) Kemampuan mengendalikan waktu (*perceived control of time*).

Berdasarkan kajian yang sudah dijabarkan, maka hipotesis penelitian ini, yaitu: (1) terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan sosial media serta prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta; (2) terdapat hubungan negatif antara *time management* serta prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta; (3) terdapat hubungan antara intensitas penggunaan sosial media dan *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta.

METODE

Studi ini memanfaatkan metodologi penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasional guna mengidentifikasi korelasi antara intensitas penggunaan sosial media serta *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Populasi pada penelitian ini berjumlah 225 mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta dengan jumlah sampel sejumlah 144 mahasiswa yang ditetapkan dengan teknik *proportionate stratified random sampling*.

Angket (kuesioner) dimaksudkan guna mengukur variabel intensitas penggunaan sosial media, *time management*, serta prokrastinasi akademik. Peneliti memanfaatkan kuesioner model skala likert dengan lima alternatif opsi jawaban untuk masing-masing kuesioner.

Perhitungan uji validitas ini menggunakan *Pearson Correlation* dengan membandingkan taraf r_{hitung} serta r_{tabel} . Jika $r_{hitung} >$ dari r_{tabel} dan taraf kesalahan $< 5\%$ maka pertanyaan, butir, ataupun indikator dinilai valid (Ghozali, 2016). Hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 9 butir pernyataan dikatakan valid karena nilai $r_{hitung} > 0,361$.

Uji reliabilitas pada penelitian ini dilihat melalui taraf *Cronbach's Alpha*, ketika tarafnya $> 0,6$ atau semakin dekat ke angka 1, maka tingkat reliabilitas konsistensi internalnya semakin tinggi (Ghozali, 2018). Hasil pengujian memperlihatkan hasil berikut:

Tabel 1 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Nilai Cronbach Alpha	Keterangan
Intensitas Penggunaan Sosial Media (X1)	0,617	Reliabel
Time Management (X2)	0,735	Reliabel
Prokrastinasi Akademik (Y)	0,818	Reliabel

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana hasil pengujian pada Tabel 1, dapat diamati bahwa taraf Cronbach's Alpha ketiga variabel memperlihatkan taraf > 0,6 yang artinya butir-butir pernyataan secara keseluruhan dinyatakan reliabel.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
Deskripsi Data

Analisis deskripsi data dilaksanakan terhadap hasil kuesioner pada ketiga indikator pada penelitian ini yang memiliki 84 responden. Hasil dapat diamati melalui tabel berikut.

Tabel 2 Hasil Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics							
	N	Range	Min	Max	Sum	Mean	Std. Dev
Y	144	45	15	60	5036	34.97	8.436
X ₁	144	29	16	45	4816	33.44	5.908
X ₂	144	28	22	50	5558	38.60	6.066
Valid N	144						

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Menurut analisis uji deskriptif tabel tersebut, ditarik simpulan: (1) Variabel Intensitas Penggunaan Sosial media (X₁) dari data tersebut menunjukkan bahwa dari 144 responden diketahui memiliki skor terendah senilai 16, sedangkan skor tertinggi senilai 45, rerata yang dihasilkan senilai 33,44, serta standar deviasi adalah 5,908. Adapun jumlah total seluruh data variabel intensitas penggunaan sosial media ada-

lah senilai 4.816. (2) Variabel Time Management (X₂) dari data tersebut menunjukkan bahwa dari 144 responden diketahui memiliki skor terendah senilai 22, sementara skor tertinggi senilai 50, rerata yang dihasilkan senilai 38,60, serta standar deviasi senilai 6,066. Adapun jumlah total seluruh data variabel time management adalah senilai 5558. (3) Variabel Prokrastinasi Akademik (Y) dari data tersebut menunjukkan bahwa dari 144 responden diketahui memiliki skor terendah senilai 15, skor tertinggi senilai 60, rata-rata yang dihasilkan senilai 34,97, dan standar deviasi data adalah senilai 8,436. Adapun jumlah total seluruh data variabel prokrastinasi akademik adalah senilai 5036.

