

## Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa

**Alfian Untung<sup>1</sup>, Abdul Saman<sup>2</sup>, Basti Tetteng<sup>3</sup>**

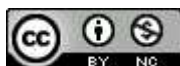
Magister Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

\*Email: [alfian040499@gmail.com](mailto:alfian040499@gmail.com)



**Abstrak.** Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda pengerjaan tugas secara sengaja dan berulang yang dapat berdampak negatif terhadap kinerja akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian ini ingin melihat bagaimana pengaruh kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap prokrastinasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia, khususnya Fakultas Agama Islam.. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei non-eksperimen. Populasi penelitian berjumlah 203 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 160 mahasiswa yang diperoleh melalui teknik accidental sampling. Instrumen yang digunakan adalah Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15) untuk mengukur prokrastinasi akademik, Academic Self Efficacy (ASE) untuk mengukur efikasi diri akademik, dan Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS) untuk mengukur kecerdasan emosional. Data dianalisis menggunakan analisis regresi ganda untuk menguji pengaruh parsial dan simultan antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan psikologi pendidikan serta menjadi dasar penyusunan intervensi untuk menurunkan prokrastinasi akademik melalui peningkatan kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik.

**Kata Kunci:** Prokrastinasi akademik, kecerdasan emosional, efikasi diri akademik.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

## **PENDAHULUAN**

Prokrastinasi akademik adalah masalah umum di kalangan mahasiswa dan telah menjadi masalah signifikan dalam pendidikan tinggi. Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) mendefinisikan penundaan akademik sebagai kecenderungan untuk sengaja dan berulang kali menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik. Perilaku ini kerap menimbulkan dampak negatif bagi mahasiswa, baik pada aspek akademik maupun kesejahteraan psikologis. Dampak tersebut berkaitan dengan rendahnya motivasi, lemahnya regulasi diri, serta munculnya emosi negatif yang pada akhirnya memengaruhi kinerja dan kesehatan mental mahasiswa, sebagaimana disoroti oleh Kochetkova (2024).

Fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa semakin meluas, ditandai oleh perilaku keterlambatan, tugas yang tidak terselesaikan, dan kurangnya perencanaan belajar (Shi, 2023). Selain itu, prokrastinasi juga berkaitan dengan permasalahan mental yang memicu kelelahan belajar (Absalyamova et al., 2024). Pelanggaran tenggat waktu yang terjadi secara berulang turut menimbulkan ketidaknyamanan subjektif bagi mahasiswa (Kochetkova, 2024). Masalah ini tidak hanya terjadi pada satu wilayah atau budaya tertentu, melainkan menjadi persoalan universal di berbagai institusi pendidikan tinggi di dunia. Klassen, Krawchuk, dan Rajani (2008) mengemukakan bahwa mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi cenderung memiliki self-efficacy rendah serta regulasi diri yang kurang efektif dalam konteks akademik.

Prokrastinasi akademik tergolong masalah serius di kalangan mahasiswa, dengan sekitar 75% menunjukkan tingkat yang tinggi dan 76% di antaranya dipicu oleh perfeksionisme akademik (Subashkevych, 2023). Thapa dan Rimal (2024) juga menemukan bahwa 40,1% mahasiswa sarjana mengalami prokrastinasi tingkat tinggi. Data tersebut menegaskan bahwa prokrastinasi akademik masih menjadi masalah yang luas di kalangan mahasiswa.

Tice dan Baumeister (1997) mengidentifikasi dampak jangka pendek dan jangka panjang dari prokrastinasi akademik. Dalam jangka pendek, pelaku prokrastinasi dapat merasakan kelegaan sementara serta penurunan stres, namun dalam jangka panjang perilaku ini justru meningkatkan stres, menurunkan performa akademik, dan memperburuk kesehatan. Mahasiswa yang sering menunda juga cenderung memperoleh nilai lebih rendah dan melaporkan stres yang lebih tinggi menjelang akhir semester.

Solomon dan Rothblum (1984) mengungkapkan beberapa area utama prokrastinasi mahasiswa, seperti penulisan tugas, persiapan ujian, dan penyelesaian pekerjaan akademik. Ketakutan akan kegagalan serta kecenderungan menghindari tugas menjadi faktor motivasional utama. Sirois dan Pychyl (2013) menambahkan bahwa prokrastinasi dapat dipahami sebagai kegagalan regulasi emosi, di mana individu memilih memperbaiki suasana hati jangka pendek daripada mengejar tujuan jangka panjang.

Fenomena prokrastinasi akademik juga terbukti tinggi dalam konteks mahasiswa di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Yulia dan Armia (2025) pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi dengan persentase rata-rata sebesar 61,62%. Secara lebih rinci, perilaku penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas mencapai 66,16%, keterlambatan penyelesaian tugas sebesar 63,34%, serta kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan tugas akademik sebesar 57,26%.

Temuan ini sejalan dengan penelitian lain di Indonesia yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi sedang hingga tinggi. Studi pada mahasiswa Universitas Negeri Surabaya menemukan bahwa 65% mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi sedang dan 20% pada kategori tinggi. Selain itu, penelitian di lingkungan pendidikan keagamaan juga menunjukkan bahwa 60% mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi tinggi dan 10% pada kategori sangat tinggi.

