JISOSEPOL: JURNAL ILMU SOSIAL EKONOMI DAN POLITIK
Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Hubungan *Self-Esteem* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bekerja di Universitas Esa Unggul

Asad Amsyar[1*], Sitti Rahmah Marsidi[2*]
[12]Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul, Indonesia
***Correspondence Author Email**: asadamsyar179@student.esaunggul.ac.id

Abstrak

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang banyak terjadi di kalangan mahasiswa dan dapat berdampak pada kualitas belajar serta penyelesaian tugas akademik. Kondisi ini juga dapat dialami oleh mahasiswa bekerja yang menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja, sehingga dituntut untuk mampu mengelola waktu, tanggung jawab, dan tuntutan akademik secara seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-esteem dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja Universitas Esa Unggul. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian berjumlah 261 mahasiswa bekerja jenjang S1 Program Studi Psikologi Universitas Esa Unggul. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala self-esteem dan skala prokrastinasi akademik. Analisis data menggunakan korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi sebesar, 0,628 dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,01$), yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat dan signifikan antara self-esteem dan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi self-esteem mahasiswa, semakin rendah kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik, dan sebaliknya.

Kata kunci: Mahasiswa bekerja, Prokrastinasi akademik, Self-esteem.

Abstract

Academic procrastination is a common phenomenon among university students and may negatively affect learning quality and academic task completion. This condition may also occur among working students who have dual roles as students and workers, requiring them to manage their time, responsibilities, and academic demands effectively. This study aimed to determine the relationship between self-esteem and academic procrastination among working students at Esa Unggul University. A quantitative approach with a correlational method was employed. The participants were 261 working undergraduate Psychology students at Esa Unggul University. Data were collected using self-esteem and academic procrastination scales and analyzed using Spearman's correlation. The results showed a correlation coefficient of 0.628 with a significance value of 0.001 ($p < 0.01$), indicating a strong and significant negative relationship between self-esteem and academic procrastination. These findings indicate that higher self-esteem is associated with lower academic procrastination, and vice versa.

Keywords: *Self-esteem, Academic procrastination, Working students.*

Article History:
Submitted: October 3, 2026
Revised: October 27, 2026
Accepted: November 1, 2026

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan akademik dan kompetensi pribadi mahasiswa. Untuk mencapai tujuan tersebut, mahasiswa dituntut memiliki tanggung jawab belajar yang baik. Menurut Gündüz (2020), tanggung jawab belajar tidak hanya terkait dengan memulai dan menjalankan aktivitas belajar, tetapi juga dengan kemampuan mempertahankan konsistensi dalam

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

menyelesaikan tugas akademik. Namun, dalam kenyataannya, banyak mahasiswa menghadapi hambatan dalam memenuhi tuntutan tersebut. Salah satu persoalan yang sering muncul adalah prokrastinasi atau kecenderungan menunda tugas. Menurut Ahmed et al. (2023), perilaku ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari kondisi emosi dan kognitif, hingga faktor eksternal seperti motivasi, lingkungan sosial, dan distraksi digital.

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang banyak terjadi di kalangan mahasiswa Indonesia. Penelitian oleh Rachmi et al. (2022) menemukan bahwa perilaku menunda tugas akademik masih menjadi masalah utama yang berdampak pada rendahnya kualitas belajar mahasiswa. Selain faktor internal, distraksi dari media sosial, game online, dan aktivitas non-akademik turut memperburuk kecenderungan prokrastinasi dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia (Rachmi et al., 2022). Fenomena ini juga nyata terjadi pada mahasiswa bekerja, termasuk mahasiswa S1 Psikologi di Universitas Esa Unggul yang bekerja, yang umumnya menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Kondisi tersebut menuntut mahasiswa untuk membagi waktu antara perkuliahan, pekerjaan, dan tanggung jawab personal, sehingga meningkatkan risiko terjadinya prokrastinasi akademik akibat keterbatasan waktu dan tingginya tekanan peran. Hal ini juga didukung oleh penelitian oleh Nurzalinda & Hurriyati (2025), di Universitas Bina Darma Palembang bahwa hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa kelas karyawan mengalami *burnout* dan prokrastinasi akademik.