Tabel 3 Kecenderungan Skor Variabel Intensitas Penggunaan Sosial Media

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
X < 26	12	8%	Rendah
26 ≤ X ≤ 35	77	53%	Sedang
X > 35	55	38%	Tinggi
Total	144	100%	

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Merujuk pada Tabel 3, menyatakan bahwa intensitas penggunaan sosial media mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta dikategorikan “sedang”, yakni jumlah frekuensi sejumlah 77 mahasiswa dengan persentase senilai 53%.

Tabel 4 Kecenderungan Skor Variabel Time Management

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
X < 31	14	10%	Rendah
31 ≤ X ≤ 41	87	60%	Sedang
X > 41	43	30%	Tinggi
Total	144	100%	

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Merujuk pada Tabel 4, memperlihatkan mayoritas mahasiswa mempunyai tingkat *time management* dengan kategori sedang dengan jumlah frekuensi sejumlah 87 mahasiswa dan persentase senilai 60%.

Tabel 5 Kecenderungan Skor Variabel Prokras-tinasi Akademik

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$X < 30$	33	23%	Rendah
$30 \leq X \leq 45$	96	67%	Sedang
$X > 45$	15	10%	Tinggi
Total	144	100%	

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana perolehan analisis yang dilihat melalui Tabel 5, menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mempunyai tingkat prokrastinasi akademik dengan kategori sedang dengan jumlah frekuensi sejumlah 96 mahasiswa dan persentase senilai 67%.

Uji Prasyarat Analisis

Uji Normalitas

Menurut Siswandari (2015), pengujian normalitas dimaksudkan guna mengevaluasi apakah pendistribusian residual dari data primer dinilai normal ataupun tidak. Dalam studi ini, metode *Kolmogorov-Smirnov* dipakai untuk melakukan uji normalitas, yang diolah menggunakan *SPSS* versi 27 untuk *Windows*. Data dapat diklasifikasikan sebagai terdistribusi normal jika taraf Sig. > 0,05. Sebaliknya, ketika taraf Sig. yang ditentukan < 0,05, data diklasifi-kasikan sebagai terdistribusi tidak normal.

Tabel 6 Hasil Uji Normalitas

	<i>Unstandardized Residual</i>
<i>Test Statistic</i>	.069
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.090

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

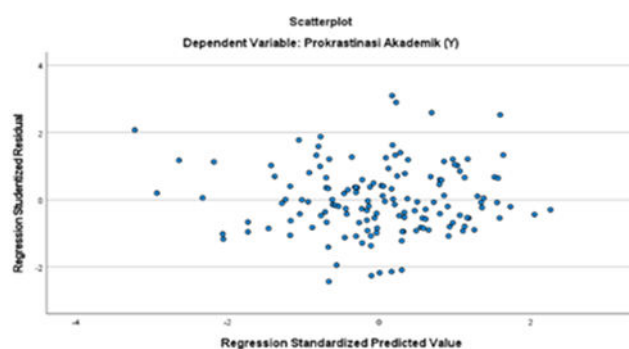
Sebagaimana hasil pada Tabel 6, diidentifi-kasi taraf *Asymp. Sig. (2-tailed)* senilai 0,090 atau taraf Sig. > 0,05 maka pendistribusiannya

dinyatakan normal.

Uji Linieritas

Pengujian ini berfungsi guna memastikan ada tidaknya pola hubungan linear antara dua variabel, yakni variabel bebas (X) sebagai faktor penjelas serta variabel terikat (Y) sebagai faktor yang mempengaruhi (Siswandari, 2015). Hasil uji linieritas dapat diamati pada grafik *scatter-plot*.

Gambar 1 Hasil Uji Linieritas



(Sumber: Data primer yang diolah, 2024)

Hasil pengujian memperlihatkan penyeba-ran titik-titik dengan acak, maupun penyebaran yang terletak di atas serta di bawah angka 0 pada sumbu Y, maka dapat disimpulkan bahwa ter-dapat hubungan yang linear antara variabel X dengan variabel Y pada penelitian ini.

Uji Multikolinieritas

Pengujian ini dimaksudkan guna mengungkapkkan apakah diidentifikasi hubungan yang signifikan ataupun kuat antar variabel bebas (*independent*) pada model regresi. Uji multikolinieritas dilaksanakan dengan mengamati taraf *tolerance* serta VIF. Nilai yang menjadi landasan penarikan keputusan jika ter-jadi multikolinieritas ialah taraf toleransi $\leq 0,10$ serta $VIF \geq 10$, namun ketika taraf *tolerance* > 0,10 serta $VIF < 10$ maka multikolinieritas dinyatakan tidak diidentifikasi (Ghozali, 2021).