Fenomena ini juga ditemukan pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia, khususnya Fakultas Agama Islam, berdasarkan wawancara peneliti pada 20 Desember 2024 dengan lima mahasiswa. Mahasiswa pertama mengakui kebiasaan menunda tugas hingga mendekati tenggat karena sulit memulai meskipun menyadari pentingnya tugas. Mahasiswa kedua menyebutkan distraksi seperti media sosial dan menonton video sebagai penyebab utama penundaan. Mahasiswa ketiga mengungkapkan perasaan panik saat harus menyelesaikan tugas dalam waktu terbatas, yang berdampak pada kualitas pekerjaan dan tekanan emosional. Mahasiswa keempat merasa ragu memulai tugas karena ketidakpastian penyelesaian, sementara mahasiswa kelima merasa bersalah setelah menunda tetapi tetap mengulang kebiasaan tersebut. Secara keseluruhan, wawancara menunjukkan kesulitan regulasi emosi dan rendahnya keyakinan diri sebagai pemicu prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena universal yang memengaruhi kehidupan pribadi dan akademik mahasiswa serta menimbulkan konsekuensi yang tidak diinginkan (Thapa & Rimal, 2024). Perilaku menunda belajar dan tugas diketahui berdampak signifikan pada kinerja akademik mahasiswa (Suárez-Perdomo et al., 2024). Dengan demikian, prokrastinasi akademik dapat dipahami sebagai kecenderungan menunda aktivitas pembelajaran yang berujung pada masalah kinerja akademik.

Efikasi diri akademis dan kecerdasan emosional adalah dua elemen penting yang memengaruhi penundaan akademis. Deniz, Traş, dan Aydoğan (2009) menemukan korelasi negatif yang substansial antara penundaan dan kecerdasan emosional. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi lebih mampu mengatur waktu, mengendalikan emosi, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan mengatasi tekanan akademis. Klassen, Krawchuk, dan Rajani (2008) menemukan bahwa efikasi diri akademis yang rendah merupakan prediktor substansial dari penundaan. Steel (2007) menemukan korelasi negatif yang kuat antara penundaan dan efikasi diri dalam meta-analisis mereka. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi lebih percaya diri, gigih, dan

cenderung tidak menunda-nunda, sedangkan mereka yang memiliki efikasi diri rendah mendorong pola pikir menghindar. Hen dan Goroshit (2014) menunjukkan bagaimana hubungan antara efikasi diri dan kecerdasan emosional memengaruhi penundaan.

Goleman (2005) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali, mengatur, dan memahami emosi sendiri serta emosi orang lain. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi biasanya lebih baik dalam mengelola stres terkait studi dan menghindari penundaan. Setyowati dkk. (2010) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memahami emosi sendiri serta emosi orang lain, mengendalikan emosi, membentuk hubungan, dan memotivasi diri sendiri. Oleh karena itu, kecerdasan emosional diperlukan untuk mengatasi penundaan akademik.

Kecerdasan emosional juga terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian terkini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi negatif, seperti kecemasan dan stres akademik, sehingga mampu mengurangi kecenderungan untuk menunda tugas. Selain itu, kecerdasan emosional juga berperan dalam meningkatkan efikasi diri dan resiliensi, yang secara tidak langsung berkontribusi terhadap penurunan perilaku prokrastinasi. Dengan demikian, kecerdasan emosional tidak hanya berfungsi sebagai faktor protektif secara langsung, tetapi juga sebagai mekanisme psikologis yang memperkuat kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan akademik secara adaptif (Li & Gao, 2026).

Menurut Bandura (1997), efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat merencanakan dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan. Menurut Zimmerman (2000), pembelajaran mandiri membutuhkan efikasi diri akademis. Siswa dengan efikasi diri yang tinggi lebih baik dalam mengatur, melacak, dan menilai pembelajaran mereka, yang mengurangi penundaan.

Efikasi diri akademik merupakan faktor psikologis yang memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa efikasi diri tidak hanya berhubungan secara langsung dengan perilaku prokrastinasi, tetapi juga berperan sebagai mekanisme psikologis yang memediasi berbagai faktor lain dalam menurunkan kecenderungan menunda tugas. Individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, sehingga lebih mampu menginisiasi tindakan, mempertahankan usaha, serta mengatasi hambatan akademik. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan menghindari tugas dan menunda pekerjaan akademik (Zhang et al., 2024).

Banyak penelitian telah menunjukkan korelasi yang substansial antara penundaan, efikasi diri akademis, dan kecerdasan emosional. Penundaan akademis menurun seiring dengan peningkatan efikasi diri dan kecerdasan emosional (Buana dkk., 2022). Menurut Domenech dkk. (2019), kedua komponen tersebut meningkatkan kinerja akademis dan mengurangi penundaan. Kecerdasan emosional dan efikasi diri

yang tinggi telah terbukti meningkatkan prestasi akademis dan mengurangi penundaan (Chow, 2011).

Penelitian berjudul "Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia" ini serupa dengan temuan sebelumnya meskipun berfokus pada lingkungan lokal mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara prokrastinasi akademik dan efikasi diri akademik serta kecerdasan emosional dengan mempertimbangkan lingkungan akademik dan karakteristik populasi lokal.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

Efikasi diri akademik dalam penelitian ini didasarkan pada teori kognitif sosial yang dikemukakan oleh Bandura (1997), yang menjelaskan bahwa efikasi diri akademik merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan akademik. Individu yang memiliki efikasi diri akademik tinggi cenderung mampu menghadapi tantangan akademik, memiliki keyakinan terhadap kemampuan belajar, serta menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Selain itu, kecerdasan emosional dalam penelitian ini mengacu pada konsep yang dikembangkan oleh Goleman (1995), yaitu kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan memanfaatkan emosi secara efektif baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Sementara itu, prokrastinasi akademik dipahami berdasarkan pandangan Steel (2007), yang mendefinisikan prokrastinasi sebagai kecenderungan individu untuk secara sengaja menunda penyelesaian tugas meskipun mengetahui konsekuensi negatif yang dapat ditimbulkan. Ketiga konsep tersebut menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri serta kemampuan mengelola emosi memiliki peranan penting dalam menentukan perilaku akademik mahasiswa, khususnya terkait kecenderungan melakukan penundaan tugas akademik.