Data dari Direktorat Sistem dan Teknologi Informasi Universitas Bina Darma per 12 Maret 2025 menunjukkan bahwa dari 862 mahasiswa aktif kelas karyawan angkatan 2018 hingga 2024, masih terdapat 232 mahasiswa angkatan 2018–2021 yang belum lulus tepat waktu. Kondisi ini mengindikasikan adanya hambatan dalam proses akademik mahasiswa, salah satunya berupa prokrastinasi akademik (Nurzalinda & Hurriyati, 2025). Fenomena tersebut diperkuat oleh temuan kualitatif Shabila et al. (2025) melalui wawancara singkat terhadap mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja, yang menunjukkan perbedaan dalam pengelolaan waktu dan pola pengerjaan tugas. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu mengalami kesulitan membagi waktu antara perkuliahan, pekerjaan, dan penyelesaian tugas, serta kondisi fisik yang lelah setelah bekerja sehingga cenderung menunda pengerjaan tugas. Sementara itu, mahasiswa yang tidak bekerja cenderung mengerjakan tugas lebih awal dan tidak merasakan beban akademik yang signifikan, kecuali pada tugas kelompok. Selain itu, hasil penelitian kuantitatif Shabila et al. (2025) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi akademik tingkat sedang, baik pada kelompok mahasiswa yang bekerja (62,2%) maupun yang tidak bekerja (80%), serta tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ($p > 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa prokrastinasi akademik merupakan fenomena umum yang dialami mahasiswa. Namun demikian, tuntutan pekerjaan tetap dapat berkontribusi terhadap munculnya prokrastinasi akademik yang berpotensi memengaruhi keterlambatan kelulusan mahasiswa.

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara pada mahasiswa bekerja S1 Psikologi Universitas Esa Unggul kepada ketiga mahasiswa menunjukkan bahwa

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

kelelahan setelah bekerja, padatnya jadwal, dan kurangnya waktu belajar menjadi faktor utama penundaan tugas. Selain itu, rendahnya rasa percaya diri saat menghadapi tugas yang dianggap sulit turut mendorong mahasiswa menunda pengerjaan hingga mendekati batas waktu. Temuan ini mengindikasikan bahwa selain faktor manajemen waktu, faktor psikologis seperti *self-esteem* berperan penting dalam memperkuat kecenderungan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian Bangun & Sovranita (2022) yang menemukan bahwa semakin rendah kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin tinggi kecenderungan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan paparan tersebut, penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja menjadi penting untuk dilakukan. Mahasiswa bekerja memiliki karakteristik khusus karena menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja, yang berpotensi meningkatkan tekanan akademik dan psikologis. Meskipun prokrastinasi akademik merupakan fenomena umum, temuan kualitatif menunjukkan bahwa mahasiswa bekerja menghadapi tantangan spesifik seperti keterbatasan waktu, kelelahan, dan rendahnya kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi urgen untuk mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja S1 Psikologi Universitas Esa Unggul sebagai dasar penyusunan upaya pencegahan dan pendampingan akademik yang lebih tepat sasaran.

Prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik meskipun mengetahui konsekuensi negatifnya (Steel, 2007). Perilaku ini berhubungan dengan kegagalan regulasi diri, di mana mahasiswa kesulitan mengatur waktu dan mengendalikan kebiasaan. Penelitian Ghasempour et al. (2024) menemukan bahwa prokrastinasi dapat menurunkan kinerja akademik sekaligus meningkatkan stres mahasiswa. Selain menyebabkan penurunan kinerja akademik, prokrastinasi juga berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional dan motivasi mahasiswa. Penelitian oleh Chen et al. (2024) menunjukkan bahwa emosi akademik negatif, seperti kecemasan dan ketidakpuasan terhadap tugas, memiliki pengaruh positif dengan tingkat prokrastinasi. Mahasiswa dengan emosi negatif cenderung menunda tugas karena merasa tidak percaya diri atau takut gagal. Penelitian lain oleh Chen et al. (2025) menemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi melalui peningkatan motivasi intrinsik dan efikasi diri akademik. Di Indonesia, penelitian oleh Fernanda & Lidiawati (2025) menunjukkan bahwa kecemasan secara langsung meningkatkan kecenderungan prokrastinasi dan berdampak pada stres akademik serta penurunan motivasi belajar. Senada dengan itu, studi Johansson et al. (2024) di Swedia mengungkapkan bahwa prokrastinasi cenderung stabil sepanjang tahun akademik dan berkaitan dengan menurunnya keterlibatan belajar serta meningkatnya tekanan psikologis. Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa prokrastinasi akademik tidak hanya menghambat pencapaian akademik, tetapi juga berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan motivasi mahasiswa, terutama mereka yang menghadapi tuntutan peran ganda antara pekerjaan dan studi.