Tabel 7 Hasil Uji Multikolinearitas

N	Tolerance	VIF
Intensitas Penggunaan Sosial Media	.986	1.015
Manajemen Waktu	.986	1.015

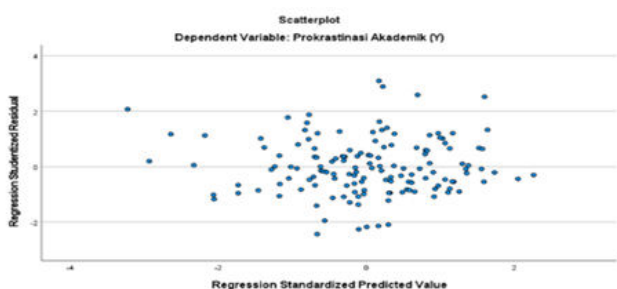
(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana Tabel 7 memperlihatkan variabel Intensitas penggunaan sosial media (X_1) dan *time management* (X_2) tidak menunjukkan terjadinya multikolinearitas. Kesimpulan tersebut diperoleh karena nilai *tolerance* yang telah dihasilkan senilai $0,986 > 0,10$, sedangkan taraf VIF yang diperoleh senilai $1,015 < 10$.

Uji Heteroskedastisitas

Uji heterokedastisitas dilaksanakan memakai pendekatan scatterplot. Apabila titik-titik terdapat pola acak, misalnya bergelombang, menyempit, atau melebar, maka dapat dikatakan terjadi heterokedastisitas. Sebaliknya, ketika tidak diidentifikasi kejelasan pola serta penyebaran titik-titiknya di atas serta di bawah angka 0 pada sumbu Y, maka dikatakan tidak diidentifikasi heterokedastisitas (Ghozali, 2021).

Gambar 2 Hasil Uji Heteroskedastisitas



(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana hasil pada Gambar 2, ditarik simpulan bahwa heterokedastisitas tidak terjadi. Hal itu dibuktikan dengan ketidakonsistenan pola maupun penyebaran titik-titik yang tidak teratur di atas angka 0 sumbu Y, artinya model regresi yang ideal serta baik terpenuhi.

Uji Hipotesis

Analisis Regresi Linier Berganda

Pelaksanaan analisis berfungsi sebagai metode guna memastikan besarnya kontribusi ataupun pengaruh yang dihasilkan variabel X terhadap variabel Y. Uji analisis regresi berganda menggunakan aplikasi *SPSS version 27 for Windows* dengan melihat tabel *coefficients* pada bagian *unstandardized coefficients*. Hasil analisis dapat diamati melalui tabel berikut:

Tabel 8 Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1 (Constant)	34.538	4.705			7.341	.000
Intensitas Penggunaan Sosial Media	.662	.099	.464		6.694	.000
Manajemen Waktu	-.562	.096	-.404		-5.839	.000

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Merujuk pada Tabel 8 di atas, hasil pengujian memperlihatkan persamaan regresi yakni $Y = 34,538 + 0,662.X_1 - 0,562.X_2$, maka kesimpulan yang dapat diuraikan ialah:

- 1) Nilai konstanta (α) senilai 34,538 yang menunjukkan bahwa apabila variabel intensitas penggunaan sosial media serta *time management* bernilai 0 maka prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta bernilai 34,538
- 2) Nilai koefisien regresi variabel intensitas penggunaan sosial media (X_1) senilai 0,662 menyatakan apabila terjadi kenaikan nilai variabel intensitas penggunaan sosial media (X_1) senilai 1 poin, maka kenaikan ataupun peningkatan dapat terjadi terhadap

variabel prokrastinasi akademik mahasiswa akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta (Y) senilai 0,662.

- 3) Nilai koefisien regresi variabel *time management* (X_2) senilai -0,562 menyatakan apabila variabel *time management* memperlihatkan kenaikan satu dan variabel lain dinilai konstan ataupun tetap, maka akan mempunyai hubungan negatif dan dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta senilai -0,562.