Hubungan antara efikasi diri akademik dengan prokrastinasi akademik telah banyak dibahas dalam kajian psikologi pendidikan. Klassen, Krawchuk, dan Rajani (2008) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri akademik tinggi cenderung lebih yakin terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas sehingga memiliki kecenderungan lebih rendah untuk melakukan penundaan akademik. Temuan tersebut diperkuat oleh Steel (2007) melalui meta-analisis yang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik merupakan salah satu prediktor penting terhadap rendahnya perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan keyakinan diri yang baik akan lebih mampu mengelola tuntutan akademik serta memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas tepat waktu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Zimmerman (2000) menjelaskan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri akademik tinggi umumnya memiliki kemampuan self-regulated learning yang lebih baik, seperti kemampuan merencanakan, memantau, dan

mengevaluasi proses belajar. Kemampuan tersebut membuat mahasiswa lebih terarah dalam menyelesaikan tugas akademik dan mengurangi kecenderungan melakukan penundaan. Sebaliknya, Wolters (2003) menemukan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri akademik rendah cenderung mengalami keraguan terhadap kemampuan dirinya, mudah merasa cemas, dan lebih sering melakukan penghindaran terhadap tugas akademik melalui perilaku prokrastinasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berperan penting dalam membentuk perilaku belajar mahasiswa.

Hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik juga telah dibuktikan melalui berbagai penelitian terdahulu. Deniz, Traş, dan Aydoğan (2009) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres, kecemasan, dan tekanan akademik sehingga tidak mudah melakukan penundaan tugas. Goleman (2005) menegaskan bahwa kemampuan mengelola emosi merupakan faktor penting dalam mempertahankan motivasi dan mengatasi hambatan dalam penyelesaian tugas akademik. Dengan kemampuan regulasi emosi yang baik, individu akan lebih mampu mengontrol dorongan untuk menghindari tugas serta lebih fokus terhadap tanggung jawab akademiknya.

Penelitian Parker, Summerfeldt, Hogan, dan Majeski (2004) juga menunjukkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosional, seperti kemampuan mengelola stres dan kemampuan beradaptasi, memiliki hubungan negatif dengan perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mampu mengendalikan tekanan akademik dan menyesuaikan diri dengan tuntutan perkuliahan cenderung lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas. Selain itu, Sirois dan Pychyl (2013) menjelaskan bahwa individu dengan kecerdasan emosional rendah lebih sering menggunakan prokrastinasi sebagai bentuk regulasi emosi yang maladaptif untuk menghindari emosi negatif, seperti takut gagal dan kecemasan akademik. Meskipun memberikan kenyamanan sementara, perilaku tersebut justru memperburuk kondisi akademik individu dalam jangka panjang.

Secara simultan, hubungan efikasi diri akademik dan kecerdasan emosional terhadap prokrastinasi akademik juga telah dibuktikan dalam beberapa penelitian. Hen dan Goroshit (2014) menemukan bahwa efikasi diri akademik dan kecerdasan emosional secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap rendahnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan akademiknya serta mampu mengelola emosi secara efektif cenderung lebih disiplin, memiliki kontrol diri yang baik, dan mampu menghadapi tekanan akademik tanpa melakukan penundaan tugas. Selain itu, Komarraju dan Nadler (2013) menjelaskan bahwa kombinasi antara rasa percaya diri akademik dan stabilitas emosional dapat membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan akademik secara lebih adaptif.

Berdasarkan uraian teoritis dan hasil penelitian terdahulu tersebut, dapat dipahami bahwa efikasi diri akademik dan kecerdasan emosional merupakan faktor

penting yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan akademiknya serta mampu mengelola emosi secara efektif cenderung lebih mampu mengatur proses belajar, menghadapi tekanan akademik, dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri akademik dan kecerdasan emosional dapat meningkatkan kecenderungan mahasiswa untuk melakukan penundaan akademik. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji hubungan efikasi diri akademik dan kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam upaya memahami serta mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei non-eksperimental. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan menguji hubungan antar variabel secara objektif melalui analisis statistik. Creswell (2018) menjelaskan bahwa penelitian survei digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik, sikap, atau hubungan antar variabel dalam suatu populasi melalui pengambilan data dari sampel penelitian. Selain itu, penelitian non-eksperimental menurut Kumar (2014) dilakukan tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel penelitian, melainkan mengamati fenomena sebagaimana terjadi secara alami. Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional, yaitu pengambilan data dilakukan pada satu waktu tertentu untuk menggambarkan kondisi subjek penelitian secara aktual (Babbie, 2020).

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas meliputi kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik, sedangkan variabel terikat adalah prokrastinasi akademik. Kecerdasan emosional didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri maupun orang lain. Efikasi diri akademik merupakan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tuntutan akademik, sedangkan prokrastinasi akademik diartikan sebagai kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik secara sengaja.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Agama Universitas Muslim Indonesia yang berjumlah 203 mahasiswa dari beberapa program studi, yaitu Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Bahasa Arab, Hukum Ekonomi Syariah, Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Hukum Keluarga Islam, dan Komunikasi Penyiaran Islam. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Berdasarkan tabel Krejcie dan Morgan (1970), jumlah sampel minimum yang dibutuhkan adalah 140 responden, namun dalam pelaksanaannya penelitian melibatkan 160 mahasiswa yang bersedia berpartisipasi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga instrumen penelitian berbentuk skala Likert. Prokrastinasi akademik diukur menggunakan Multidimensional Academic

Procrastination Scale (MAPS-15) yang dikembangkan oleh González-Brignardello dan Paniagua (2023), yang mencakup dimensi core procrastination, poor time management, dan work disconnection. Efikasi diri akademik diukur menggunakan Academic Self-Efficacy Scale (ASE) dari Sagone dan Caroli (2014), yang meliputi dimensi self-engagement, self-oriented decision-making, others-oriented problem-solving, dan interpersonal climate. Sementara itu, kecerdasan emosional diukur menggunakan Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS) yang dikembangkan oleh Law, Wong, dan Song (2004), yang terdiri atas dimensi self emotions appraisal, other emotions appraisal, use of emotion, dan regulation of emotion.