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Menurut Chu dan Choi serta Kármena et al. dalam Jamila (2020), tidak semua bentuk prokrastinasi akademik selalu berdampak negatif terhadap kinerja tugas. Prokrastinasi akademik dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu prokrastinasi aktif dan prokrastinasi pasif. Prokrastinasi aktif merupakan bentuk penundaan yang dilakukan secara sengaja untuk mengatur prioritas, mengumpulkan informasi, dan meningkatkan kualitas hasil tugas. Sebaliknya, prokrastinasi pasif ditandai oleh penundaan yang tidak terencana, tidak rasional, serta cenderung menghambat penyelesaian tugas akademik (Jamila, 2020). Dalam konteks pendidikan tinggi, khususnya pada mahasiswa dengan tuntutan peran ganda, bentuk prokrastinasi yang lebih dominan adalah prokrastinasi pasif yang berkaitan dengan kegagalan regulasi diri.

Salah satu faktor yang berkaitan erat dengan prokrastinasi adalah *self-esteem* atau *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan evaluasi individu terhadap dirinya, baik dari sisi kompetensi maupun nilai diri (Orth, 2017). Mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi biasanya lebih percaya diri, optimis, dan mampu mengelola tantangan akademik, sedangkan mereka dengan *self-esteem* rendah cenderung ragu, mudah cemas, dan kurang yakin pada kemampuan diri. Menurut Self-Determination Theory, kebutuhan dasar psikologis seperti kompetensi dan otonomi berperan penting dalam memunculkan motivasi intrinsik (Ryan & Deci, 2020). Jika *self-esteem* rendah, mahasiswa cenderung merasa tidak kompeten dan kurang termotivasi untuk menyelesaikan tugas. Kondisi ini menjadikan prokrastinasi sebagai bentuk pelarian dari tekanan akademik.

Berbagai penelitian terbaru juga menegaskan bahwa *self-esteem* memiliki peran penting dalam keberhasilan akademik. Penelitian di Arab Saudi oleh Alghamdi et al. (2023) menemukan bahwa mahasiswa kedokteran dengan *self-esteem* rendah cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih rendah, dan peningkatan GPA berhubungan dengan peningkatan *self-esteem*. Penelitian di Jepang oleh menunjukkan pengaruh positif yang signifikan antara *self-esteem* dan prestasi akademik pada mahasiswa terapis okupasi, di mana kondisi emosional dan motivasi turut memperkuat pengaruh tersebut. Selain itu, penelitian Acosta-Gonzaga (2023) mengungkapkan bahwa *self-esteem* berpengaruh terhadap keterlibatan belajar mahasiswa, baik secara perilaku maupun emosional, yang pada akhirnya berdampak pada hasil akademik mereka. Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa *self-esteem* memainkan peran penting dalam proses belajar, regulasi diri, dan pencapaian akademik mahasiswa.

Penelitian membuktikan bahwa mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi lebih mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, sedangkan yang rendah lebih sering menunda. Hernández et al. (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi memiliki regulasi diri yang lebih baik. Sebaliknya, Ghasempour et al. (2024) melaporkan bahwa mahasiswa dengan *self-esteem* rendah lebih rentan terhadap prokrastinasi akademik, terutama ketika menghadapi tekanan belajar yang berat. Studi lain juga menegaskan peran penting *self-esteem* terhadap prokrastinasi. Lasisi & Salihu (2024) menemukan bahwa *self-esteem* merupakan prediktor signifikan dari prokrastinasi pada mahasiswa pascasarjana. Penelitian ini

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

menguatkan pemahaman bahwa *self-esteem* berpengaruh besar terhadap kemampuan mahasiswa mengendalikan kebiasaan menunda tugas. Di Indonesia, penelitian Trisnani & Asri (2024) menunjukkan bahwa *self-esteem*, motivasi berprestasi, dan gaya belajar berpengaruh signifikan dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi serta motivasi belajar yang kuat terbukti lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas. Hal ini memperkuat relevansi variabel *self-esteem* dalam konteks mahasiswa Indonesia.