Uji T

Pengujian ini dimaksudkan guna menguji pengaruh variabel *independent* terhadap variabel *dependent* secara parsial (Ghozali, 2021). Ketetapan dalam pengambilan keputusan dalam uji t dilakukan dengan cara membandingkan dengan . Apabila nilai $t_{hitung} >$ nilai t_{tabel} , dan taraf Sig. $< 0,05$ maka H_0 tertolak serta H_a diterima, dengan hasil berikut:

Tabel 9 Hasil Uji T

Model	T	Sig.
1 (Constant)	7.341	.000
Intensitas Penggunaan Sosial Media	6.694	.000
Manajemen Waktu	-5.839	.000

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana perolehan pada Tabel 9, maka ditarik simpulan sebagai berikut:

- 1) Merujuk pada hasil analisis tersebut, didapat taraf $t_{hitung} |6,694| > t_{tabel} 1,977$, serta sig $0,000 < 0,05$, artinya ditarik simpulan H_0 tertolak, sedangkan H_a diterima. Hal tersebut menjelaskan bahwa intensitas penggunaan sosial media menghasilkan korelasi positif serta sig-

nifkan terhadap prokrastnasi akademik mahasiswa penndidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta.

- 2) Merujuk pada hasil analisis tersebut, didapat taraf t_{hitung} adalah $|-5,839| > t_{tabel} 1,977$, serta sig $0,000 < 0,05$, maka ditarik simpulan *time management* menghasilkan korelasi negatif serta signifikan terhadap prokrstinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta.

Uji F

Pengujian ini dimaksudkan guna memastikan pengaruh variabel *dependent* terhadap variabel *independent* secara bersamaan (simultan). Landasan pengambilan keputusan dalam uji F dilakukan dengan melakukan perbandingan antara nilai F_{hitung} dengan F_{tabel} . Apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$, dan taraf Sig. $< 0,05$ maka H_0 tertolak serta H_a diterima.

Tabel 10 Hasil Uji F

Model	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	2	1696.305	35.260	.000
Residual	141	48.108		
Total	143			

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana perolehan pada Tabel 10 diidentifikasi taraf $F_{hitung} 35,260 > F_{tabel} 3,91$, dan sig $0,000 < 0,05$, ditarik simpulan bahwa diidentifikasi korelasi signifikan antara variabel intensitas penggunaan sosial media (X_1) serta *time management* (X_2) secara bersamaan atau simultan terhadap variabel prokrastinasi akademik.

Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R^2) berfungsi guna memastikan secara bersamaan proporsi kontribusi variabel *independent* terhadap variabel dependennya, yang disajikan dengan bentuk per-

sentase. Koefisien determinasi dilakukan dengan melihat koefisien (R^2) pada *Model summary* dan menggunakan aplikasi *SPSS version 27 for Windows*.

Tabel 11 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.577	.333	.324	6.936

(Sumber: Data primer yang diolah, 2025)

Sebagaimana perolehan pengujian pada Tabel 11, memperlihatkan taraf koefisien determinasi yang diamati melalui kolom R Square (R^2) adalah senilai 0,333. Hal ini berarti bahwa variabel intensitas penggunaan sosial media (X_1) dan variabel time management (X_2) memberikan sumbangan senilai 33,3% terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y), sementara sisanya ($100\% - 33,3\% = 67,7\%$) diuraikan oleh variabel lainnya yang tidak diikutsertakan pada kajian ini.

Pembahasan

1. Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Sosial Media Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Pada Salah Satu Universitas di Surakarta

Hipotesis pertama (H_1) kajian ini menyatakan bahwa intensitas penggunaan sosial media (X_1) mempunyai hubungan positif terhadap prokrastinasi akademik (Y) mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Hasil distribusi kecenderungan variabel X_1 yang menunjukkan bahwa intensitas penggunaan sosial media mahasiswa Pendidikan Akuntansi termasuk pada golongan tingkat sedang yaitu dengan persentase senilai 53%. Berdasarkan pada

pengujian analisis regresi berganda menghasilkan persamaan berikut $Y = 34,538 + 0,662 X_1 - 0,562 X_2$.