Sebelum digunakan dalam penelitian, seluruh instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya. Validitas isi dianalisis menggunakan Aiken's V melalui penilaian para ahli, sedangkan validitas konstruk diuji menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA). Reliabilitas alat ukur dianalisis menggunakan koefisien Omega ( $\omega$ ). Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala prokrastinasi akademik memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,823, skala efikasi diri akademik sebesar 0,956, dan skala kecerdasan emosional sebesar 0,907, sehingga seluruh instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis deskriptif, uji asumsi, dan uji regresi ganda. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian, sedangkan uji asumsi meliputi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas untuk memastikan data memenuhi syarat analisis regresi. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi ganda untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian dijabarkan dengan melihat hubungan antar variabel yang disajikan pada tabel berikut :

**Tabel 1. 1** Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Prokrastinasi Akademik

| Variabel                                                      | R <sup>2</sup> | Sig   | Ket                |
|---------------------------------------------------------------|----------------|-------|--------------------|
| Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Prokrastinasi Akademik | 0,018          | 0,092 | Tidak ada pengaruh |

Nilai signifikansi (Sig) untuk hubungan antara penundaan akademik dan kecerdasan emosional adalah 0,092, menurut hasil penelitian yang ditunjukkan pada Tabel 4.19. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan secara statistik antara penundaan akademik dan kecerdasan emosional pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam di Universitas Muslim Indonesia karena nilai ini lebih tinggi dari tingkat

signifikansi konvensional 0,05 ( $0,092 > 0,05$ ). Lebih lanjut, hanya 1,8% penundaan akademik yang dikendalikan oleh kecerdasan emosional, menurut nilai Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,018; sisanya dipengaruhi oleh faktor lain

**Tabel 1. 2** Efikasi Diri Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik

| Variabel                                                       | $R^2$ | Sig   | Ket                |
|----------------------------------------------------------------|-------|-------|--------------------|
| Pengaruh Efikasi Diri Akademik Terhadap Prokrastinasi Akademik | 0,017 | 0,105 | Tidak ada pengaruh |

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi (Sig) sebesar 0,105, yang lebih besar dari kriteria 0,05 ( $0,105 > 0,05$ ), seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4.20. Hasil ini menyiratkan bahwa efikasi diri akademik tidak memiliki dampak yang nyata terhadap prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Pendidikan Agama Islam di Universitas Muslim Indonesia. Nilai  $R^2$  sebesar 0,017 menunjukkan bahwa variabel efikasi diri akademik hanya dapat menjelaskan 1,7% variasi dalam prokrastinasi akademik. Dengan demikian, kepercayaan diri akademik mahasiswa dalam penelitian ini tidak memiliki dampak yang nyata terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

**Tabel 1. 3** Uji Regresi Linear Berganda

| Variabel                                                                                | $R^2$ | Sig   | Ket                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|--------------------|
| Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Prokrastinasi Akademik | 0,019 | 0,216 | Tidak ada pengaruh |

Hasil beberapa pengujian regresi linier yang dilakukan secara simultan ditunjukkan pada Tabel 4.19. Temuan ini menunjukkan bahwa penundaan akademik pada mahasiswa pendidikan agama Islam di Universitas Muslim Indonesia tidak secara signifikan dipengaruhi oleh efikasi diri akademik dan kecerdasan emosional secara bersamaan. Pengaruh total kedua variabel tersebut memiliki nilai R-square sebesar 0,019, atau 0,19%. Selain itu, hasil menunjukkan nilai Sig sebesar 0,216, yang diklasifikasikan sebagai "Tidak ada pengaruh," menunjukkan bahwa penundaan akademik tidak secara signifikan dipengaruhi oleh kecerdasan emosional atau efikasi diri akademik

## **Pembahasan**

### **A. Gambaran Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Prokrastinasi Akademik**

Kecerdasan emosional tidak secara signifikan mempengaruhi penundaan akademik di kalangan mahasiswa Pendidikan Agama Islam di Universitas Muslim Indonesia, menurut temuan analisis regresi linier langsung (Sig = 0,092;  $p > 0,05$ ).

Hanya 1,8% variasi penundaan akademik yang dapat dijelaskan oleh kecerdasan emosional, menurut nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,018. Hasil ini menunjukkan bahwa perilaku penundaan akademik mahasiswa tidak terutama dipengaruhi oleh kecerdasan emosional.

Hasil tersebut mengisyaratkan bahwa faktor lain kemungkinan lebih dominan dalam memengaruhi prokrastinasi akademik. Mahasiswa dalam lingkungan pendidikan keagamaan cenderung mengatur perilaku belajar berdasarkan nilai religius, motivasi intrinsik, dan norma komunitas akademik. Spiritualitas serta komitmen terhadap ajaran agama dapat mendorong mahasiswa menyelesaikan tugas sebagai tanggung jawab moral dan religius, sehingga pengaruh kecerdasan emosional terhadap prokrastinasi menjadi relatif kecil.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa kecerdasan emosional tidak memiliki hubungan signifikan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bidang medis. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual lebih berkaitan dengan perilaku akademik dibanding kecerdasan emosional (Mohammadi et al., 2025). Hal ini mengindikasikan bahwa faktor spiritual dapat menjadi variabel yang lebih relevan dalam menjelaskan penundaan tugas pada mahasiswa dalam lingkungan religius yang kuat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik, yang mengindikasikan bahwa kemampuan individu dalam mengenali dan mengelola emosi tidak secara langsung menentukan kecenderungan perilaku penundaan akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan prokrastinasi cenderung bersifat tidak langsung. Penelitian oleh Bo Zhang dkk. (2024) menemukan bahwa kecerdasan emosional tidak berpengaruh secara langsung terhadap prokrastinasi akademik, melainkan melalui variabel mediator seperti resiliensi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional lebih berfungsi sebagai faktor pendukung dalam mekanisme adaptasi psikologis, bukan sebagai determinan utama perilaku prokrastinasi.