Namun, penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada mahasiswa reguler. Penelitian oleh Yuniar et al. (2024) menunjukkan bahwa mahasiswa reguler masih banyak melakukan prokrastinasi akademik, terutama ketika menghadapi beban tugas yang tinggi dan kurangnya strategi pengelolaan waktu. Temuan ini diperkuat oleh studi Putri et al. (2022) yang menemukan bahwa mahasiswa reguler memiliki kecenderungan prokrastinasi yang tinggi, terutama ketika efikasi diri mereka rendah. Selain itu, penelitian Christianto et al. (2025) juga mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik masih menjadi masalah umum pada mahasiswa reguler, khususnya terkait kebiasaan menunda tugas dan perilaku belajar yang tidak terstruktur. Sementara itu, kajian mengenai mahasiswa bekerja masih terbatas, padahal mereka memiliki tantangan unik berupa peran ganda antara kuliah, pekerjaan, dan tanggung jawab keluarga. Oleh karena itu, penting untuk meneliti bagaimana *self-esteem* memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja jenjang S1 Psikologi di Universitas Esa Unggul.

Penelitian ini bertujuan: (1) Mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara self-esteem dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja di Universitas Esa Unggul. (2) Menguji signifikansi hubungan antara self-esteem dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja di Universitas Esa Unggul.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara *self-esteem* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja di Program Studi Psikologi jenjang sarjana Universitas Esa Unggul. Desain korelasional dipilih karena penelitian berfokus pada pengukuran arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan statistik antara dua variabel tanpa memberikan perlakuan atau memanipulasi kondisi responden. Dalam penelitian ini, *self-esteem* ditetapkan sebagai variabel X, sedangkan prokrastinasi akademik ditetapkan sebagai variabel Y. Penelitian dilaksanakan pada 18 Januari hingga 17 Februari 2026. Populasi penelitian berjumlah 752 mahasiswa kelas paralel angkatan 2021–2025, dengan jumlah sampel sebanyak 261 responden. Penentuan responden menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kesesuaian karakteristik responden dengan tujuan penelitian. Kriteria utama responden adalah mahasiswa program sarjana Psikologi Universitas Esa Unggul yang sedang bekerja. Dengan demikian, unit analisis penelitian ini adalah mahasiswa bekerja yang memenuhi karakteristik populasi sasaran tersebut.

rosedur analisis data dilakukan secara bertahap. Tahap pertama adalah pemeriksaan dan penyiapan data, meliputi penelaahan kelengkapan respons,

JISOSEPOL: JURNAL ILMU SOSIAL EKONOMI DAN POLITIK
Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

pengodean jawaban, serta penghitungan skor total masing-masing variabel berdasarkan pedoman penskoran instrumen. Tahap kedua adalah analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor *self-esteem* serta prokrastinasi akademik. Statistik deskriptif digunakan untuk menyajikan ringkasan data, seperti frekuensi, persentase, dan ukuran pemusatan serta penyebaran yang relevan dengan karakteristik data. Tahap ketiga adalah pengujian distribusi data sebagai dasar pemilihan teknik analisis inferensial. Naskah penelitian menetapkan korelasi Pearson sebagai alternatif untuk data yang memenuhi asumsi parametrik, sedangkan korelasi Spearman *rank-order* digunakan ketika data tidak memenuhi asumsi normalitas. Pemilihan teknik korelasi dilakukan dengan mempertimbangkan hasil pengujian distribusi data dan karakteristik skor yang dianalisis. Dalam penelitian ini, korelasi Spearman digunakan sebagai teknik pengujian hipotesis karena hasil uji normalitas menunjukkan bahwa setidaknya satu variabel tidak berdistribusi normal.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan koefisien korelasi Spearman rho untuk menentukan arah dan kekuatan hubungan antara *self-esteem* dan prokrastinasi akademik. Koefisien korelasi bernilai negatif menunjukkan bahwa peningkatan skor pada satu variabel cenderung berkaitan dengan penurunan skor pada variabel lainnya, sedangkan besar absolut koefisien menunjukkan tingkat keeratan hubungan. Signifikansi statistik ditentukan berdasarkan nilai *p* dengan taraf signifikansi 0,05. Apabila nilai *p* lebih kecil daripada 0,05, hubungan kedua variabel dinyatakan signifikan secara statistik. Hasil analisis kemudian ditafsirkan berdasarkan arah koefisien, besarnya hubungan, dan nilai signifikansi, dengan tetap membedakan hubungan statistik dari hubungan sebab-akibat. Oleh karena desain penelitian bersifat korelasional, hasil penelitian digunakan untuk menjelaskan keterkaitan antara *self-esteem* dan prokrastinasi akademik pada responden yang diteliti, bukan untuk menyimpulkan bahwa salah satu variabel secara langsung menyebabkan perubahan pada variabel lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karateristik Reponden