Melalui persamaan yang didapat, ditarik simpulan bahwa variabel intensitas penggunaan sosial media (X_1) mempunyai koefisien regresi positif terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi (Y) dengan nilai senilai 0,662. Apabila intensitas penggunaan sosial media mahasiswa Pendidikan Akuntansi meningkat, maka prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi juga akan mengalami peningkatan. Dalam hasil pengujian signifikansi parsial (Uji t), dihasilkan taraf $t_{hitung} |6,694| > t_{tabel} 1,977$, serta $sig 0,000 < 0,05$, maka disimpulkan hipotesis nol (H_0) ditolak, sedangkan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Hasil kajian ini juga selaras dengan temuan Azizah & Kardiyem (2020), Achmad & Dewi (2022), Rusmiati, et al (2022) yang menyatakan bahwa intensitas penggunaan sosial media memperlihatkan hubungan positif serta signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Kajian yang dilakukan Neidi (2019) juga mengungkapkan, intensitas penggunaan sosial media menghasilkan korelasi positif terhadap prokrastinasi akademik, artinya tingginya intensitas penggunaan sosial media menghasilkan tingginya prokrastinasi akademik.

2. Hubungan Time Management Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Pada Salah Satu Universitas di Surakarta

Hipotesis kedua (H_2) mengungkapkan bahwa *time management* (X_2) mempunyai hubungan negatif terhadap prokrastinasi akad-

emik (Y) mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Hasil distribusi kecenderungan variabel *time management* yang menunjukkan bahwa *time management* mahasiswa Pendidikan Akuntansi termasuk dalam tingkat sedang yaitu dengan persentase senilai 60%. Berdasarkan pada pengujian analisis regresi berganda menghasilkan persamaan berikut $Y = 34,538 + 0,662X_1 - 0,562X_2$. Melalui persamaan ini, ditarik simpulan bahwa variabel *time management* (X_2) memperoleh hasil nilai koefisien -0,562 yang berarti bernilai negatif. Berdasarkan hasil koefisien tersebut maka dapat dikatakan bahwa *time management* memperlihatkan korelasi negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi. Apabila variabel *time management* mengalami kenaikan atau peningkatan, maka akan mempunyai hubungan negatif dan dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi (Reswita, 2019).

Pada hasil uji t, diperoleh nilai t_{hitung} adalah $|-5,839| > t_{tabel} 1,977$, serta $sig 0,000 < 0,05$, maka ditarik simpulan bahwa *time management* menghasilkan korelasi negatif serta signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi. Terdapat empat indikator variabel *time management* yaitu indikator menetapkan tujuan serta prioritas, perencanaan serta penjadwalan, preferensi untuk terorganisasi, serta kemampuan mengendalikan waktu. Berdasarkan hasil analisis masing-masing indikator tersebut menunjukkan bahwa dalam variabel *time management*, indikator menetapkan tujuan dan prioritas merupakan indikator yang paling berpengaruh

atau paling dominan, dengan persentase senilai 80%. Persentase ini mengindikasikan bahwa mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta memiliki kemampuan dalam mengatur waktu dengan baik melalui penetapan tujuan dan prioritas dalam kegiatan akademiknya. Sementara itu, indikator kemampuan mengendalikan waktu merupakan indikator paling rendah, dengan persentase senilai 68,8%. Temuan ini memperlihatkan bagaimana meskipun mahasiswa Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta memiliki kemampuan dalam menentukan tujuan dan prioritas dalam kegiatan akademiknya dengan baik, namun masih belum konsisten dalam mengendalikan penggunaan waktunya secara optimal.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Nisa, et al (2019), Reswita (2019), Pertiwi (2020), Arianti & Kumara (2021), dan Roshanifat, et al (2021) yang mengungkapkan, diidentifikasi hubungan negatif antara *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Time management* adalah cara untuk mengatur waktu supaya seimbang antara kegiatan bersenang-senang, belajar, bekerja, dan beristirahat (Reswita, 2019). Menurut Usroh, et al (2022), jika mahasiswa dapat mengatur waktu dengan baik mampu meraih tujuannya dengan mudah dan dapat mengurangi prokrastinasi akademik.