Selain itu, penelitian lain Chattas & El-Ashry (2024) juga menegaskan bahwa prokrastinasi lebih erat kaitannya dengan kondisi emosional spesifik, seperti kecemasan akademik dan strategi regulasi emosi, dibandingkan dengan kemampuan emosional secara umum. Dengan demikian, kecerdasan emosional sebagai konstruk global tidak selalu memiliki kekuatan prediktif yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi. Oleh karena itu, tidak signifikkannya pengaruh kecerdasan emosional dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai refleksi dari kompleksitas hubungan antarvariabel psikologis, di mana pengaruh kecerdasan emosional terhadap prokrastinasi lebih mungkin terjadi secara tidak langsung melalui variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Lebih lanjut, Temuan tidak signifikkannya pengaruh kecerdasan emosional terhadap prokrastinasi akademik dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui perspektif teori regulasi emosi (*emotion regulation theory*) yang dikemukakan oleh

James J. Gross (1998). Teori ini menekankan bahwa yang secara langsung memengaruhi perilaku individu bukanlah kemampuan emosional secara umum, melainkan bagaimana individu mengelola dan merespons emosi dalam situasi tertentu. Dalam konteks prokrastinasi, perilaku menunda lebih berkaitan dengan kegagalan dalam menerapkan strategi regulasi emosi yang adaptif, seperti mengatasi kecemasan atau ketidaknyamanan terhadap tugas, dibandingkan dengan tingkat kecerdasan emosional itu sendiri. Dengan demikian, meskipun individu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, hal tersebut tidak serta-merta menjamin kemampuan untuk menghindari prokrastinasi apabila strategi regulasi emosi yang digunakan tidak efektif.

Selain itu, dalam kerangka *Social Cognitive Theory* yang dikembangkan oleh Albert Bandura (1997), perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Kecerdasan emosional sebagai salah satu faktor personal tidak bekerja secara terpisah, melainkan berinteraksi dengan faktor lain seperti kondisi lingkungan, tuntutan akademik, serta kebiasaan belajar. Oleh karena itu, tidak signifikannya pengaruh kecerdasan emosional dalam penelitian ini dapat mencerminkan bahwa faktor lingkungan atau situasional memiliki peran yang lebih dominan dalam memengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa. Dengan kata lain, kecerdasan emosional mungkin berperan dalam kondisi tertentu, namun tidak cukup kuat untuk menjadi prediktor utama tanpa dukungan faktor lain yang relevan.

### **B. Gambaran Pengaruh Efikasi Diri Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik**

Penundaan akademik di kalangan mahasiswa Pendidikan Agama Islam di Universitas Muslim Indonesia tidak dipengaruhi secara substansial oleh efikasi diri akademik, menurut temuan regresi linier sederhana ( $\text{Sig} = 0,105$ ;  $p > 0,05$ ). Hanya 1,7% variasi penundaan akademik yang dapat dijelaskan oleh efikasi diri akademik, menurut nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,017. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku menunda-nunda pada individu-individu ini tidak terutama dipengaruhi oleh efikasi diri akademik.

Temuan ini mengindikasikan adanya faktor lain yang lebih berperan dalam memengaruhi prokrastinasi akademik. Mahasiswa dalam lingkungan pendidikan keagamaan cenderung membentuk perilaku belajar berdasarkan nilai religius, motivasi intrinsik, serta norma sosial dalam komunitas akademik. Spiritualitas dan tanggung jawab moral dari ajaran agama dapat mendorong penyelesaian tugas sebagai bentuk pengamalan nilai keagamaan, sehingga pengaruh efikasi diri menjadi relatif kecil.

Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa efikasi diri tidak berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Pakistan (Ashraf et al., 2023). Studi tersebut menyoroti peran faktor lain seperti tekanan akademik, manajemen waktu, dan kondisi lingkungan belajar dalam memengaruhi penundaan tugas.

Selain itu, perbedaan temuan dapat dipengaruhi oleh karakteristik populasi serta konteks budaya atau religius. Efikasi diri akademik tidak selalu berpengaruh langsung, tetapi dapat dimediasi oleh perfeksionisme atau regulasi diri (Hen & Goroshit, 2014). Oleh karena itu, upaya mengurangi prokrastinasi pada mahasiswa program studi

keagamaan perlu mengintegrasikan nilai agama dalam strategi manajemen waktu, memperkuat dukungan komunitas belajar, serta menciptakan lingkungan akademik yang mendukung ketekunan. Selain itu, perbedaan temuan dapat dipengaruhi oleh karakteristik populasi serta konteks budaya atau religius. Efikasi diri akademik tidak selalu berpengaruh langsung, tetapi dapat dimediasi oleh perfeksionisme atau regulasi diri (Hen & Goroshit, 2014). Oleh karena itu, upaya mengurangi prokrastinasi pada mahasiswa program studi keagamaan perlu mengintegrasikan nilai agama dalam strategi manajemen waktu, memperkuat dukungan komunitas belajar, serta menciptakan lingkungan akademik yang mendukung ketekunan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri akademik tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik, yang mengindikasikan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas tidak secara langsung menentukan kecenderungan perilaku menunda. Temuan ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi bersifat tidak langsung dan bergantung pada variabel lain dalam model psikologis. Penelitian oleh Zhang et al. (2024) menemukan bahwa efikasi diri tidak berpengaruh secara langsung terhadap prokrastinasi, melainkan berfungsi sebagai variabel mediator dalam hubungan antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik.