Karakteristik responden dalam penelitian ini menggambarkan profil mahasiswa yang menjadi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin, status pekerjaan, dan angkatan. Data karakteristik tersebut disajikan untuk memberikan gambaran umum mengenai responden penelitian. Berikut merupakan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, status pekerjaan, dan angkatan.

Tabel 1. Data Demografi

Demografi	n	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	53	20.3
Perempuan	208	79.7
Total	261	100.0
Status Pekerjaan		

JISOSEPOL: JURNAL ILMU SOSIAL EKONOMI DAN POLITIK
Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Bekerja paruh waktu	119	45.6
Bekerja penuh waktu	142	54.4
Total	261	100.0
Angkatan		
2021	35	13,4
2022	62	23,8
2023	60	23,0
2024	48	18,4
2025	56	21,5
Total	261	100.0

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa penelitian ini melibatkan 261 mahasiswa yang bekerja pada Program Studi S1 Psikologi Universitas Esa Unggul dari angkatan 2021 hingga 2025. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 208 orang (80%), sedangkan laki-laki berjumlah 53 orang (20%). Berdasarkan status pekerjaan, sebanyak 142 responden (54%) bekerja penuh waktu dan 119 responden (46%) bekerja paruh waktu, sehingga proporsi mahasiswa yang bekerja penuh waktu sedikit lebih besar. Sementara itu, berdasarkan angkatan, responden terbanyak berasal dari angkatan 2022, yaitu sebanyak 62 mahasiswa (23,8%), diikuti angkatan 2023 sebanyak 60 mahasiswa (23,0%), angkatan 2025 sebanyak 56 mahasiswa (21,5%), angkatan 2024 sebanyak 48 mahasiswa (18,4%), dan angkatan 2021 sebanyak 35 mahasiswa (13,4%). Dengan demikian, karakteristik responden penelitian didominasi oleh mahasiswa perempuan, mahasiswa yang bekerja penuh waktu, dan mahasiswa angkatan 2022. Distribusi responden tersebut menunjukkan bahwa penelitian telah mencakup mahasiswa bekerja dari seluruh angkatan 2021–2025, sehingga dapat memberikan gambaran mengenai kondisi self-esteem dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja jenjang S1 Psikologi Universitas Esa Unggul dari berbagai angkatan.

Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana setiap item instrumen mampu mengukur variabel yang diteliti. Pada penelitian ini, nilai r-tabel diperoleh berdasarkan tabel r pada penelitian ini dengan derajat kebebasan (df) = N − 2. Dengan jumlah responden sebanyak 261 orang, diperoleh df = 261 − 2 = 259. Pada taraf signifikansi 0,05, nilai r-tabel untuk df 259 adalah sebesar 0,121.

Tabel 2. Uji Validitas *Self-Esteem*

Item Self-esteem	R-Hitung	R-Tabel	Analisa	Keterangan
X1	0,671	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X2	0,713	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

X3	0,645	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X4	0,660	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X5	0,681	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X6	0,683	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X7	0,623	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X8	0,661	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X9	0,693	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X10	0,649	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X11	0,623	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X12	0,674	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X13	0,648	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X14	0,613	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X15	0,662	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X16	0,727	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X17	0,707	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X18	0,584	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X19	0,697	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X20	0,636	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X21	0,657	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X22	0,617	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X23	0,630	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X24	0,716	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X25	0,648	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X26	0,700	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X27	0,667	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X28	0,670	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X29	0,689	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X30	0,649	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X31	0,650	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X32	0,639	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X33	0,635	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X34	0,662	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X35	0,704	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X36	0,649	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X37	0,695	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X38	0,676	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X39	0,631	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X40	0,588	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X41	0,692	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X42	0,652	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X43	0,703	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X44	0,687	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X45	0,671	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
X46	0,613	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid

Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026

JISOSEPOL: JURNAL ILMU SOSIAL EKONOMI DAN POLITIK
Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Tabel 3. Uji Validitas Prokrastinasi Akademik

Item Prokrastinasi Akademik	R-Hitung	R-Tabel	Analisa	Keterangan
Y1	0,692	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y2	0,684	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y3	0,670	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y4	0,697	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y5	0,659	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y6	0,688	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y7	0,692	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y8	0,645	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y9	0,668	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y10	0,684	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y11	0,652	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y12	0,665	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y13	0,671	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y14	0,716	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y15	0,665	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y16	0,686	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y17	0,718	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y18	0,684	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y19	0,687	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y20	0,695	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y21	0,707	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y22	0,648	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y23	0,637	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y24	0,712	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y25	0,684	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y26	0,700	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid
Y27	0,677	0,121	R-Hitung > R-Tabel	Valid

Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026

Berdasarkan hasil uji validitas yang ditunjukkan pada Tabel 2 dan Tabel 3, seluruh item pada skala *self-esteem* dan prokrastinasi akademik memiliki nilai r-hitung lebih besar daripada r-tabel. Dengan demikian, seluruh item dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam analisis penelitian selanjutnya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap item mampu mengukur aspek yang sesuai dengan variabel yang diteliti.

Uji Reliabilitas

Selanjutnya, dilakukan uji reliabilitas untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen dalam mengukur variabel *self-esteem* dan prokrastinasi akademik. Hasil uji reliabilitas kedua instrumen tersebut disajikan pada Tabel 4 berikut. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan memiliki tingkat konsistensi yang baik dalam mengukur variabel penelitian.

JISOSEPOL: JURNAL ILMU SOSIAL EKONOMI DAN POLITIK
Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Tabel 4. Uji Reliabilitas

Variabel	Nilai *Chronbach's Alpha*	Keterangan
Self-Esteem	0,971	Reliabel
Prokrastinasi Akademik	0,956	Reliabel

Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026

Berdasarkan Tabel 4., dapat diketahui bahwa instrumen penelitian yang digunakan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Variabel *Self-Esteem* memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,971, sementara variabel Prokrastinasi Akademik memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,956. Kedua nilai ini berada jauh di atas batas minimal 0,70, sehingga menunjukkan bahwa seluruh item pada masing-masing variabel konsisten, stabil, dan dapat dipercaya dalam mengukur konstruk yang dimaksud. Dengan demikian, instrumen penelitian dapat dinyatakan reliabel dan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

Uji Normalitas

Tabel 5. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Self-Esteem	.061	261	.018	.972	261	<.001
Prokrastinasi Akademik	.041	261	.200*	.978	261	<.001

*. This is a lower bound of the true significance.
Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 5, uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa variabel Self-Esteem memperoleh nilai signifikansi 0,018 ($p < 0,05$), sedangkan Prokrastinasi Akademik sebesar 0,200 ($p > 0,05$). Karena jumlah responden sebanyak 261 orang ($N > 50$), keputusan normalitas mengacu pada uji Kolmogorov-Smirnov. Dengan demikian, Self-Esteem tidak berdistribusi normal, sedangkan Prokrastinasi Akademik berdistribusi normal. Oleh karena terdapat salah satu variabel yang tidak berdistribusi normal, analisis hubungan kedua variabel menggunakan korelasi Spearman rho.

Uji Hipotesis

Tabel 6. Uji Hipotesis

Correlations

		Self-Esteem	Prokrastinasi Akademik
Self-Esteem	Correlation Coefficient	1.000	-.628**

JISOSEPOL: JURNAL ILMU SOSIAL EKONOMI DAN POLITIK
Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

	Sig. (2-tailed)	.	<.001
	N	261	261

Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman rho pada tabel 6 menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar r = -0,628 dengan signifikansi p = 0,001 (p < 0,05) pada N = 261. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Self-Esteem* dengan Prokrastinasi Akademik. Arah hubungan yang negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi *Self-Esteem* mahasiswa, semakin rendah kecenderungan Prokrastinasi Akademik yang dimiliki, dan sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian (Ha) yang menyatakan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *Self-Esteem* dengan Prokrastinasi Akademik dinyatakan diterima.