3. Hubungan Intensitas Penggunaan Sosial Media dan *Time Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Pada Salah Satu Universitas di Surakarta

Hipotesis ketiga (H_3) kajian ini menyatakan bahwa intensitas penggunaan sosial

media dan *time management* memiliki hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Berdasarkan pada pengujian analisis regresi berganda menghasilkan persamaan berikut $Y = 34,538 + 0,662X_1 - 0,562 X_2$. Melalui persamaan ini, nilai koefisien regresi intensitas penggunaan sosial media senilai 0,662 dan nilai koefisien regresi *time management* senilai -0,562. Berdasarkan dua variabel tersebut, satu variabel memiliki nilai positif yaitu intensitas penggunaan sosial media dan satu variabel memiliki nilai negatif yaitu *time management*.

Hasil analisis uji F memperlihatkan bahwa nilai $F_{hitung} 35,260 > F_{tabel} 3,91$, dan $sig 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel intensitas penggunaan sosial media dan *time management* secara bersama-sama atau simultan terhadap variabel prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi. Dilihat dari hasil analisis koefisien determinasi memperlihatkan bahwa persentase keragaman variabel prokrastinasi akademik yang mampu diuraikan oleh variabel intensitas penggunaan sosial media dan *time management* adalah 33,3%, sedangkan 67,7% atau sisanya dijelaskan variabel lainnya di luar model ataupun yang tidak diikutsertakan pada pengujian ini.

Merujuk pada hasil penelitian, memperlihatkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi dapat dipengaruhi oleh intensitas penggunaan sosial media dan dapat diminimalisir dengan *time management* yang baik. Temuan ini selaras

dengan temuan Fauzan, et al. (2022) yang menyatakan bahwa intensitas penggunaan sosial media menghasilkan hubungan secara positif terhadap prokrastinasi akademik karena di samping mampu mempermudah dalam berkomunikasi, sosial media juga dapat mengganggu konsentrasi belajar mahasiswa. *Time management* menyumbang hubungan negatif terhadap prokrastinasi akademik karena apabila mahasiswa dapat mengatur waktunya, antara beristirahat, belajar, dan bersewang-senang dengan seimbang maka mahasiswa dapat menggunakan waktu secara tepat dan optimal sehingga tanggung jawab yang ada dapat selesai tepat waktu tanpa adanya perilaku prokrastinasi (Aristuti & Noviekayati, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa intensitas individu dalam menggunakan sosial media dan *time management* memiliki keterkaitan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Terdapat hubungan secara positif antara intensitas penggunaan sosial media terhadap prokrastinasi akademik karena semakin meningkat intensitas individu dalam penggunaan sosial media maka perilaku penundaan akademik juga akan meningkat, sedangkan diidentifikasi hubungan negatif antara *time management* terhadap prokrastinasi akademik karena meningkatnya *time management* mahasiswa mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

SIMPULAN DAN SARAN

Merujuk pada hasil pengujian hipotesis serta analisis data penelitian pada pembahasan, maka dapat ditarik simpulan bahwa diidentifikasi hubungan positif antara intensitas penggunaan sosial media terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta, terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta, terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan sosial media serta *time management* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa pendidikan akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta. Hasil pengujian regresi linier berganda memperlihatkan persamaan regresi $Y = 34,538 + 0,662X_1 - 0,562X_2$.

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian ini, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut: 1) program studi Pendidikan Akuntansi diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan meningkatkan edukasi tentang manajemen waktu melalui penyelenggaraan pelatihan, seminar, penyuluhan, atau monitoring mengenai pentingnya manajemen waktu dan penggunaan sosial media secara bijak. 2) mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dengan membatasi waktu atau membuat peraturan jadwal penggunaan handphone terutama dalam membuka sosial media. Selain itu, mahasiswa diharapkan dapat belajar mengelola waktu lebih disiplin dengan mulai menyusun jadwal harian atau *to-do list* sebagai bentuk *time management* yang baik untuk dapat menghindari ataupun