Temuan ini menunjukkan bahwa efikasi diri lebih berperan sebagai mekanisme psikologis yang memperkuat proses adaptasi, bukan sebagai determinan utama perilaku prokrastinasi. Selain itu, penelitian Yuan et al. (2024) juga menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi tidak selalu konsisten, serta dipengaruhi oleh faktor lain seperti literasi digital dan kondisi pembelajaran mahasiswa. Hal ini menegaskan bahwa efikasi diri tidak bekerja secara independen, melainkan berinteraksi dengan faktor kontekstual dan kognitif lainnya dalam memengaruhi perilaku akademik. Dengan demikian, tidak signifikannya pengaruh efikasi diri akademik dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai refleksi dari kompleksitas hubungan antarvariabel psikologis, di mana efikasi diri bukan satu-satunya faktor yang menentukan munculnya prokrastinasi, melainkan bagian dari sistem yang lebih luas yang melibatkan regulasi diri, motivasi, dan kondisi lingkungan belajar.

Secara teoretis, temuan ini dapat dijelaskan melalui *Temporal Motivation Theory* yang dikembangkan oleh Piers Steel (2007), yang menyatakan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh interaksi antara ekspektasi (expectancy), nilai tugas (value), impulsivitas, dan waktu (delay). Dalam kerangka ini, efikasi diri hanya merepresentasikan aspek ekspektasi, sehingga tidak cukup kuat untuk menjelaskan perilaku prokrastinasi secara menyeluruh tanpa mempertimbangkan faktor lain seperti nilai tugas dan sensitivitas terhadap penundaan. Dengan demikian, tidak signifikannya pengaruh efikasi diri dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai indikasi bahwa perilaku prokrastinasi lebih dipengaruhi oleh kombinasi faktor motivasional yang kompleks dibandingkan oleh keyakinan diri semata.

### **C. Gambaran Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik.**

Hasil regresi linier berganda menunjukkan bahwa penundaan akademik di kalangan mahasiswa Pendidikan Agama Islam di Universitas Muslim Indonesia tidak secara signifikan dipengaruhi oleh kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik secara bersamaan ( $\text{Sig} = 0,216$ ;  $p > 0,05$ ). Kedua faktor tersebut hanya menjelaskan 1,9% variasi dalam penundaan akademik, menurut koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,019.

Hasil ini menunjukkan bahwa penundaan tidak terutama dipengaruhi oleh kedua variabel tersebut. Dalam lingkungan pendidikan agama, perilaku akademik siswa sering dipengaruhi oleh pengabdian spiritual, konvensi sosial, dan keyakinan agama mereka. Kecerdasan emosional dan efikasi diri memainkan peran yang relatif kecil karena tanggung jawab moral atas komitmen belajar memengaruhi bagaimana siswa mengatur waktu dan menyelesaikan tugas.

Hasil ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa model yang hanya mengandalkan faktor psikologis individual sering kali memiliki daya jelaskan yang rendah terhadap prokrastinasi apabila tidak mempertimbangkan variabel lain yang lebih kontekstual. Studi oleh Zhang et al. (2024) menemukan bahwa kontribusi variabel psikologis seperti efikasi diri menjadi tidak signifikan ketika tidak disertai faktor pendukung seperti dukungan sosial dan regulasi diri. Temuan serupa juga dilaporkan dalam penelitian lain yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh kombinasi faktor kognitif, emosional, dan lingkungan, sehingga model tunggal atau terbatas cenderung menghasilkan nilai koefisien determinasi yang rendah.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Guo dkk. (2019), yang menunjukkan bahwa pengaturan diri, mekanisme koping, atau keadaan psikologis sering bertindak sebagai mediator dalam hubungan antara kedua variabel ini dan penundaan. Nilai  $R^2$  yang rendah juga menyiratkan bahwa faktor-faktor lain, seperti stres akademik, manajemen waktu, tekanan dari lingkungan belajar, dan religiusitas, menyumbang sebagian besar variasi dalam penundaan. Diotaiuti dkk. (2021) menemukan bahwa penundaan dipengaruhi oleh lingkungan akademik dan pengaturan diri. Oleh karena itu, meningkatkan pengaturan diri, memasukkan prinsip-prinsip agama ke dalam pendidikan, dan menciptakan suasana belajar yang mendorong ketekunan siswa harus menjadi tujuan utama inisiatif pengurangan penundaan.

Secara teoretis, hasil ini dapat dijelaskan melalui *Social Cognitive Theory* yang dikemukakan oleh Albert Bandura (1997), yang menekankan bahwa perilaku individu merupakan hasil interaksi timbal balik antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku itu sendiri (*reciprocal determinism*). Dalam konteks ini, kecerdasan emosional dan efikasi diri sebagai faktor personal tidak bekerja secara terpisah, melainkan dipengaruhi oleh kondisi lingkungan akademik, tuntutan tugas, serta kebiasaan belajar mahasiswa. Selain itu, *Temporal Motivation Theory* yang dikembangkan oleh Piers Steel (2007) juga menjelaskan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh berbagai komponen motivasional

seperti ekspektasi, nilai tugas, impulsivitas, dan waktu. Oleh karena itu, keterbatasan kontribusi kedua variabel dalam penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik lebih dipengaruhi oleh interaksi faktor-faktor tersebut secara simultan, bukan oleh kecerdasan emosional dan efikasi diri secara terpisah. Dengan demikian, tidak signifikannya hasil penelitian ini dapat dipahami sebagai refleksi dari kompleksitas fenomena prokrastinasi akademik yang memerlukan pendekatan model yang lebih komprehensif dengan mempertimbangkan variabel mediator maupun moderator.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik, baik secara parsial maupun simultan, tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Hasil uji regresi menunjukkan nilai signifikansi di atas 0,05 serta nilai  $R^2$  yang sangat rendah, sehingga kedua variabel tersebut hanya mampu menjelaskan sebagian kecil variasi perilaku prokrastinasi akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dalam konteks pendidikan keagamaan tidak secara langsung ditentukan oleh kemampuan pengelolaan emosi maupun keyakinan terhadap kemampuan akademik, tetapi lebih dipengaruhi oleh faktor lain yang bersifat kontekstual dan eksternal.