Pembahasan

Hasil uji korelasi Spearman rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar r = -0,628 dengan signifikansi p = 0,001 (p < 0,05) pada N = 261. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, hipotesis Ha diterima H0 diterima. Arah hubungan yang negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi harga diri mahasiswa, maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ghasempour et al. (2024) yang menyatakan bahwa *self-esteem* rendah menjadi prediktor kuat dari prokrastinasi akademik, khususnya pada mahasiswa yang menghadapi tekanan belajar yang berat. Hal ini sangat relevan dengan kondisi mahasiswa bekerja yang harus mengelola tuntutan pekerjaan dan perkuliahan secara bersamaan. Temuan Lasisi & Salihu (2024) juga menguatkan bahwa *self-esteem* merupakan faktor signifikan yang memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan kebiasaan menunda tugas. Dengan demikian, hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai studi global dan lokal yang menegaskan hubungan harga diri dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan self-esteem yang baik cenderung lebih yakin terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan akademik. Keyakinan tersebut dapat membantu mahasiswa mengelola tugas dan tanggung jawab secara lebih efektif sehingga kecenderungan melakukan prokrastinasi dapat diminimalkan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu penggunaan kuesioner yang bergantung pada persepsi subjektif responden, jumlah sampel yang terbatas pada mahasiswa bekerja Universitas Esa Unggul, dan hanya meneliti dua variabel. Selain itu, karakteristik responden dalam penelitian ini hanya mencakup jenis kelamin dan status pekerjaan (bekerja paruh waktu, bekerja penuh waktu dan angkatan), sehingga belum menggambarkan faktor demografis lain yang mungkin turut memengaruhi prokrastinasi akademik, misal faktor demografis seperti usia, semester dan pendidikan terakhir sebelum mendaftar kuliah.

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan prokrastinasi akademik dengan arah hubungan negatif. Artinya, semakin tinggi harga diri mahasiswa, semakin rendah kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara harga diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja di Universitas Esa Unggul dinyatakan diterima.

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian selanjutnya disarankan menguji peran variabel lain, seperti efikasi diri akademik, dukungan sosial, atau regulasi diri, serta menggunakan desain longitudinal. Secara praktis, mahasiswa bekerja disarankan meningkatkan harga diri, membangun kebiasaan belajar yang teratur, dan meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi tugas akademik. Program Studi/Fakultas Psikologi dapat menyediakan pendampingan akademik, sedangkan tempat kerja diharapkan memberikan fleksibilitas, khususnya pada masa ujian, untuk membantu mahasiswa mengelola tuntutan pekerjaan dan akademik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh jajaran Universitas Esa Unggul, khususnya Program Studi Psikologi. Ucapan terima kasih juga disampaikan atas dukungan dan fasilitas yang telah diberikan selama pelaksanaan penelitian. Dukungan tersebut turut membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian dan penyusunan naskah ini.

DAFTAR PUSTAKA

Acosta-Gonzaga, E. (2023). The Effects of Self-Esteem and Academic Engagement on University Students' Performance. *Behavioral Sciences*, *13*(4), 2–12. https://doi.org/10.3390/bs13040348

Ahmed, I., Bernhardt, G. V., & Shivappa, P. (2023). Prevalence of Academic Procrastination and Its Negative Impact on Students. *Biomedical and Biotechnology Research Journal (BBRJ)*, *7*(3), 363–370. https://doi.org/10.4103/bbrj.bbrj

Alghamdi, S. A., Aljaffer, M. A., Alahmari, F. S., Alasiri, A. B., Alkahtani, A. H., Alhudayris, F. S., & Alhusaini, B. A. (2023). The impact of low self-esteem on academic achievement and the behaviors related to it among medical students in Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, *44*(6), 613–620. https://doi.org/10.15537/smj.2023.44.6.20230055

Bangun, M. F. A., & Sovranita, D. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *8*(22), 575–582. https://doi.org/10.5281/zenodo.7388684

Chen, B., Zhang, H., & Li, S. (2024). The Impact Mechanism of Negative Academic Emotions on Academic Procrastination: The Mediating and Moderating Roles of Self-Efficacy and Goal Orientation. *Education Sciences*, *14*(11), 2–18. https://doi.org/10.3390/educsci14111232

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Chen, X., Wu, M., Dong, G., Cui, L., Qu, B., & Zhu, Y. (2025). Social support and academic procrastination in health professions students: the serial mediating effect of intrinsic learning motivation and academic self-efficacy. *Advances in Health Sciences Education*, *30*(4), 1143–1160. https://doi.org/10.1007/s10459-024-10394-4

Christianto, Y. A., Purwandari, D. A., & Scorviana, N. (2025). Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa (Studi Deskriptif Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Angkatan 2018). *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, *3*(1), 357–362.