mencegah perilaku prokrastinasi akademik. 3) bagi peneliti lain, diharapkan lebih memperluas populasi penelitian karena dalam penelitian ini hanya mengambil populasi yaitu mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada salah satu universitas di Surakarta serta dapat meneliti aspek-aspek lain yang menyebabkan timbulnya perilaku prokrastinasi akademik yang tidak dibahas dalam studi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, N., & Dewi, D. K. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(9), 97.
- Albarracin, D., Sunderrajan, A., Lohmann, S., Chan, S., & Jiang, D. (2019). The Psychology of Attitudes, Motivation, and Persuasion. In *Handbook of Attitudes*.
- Adam, I., & Hasbullah. (2019). Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Prokrastinasi Akademik terhadap Pemahaman Konsep Matematika. *Jurnal Pendidikan MIPA*, 2(1), 24–35.
- Appel, G., Grewal, L., Hadi, R., & Stephen, A. T. (2020). The future of social media in marketing. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 48(1), 79–95. <https://doi.org/10.1007/s11747-019-00695-1>
- Aribas, A. N. (2021). The Relationship of Time Management and Academic Procrastination: A Case of University Students. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 46, 214–224. <https://doi.org/10.52642/susbed.909737>
- Aristuti, N. M. M. P., & Noviekayati, I. (2022). Mengatasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi dengan Teknik Goal Setting dan Time Management. *Jurnal Psikologi Mandala*, 6(1), 23–38. <https://doi.org/10.36002/jpm.v6i1.1830>
- Astuti, A. D., & Ariyanie, S. (2023). the Effect of Intensity Use of Social Media on Student Academic Procrastination. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 4(3), 392–398. <https://doi.org/10.37478/jpm.v4i3.2863>

- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 169–184. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i2.22108>
- Azizah N., & Kardiyem. (2020). Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Academic Hardiness sebagai Variabel Moderasi. *Economic Education Anlysis Journal*, 9(1), 119-132. <https://doi.org/10.15294/eeaj.v9i1.37240>
- Aznar-Díaz, I., Romero-Rodríguez, J. M., García-González, A., & Ramírez-Montoya, M. S. (2020). Mexican and Spanish university students' Internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *PLoS ONE*, 15(5), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97(1), 90 –113. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.97.1.90>
- Chotimah, C., & Nurmufida, L. (2020). Pengaruh self regulated learning dan pola asuh orang tua terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *J-MPI (Jurnal Manajemen Pendidikan Islam)*, 5(1), 55.
- Doty, D. H., Wooldridge, B. R., Astakhova, M., Fagan, M. H., Marinina, M. G., Caldas, M. P., & Tunçalp, D. (2020). Passion as an excuse to procrastinate: A cross-cultural examination of the relationships between Obsessive Internet passion and procrastination. *Computers in Human Behavior*, 102, 103-111.
- Fathoni, A. R., & Indrawati, E. (2022). Pengaruh Self-Regulated Learning dan Motivasi Berprestasi Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 3(07), 1018-1026.
- Fauzan, I., Rufaedah, E. A., & Anita, R. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Wiralodra Semester II Tahun 2022: Volume 3 No 2 Juli 2022. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 1-11.
- Fazilla, S. (2019). Pemanfaatan teknologi informasi (smartphone) terhadap kemampuan analisis mahasiswa dalam konsep dasar IPA. *JUPENDAS (Jurnal Pendidikan Dasar)*, 6(1).1
- Fentaw, Y., Moges, B. T., & Ismail, S. M. (2022). Academic procrastination behavior among public university students. *Education Research International*, 2022(1), 1277866.
- Fikri, M., Nurhamzah, N., & Erintania, S. L. (2023). Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Akhlak Siswa di Sekolah. *Jurnal Perspektif*, 7(1), 23-33.
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 26 (edisi ke-10)*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gupta, L. B. and S. (2019). *Social Networking Usage, Academic Procrastination and Performance Among University Students: Role of Self Efficacy and Metacognitive Beliefs*. Unpublished PhD, 11512050, Punjab.
- Hayat, A. A., Jahanian, M., Bazrafcan, L., & Shokrpour, N. (2020). Prevalence of academic procrastination among medical students and its relationship with their academic achievement. *Shiraz E-Medical Journal*, 21(7).
- Herawati, M., & Suyahya, I. (2019). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Islam Ruhama. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI*, 2, 646-655. <https://doi.org/10.30998/prokaluni.v2i0.148>
- Herdiyani, S., Barkah, C. S. A., Auliana, L., & Sukoco, I. (2022). Peranan media sosial dalam mengembangkan suatu bisnis: Literature review. *Jurnal Administrasi Bisnis*, (2), 103-121.
- Hidayanto, D. N. (2023). *Manajemen Waktu: Filosofi Teori Implementasi*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Hidayat, R., & Abdillah. (2019). *Ilmu Pendidikan Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Lem-