Fernanda, F., & Lidiawati, K. R. (2025). The Impact of Anxiety on Academic Procrastination Among University Students in Indonesia. *Jurnal Paedagogy*, *12*(2), 230–241. https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/pedagogy/index

Ghasempour, S., Babaei, A., Nouri, S., Basirinezhad, M. H., & Abbasi, A. (2024). Relationship between academic procrastination, self-esteem, and moral intelligence among medical sciences students: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, *12*(1), 1–8. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01731-8

Gündüz, G. F. K. (2020). The Relationship Between Academic Procrastination Behaviors Of Secondary School Students, Learning Styles And Parenting Behaviors. *International Journal of Contemporary Educational Research*, *7*(1), 253–266. https://doi.org/10.33200/ijcer.731976

Hernández, Y. C. U., Cueto, O. F. A., Shardin-Flores, N., & Luy-Montejo, C. A. (2020). Academic Procrastination, Self-Esteem and Self-Efficacy in University Students: Comparative Study in Two Peruvian Cities. *International Journal of Criminology and Sociology*, *9*, 2474–2480. https://doi.org/10.6000/1929-4409.2020.09.300

Jamila. (2020). Konsep Prokratinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal EduTech*, *6*(2), 257–261.

Johansson, F., Rozental, A., Edlund, K., Grotle, M., Rudman, A., Jensen, I., & Skillgate, E. (2024). Trajectories of procrastination among Swedish University students over one academic year: a cohort study. *BMC Psychology*, *12*(1), 2–11. https://doi.org/10.1186/s40359-024-02072-2

Lasisi, A. K., & Salihu, N. O. (2024). Self-Monitoring and Self-Esteem as Predictors of Academic Procrastination Among Postgraduate Students Adekola. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, *19*(2), 121–130. https://journal.umpr.ac.id/index.php/pedagogik/article/view/8344/4645

Nurzalinda, L., & Hurriyati, D. (2025). Hubungan Burnout Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Kelas Karyawan di Universitas Bina Darma Palembang. *Journal of Multidisciplinary Reseacrh and Develompent*, *8*(1), 713–722.

Orth, U. (2017). The Family Environment in Early Childhood Has a Long-Term Effect on Self-Esteem: A Longitudinal Study From Birth to Age 27 Years. *Journal of Personality and Social Psychology*, *114*(4), 637–655.

Putri, M. A., Aminuyati, & Karolina, V. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS Di Universitas Tanjungpura Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, *1*(10), 2715–2723. https://doi.org/10.26418/jppk.v11i10.59160

Rachmi, N. A., Munawaroh, & Faslah, R. (2022). The Influence of Self-Regulation and Self-Esteem on Academic Procrastination in Stundents Conducting Online Learning At the Faculy of Economics, State University of Jakarta. *Jurnal Pendidikan Ekonomi, Perkantoran, Dan Akuntansi*, *3*(1), 48–59. https://doi.org/10.21009/jpepa.0301.04

Vol. 4, No. 2, pp. 136-149
E-ISSN: 3026-3220
DOI: https://doi.org/10.61787/6xgjvp43

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, *61*(101860), 2–11. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

Shabila, A., Anggreiny, R., & Napitupulu, R. (2025). Gambaran Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja Dan Tidak Bekerja Di Kota Batam. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, *7*(3), 62–70.

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

Trisnani, R. P., & Asri, D. N. (2024). Student Academic Procrastination? Self Esteem, Motivation for Achievement, and Learning Style. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, *16*(2), 1155–1168. https://doi.org/10.37680/qalamuna.v16i2.5455

Yuniar, T. R., Yustiana, Y. R., & Suryana, D. (2024). Bimbingan dan Konseling untuk Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *13*(1), 54–60.