- baga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia.
- Izzati, R., & Nastiti, D. (2022). Academic Procrastination for Students of the Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPIP) at the University. *Indonesian Journal of Education Methods Development*, 17(3), 10-21070.
- Jamila. (2020). Konsep Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal EduTech*, 6(2), 257-261.
- Khotimah, K., & Suratmi, N. H. Q. (2022). Manajemen Waktu Dengan Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(2), 2829-4592.
- Kristy, D. Z. (2019). Manajemen waktu, dukungan sosial, dan prokrastinasi akademik siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(1), 49-54.
- Larasati, D. (2020). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Konformitas Kelompok Teman Sebaya terhadap Tingkat Perilaku Cyberbullying. *Interaksi Online*, 8(4), 44-52.
- Latifah, N. N., Yohana, C., & Lutfia, A. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial, Motivasi Belajar, Dan Manajemen Waktu Terhadap Prokratinasi Akademik Siswa SMKN 25 Jakarta. *KOLONI*, 2(3), 49-57.
- Mamun, M. A., Hossain, M. S., Siddique, A. B., Sikder, M. T., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2019). Problematic internet use in Bangladeshi students: the role of socio-demographic factors, depression, anxiety, and stress. *Asian journal of psychiatry*, 44, 48-54.
- Mujahidin, E., Rachmat, R., Tamam, A. M., & Alim, A. (2022). Konsep Manajemen Waktu dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 11 (01), 129-146.
- Nabila, R. (2023). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik: studi pada mahasiswa perguruan tinggi. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(2), 10-10.
- Neidi, A. W. (2019). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. *Acta Psychologia*, 1(2), 97-105.
- Nisa, N. K. et al. (2019). Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan, 1(1), pp. 29-34. Available at: <https://ukinstitute.org/journals/jopp/article/view/joppv1i104/4>
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh stres akademik dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 738-749.
- Reswita, R. (2019). Hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 25-32.
- Roshanisefat, S., Azizi, S. M., & Khatony, A. (2021). Investigating the relationship of test anxiety and time management with academic procrastination in students of health professions. *Education Research International*, 2021(1), 1378774.
- Rusmiati, E., Lubis, H., & Suhesty, A. (2022). Intensitas penggunaan media sosial dan efikasi diri terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(1), 101-113.
- Salamah, U. (2022). Hubungan Kepribadian Tahan Banting (Hardiness) Dengan Manajemen Waktu Pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 4(1), 72-79.
- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 202.
- Saputri, M., Yarni, L., Pasila Putra, D., & Syawaluddin. (2024). Students Academic Procrastination: The Effects of Time Management. *BICC Proceedings*, 2, 82-90. <https://doi.org/10.30983/bicc.v1i1.109>
- Sirois, F. M. (2014). Out of sight, out of time? A meta-analytic investigation of procrastination and time perspective. *European Journal of personality*, 28(5), 511-520.

- 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>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Tania, L. N., & Monika, M. (2022). Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Saat Sistem Pembelajaran Jarak Jauh. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 5203-5212.
- Usroh, L. L., Laily, N., & Munir, F. (2022). Manajemen waktu dan self regulated learning pada siswa. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(1), 47-63.
- Wahyuni, N. T., & Machali, I. (2021). Pengaruh manajemen waktu dan efikasi diri terhadap prokrastinasi penyusunan skripsi mahasiswa Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, 1(2), 139-149.
- Wahyuni, W., & Putri, R. M. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(2), 376-387.
- Whiting, A., & Williams, D. (2013). Why people use social media: a uses and gratifications approach. *Qualitative market research: an international journal*, 16(4), 362-369.
- Yulianto, A., Dahriyanto, L F., Wijayanti, R., & Adininggar, P. (2020). The Effect of Fraud Pentagon and Academic Procrastination Dimensions Towards Academic Dishonesty of Students of Social Science in Senior High School of Semarang. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 464(Psshers 2019), 1158-1169. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200824.251>.
- Yuliza, E., Izzah, L., Kurniawan, W., & Adewila Putri, L. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Pekerja Tingkat Akhir STAI Diniyah Pekanbaru. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan*, 19(2), 354-370. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v19i2.580>
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic press.
- Zuraida. (2019). Hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, 2(1), 30-41.