Di sisi lain, penelitian ini menemukan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik, yang menandakan bahwa mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung memiliki keyakinan akademik yang lebih baik. Namun, keterkaitan yang kuat antara kedua konstruk tersebut tidak secara otomatis berkontribusi pada penurunan prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, upaya untuk mengurangi prokrastinasi pada mahasiswa program keagamaan sebaiknya tidak hanya berfokus pada peningkatan kecerdasan emosional dan efikasi diri akademik, tetapi juga mempertimbangkan faktor lain seperti nilai spiritual, motivasi intrinsik berbasis agama, manajemen waktu, serta dukungan lingkungan dan komunitas belajar agar intervensi yang dilakukan menjadi lebih efektif dan berkelanjutan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Absalyamova, L., Kriukova, M., Chorna, O., Bader, S., Anastasova, N., & Maksymchuk, B. (2024). Neuropsychological prevention of students' procrastination. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 15(1), 1-13.
- Ashraf, M. A., Sahar, N. E., Kamran, M., & Alam, J. (2023). Impact of self-efficacy and perfectionism on academic procrastination among university students in Pakistan. *Behavioral Sciences*, 13(7), 537.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2020). *Dasar-dasar Psikometrika edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Babbie, E. R. (2020). *The practice of social research (15th ed.)*. American: Cengage Learning.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88-103.
- Brooks, C. (2019). *Introductory econometrics for finance (4th ed.)*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Buana, A., Dharmayana, I. W., & Sholihah, A. (2022). Hubungan efikasi diri dan kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik siswa dalam pembelajaran daring pada pandemi Covid-19 di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 77-88.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Cambridge: Da Capo Press.
- Chang, Y. C., & Tsai, Y. T. (2022). The effect of university students' emotional intelligence, learning motivation and self-efficacy on their academic achievement—online English courses. *Frontiers in Psychology*, 13, 818929.
- Chemers, M. M., Hu, L. T., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55-64.
- Chow, H. P. (2011). Procrastination among undergraduate students: effects of emotional intelligence, school life, self-evaluation, and self-efficacy. *Alberta journal of educational research*, 57(2), 234-240.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education (8th ed.)*. London: Routledge.
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E., & Sturman, E. D. (2013). *Psychological testing and assessment: An introduction to tests and measurement (8th ed.)*. London: McGraw-Hill.
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.)*. Los Angeles: Sage Publications.
- De Vaus, D. (2014). *Surveys in social research (6th ed.)*. London: Routledge.
- Deniz, M. E., Traş, Z., & Aydoğan, D. (2009). An investigation of academic procrastination, locus of control, and emotional intelligence. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 9(2), 623-632.
- Deniz, M. E., Traş, Z., & Aydoğan, D. (2009). An investigation of academic procrastination, locus of control, and emotional intelligence. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 9(2), 623-632.

- Diotaiuti, P., Valente, G., Mancone, S., & Bellizzi, F. (2021). A mediating model of emotional balance and procrastination on academic performance. *Frontiers in Psychology*, 12, 665196.
- Domenech, B. D., Monteagudo, M. C. M., Rodríguez, J. R., & Sánchez, R. E. (2019). La autoeficacia académica y la inteligencia emocional como factores asociados al éxito académico de los estudiantes universitarios. *Gestión de las personas y tecnología*, 12(35), 46-60.
- Dunn, T. J., Baguley, T., & Brunsden, V. (2014). From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*, 105(3), 399-412.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Canada: Springer Science & Business Media.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics (5th ed.)*. Los Angeles: Sage Publications.
- Fowler, F. J. (2014). *Survey research methods (5th ed.)*. Los Angeles: Sage Publications.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2019). *How to design and evaluate research in education (10th ed.)*. London: McGraw-Hill Education.
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2), 486-489.
- Ghattas, A. H. S., & El-Ashry, A. M. (2024). Perceived academic anxiety and procrastination among emergency nursing students: The mediating role of cognitive emotion regulation. *BMC Nursing*, 23, 670. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02302-3>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2001). *An EI-based theory of performance*. In C. Cherniss & D. Goleman (Eds.), *The emotionally intelligent workplace* (pp. 27-44). San Francisco: Jossey-Bass.
- Goleman, D. (2005). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- González-Brignardello, M. P., & Sánchez-Elvira Paniagua, Á. (2023). Dimensional structure of MAPS-15: Validation of the multidimensional academic procrastination scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3201
- Greene, W. H. (2018). *Econometric Analysis (8th ed.)*. London: Pearson.
- Gregory, R. J. (2015). *Psychological testing: History, principles, and applications (7th ed.)*. London: Pearson Education.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>

- Groves, R. M., Fowler Jr, F. J., Couper, M. P., Lepkowski, J. M., Singer, E., & Tourangeau, R. (2009). *Survey methodology (2nd ed.)*. Canada: John Wiley & Sons.
- Gujarati, D. N., & Porter, D. C. (2009). *Basic Econometrics (5th ed.)*. Boston: McGraw-Hill Education.
- Guo, M., Yin, X., Wang, C., Nie, L., & Wang, G. (2019). Emotional intelligence a academic procrastination among junior college nursing students. *Journal of advanced nursing*, 75(11), 2710-2718.
- Hariputra, R. P., & Defit, S. (2022). Analisis sistem antrian dalam meningkatkan efektivitas pelayanan menggunakan metode accidental sampling. *Jurnal Sistim Informasi dan Teknologi*, 70-75.
- Hen, M., & Goroshit, M. (2014). Academic procrastination, emotional intelligence, academic self-efficacy, and GPA: A comparison between students with and without learning disabilities. *Journal of learning disabilities*, 47(2), 116-124.
- Johnson, R. B., & Crhistensen, L. (2014). *educational research quantitative, qualitative, and mixed approaches*. United States of America: SAGE Publications, Inc
- Kaplan, R. M., & Saccuzzo, D. P. (2017). *Psychological testing: Principles, applications, and issues (9th ed.)*. American: Cengage Learning.
- Keith, T. Z. (2019). *Multiple regression and beyond: An introduction to multiple regression and structural equation modeling (3rd ed.)*. England: Routledge.
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915-931.
- Kochetkova, T. N. (2024). The phenomenon of procrastination. *Вестник университета*, 213.
- Komarraju, M., & Nadler, D. (2013). Self-efficacy and academic achievement: Why do implicit beliefs, goals, and effort regulation matter? *Learning and Individual Differences*, 25, 67-72.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Kumar, R. (2014). *Research methodology: A step-by-step guide for beginners (4th ed.)*. London: Sage Publications.
- Law, K. S., Wong, C. S., & Song, L. J. (2004). The construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential utility for management studies. *Journal of Applied Psychology*, 89(3), 483-496.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474-495.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Gore Jr, P. A. (1997). Discriminant and predictive validity of academic self-concept, academic self-efficacy, and mathematics-specific self-efficacy. *Journal of Counseling Psychology*, 44(3), 307-315.
- Levy, P. S., & Lemeshow, S. (2013). *Sampling of populations: Methods and applications (4th ed.)*. Hoboken: John Wiley & Sons.

- Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R. D. (2004). *Emotional intelligence: Science and myth*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215.
- McDonald, R. P. (2013). *Test theory: A unified treatment*. English: Psychology press.
- McNeish, D. (2018). Thanks coefficient alpha, we'll take it from here. *Psychological Methods*, 23(3), 412-433.
- Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). "Facebocrastination"? Predictors of using facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Computers in Human Behavior*, 64, 65-76.
- Milgram, N. A., Mey-Tal, G., & Levison, Y. (1998). Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 297-316.
- Mohammadi, R., Karbin, F., Sarayvand, S., Najafi-Vasough, R., Jamasbi, M. M., & Beiranvand, F. (2025). Investigating the relationship between spiritual and emotional intelligence with academic procrastination in the students of the operating room of Hamadan University of Medical Sciences. *Journal of Education and Health Promotion*, 14(1), 81.
- Murphy, K. R., & Davidshofer, C. O. (2005). *Psychological testing: Principles and applications (6th ed.)*. Upper Saddle River: Pearson Education.
- Neuman, W. L. (2014). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches (7th ed.)*. UK: Pearson Education Limited.
- O'brien, R. M. (2007). A caution regarding rules of thumb for variance inflation factors. *Quality & quantity*, 41, 673-690.
- Pajares, F., & Miller, M. D. (1994). Role of self-efficacy and self-concept beliefs in mathematical problem solving: A path analysis. *Journal of Educational Psychology*, 86(2), 193-203.
- Pajares, F., & Schunk, D. H. (2001). *Self-beliefs and school success: Self-efficacy, self-concept, and school achievement*. In R. Riding & S. Rayner (Eds.), *Perception* (pp. 239-266). London: Ablex Publishing.
- Palmer, B., Walls, M., Burgess, Z., & Stough, C. (2001). Emotional intelligence and effective leadership. *Leadership & Organization Development Journal*, 22(1), 5-10.
- Parker, J. D., Summerfeldt, L. J., Hogan, M. J., & Majeski, S. A. (2004). Emotional intelligence and academic success: Examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 163-172.
- Pedhazur, E. J. (1997). *Multiple regression in behavioral research: Explanation and prediction (3rd ed.)*. New York: Harcourt Brace College Publishers.
- Peters, G. J. Y. (2014). The alpha and the omega of scale reliability and validity: Why and how to abandon Cronbach's alpha and the route towards more comprehensive assessment of scale quality. *European Health Psychologist*, 16(2), 786-794.

- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17(1), 39-57.
- Sagone, E., & Caroli, M. E. De. (2014). Locus of Control and Academic Self-efficacy in University Students: The Effects of Self-concepts. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 222-228.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2009). *Self-efficacy theory*. In K. R. Wenzel & A. Wigfield (Eds.), *Handbook of motivation at school* (pp. 35-53). New York: Routledge.
- Setyowati, A. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7(1), 67-77
- Shi, X. (2023). College students academic procrastination behavior and its impact on academic performance. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 12(1), 234-244.
- Singh, A. S., & Masuku, M. B. (2014). Sampling techniques & determination of sample size in applied statistics research: An overview. *International Journal of Economics, Commerce and Management*, 2(11), 1-22.
- Sirois, F., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115-127.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46.
- Streiner, D. L., Norman, G. R., & Cairney, J. (2015). *Health measurement scales: A practical guide to their development and use (5th ed.)*. New York: Oxford University Press.
- Suárez-Perdomo, A., Garcés-Delgado, Y., & Arvelo-Rosales, C. N. (2024). Academic procrastination and inappropriate use of social networks among university students. *Studies in Higher Education*, 1-13.
- Subashkevych, I. (2023). Study of the features of academic procrastination of youth students. *Socio-economic relations in the digital society*, 3(49), 86-96.

- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sun, G., & Lyu, B. (2022). Relationship between emotional intelligence and self-efficacy among college students: the mediating role of coping styles. *Discover Psychology*, 2(1), 42.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics (7th ed.)*. London: Pearson Education.
- Thapa, K., & Rimal, S. P. (2024). Academic procrastination among undergraduate students of a medical institution. *Journal of Chitwan Medical College*, 14(1), 60-63.
- Thompson, S. K. (2012). *Sampling (3rd ed.)*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Sources of self-efficacy in school: Critical review of the literature and future directions. *Review of Educational Research*, 78(4), 751-796.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179-187.
- Wong, C. S., & Law, K. S. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The Leadership Quarterly*, 13(3), 243-274.
- Yuan, X., Rehman, S., Altalbe, A., Rehman, E., & Shahiman, M. A. (2024). Digital literacy as a catalyst for academic confidence: Exploring the interplay between academic self-efficacy and academic procrastination among medical students. *BMC Medical Education*, 24, 1317. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06329->
- Zhang, B., et al. (2024). The relationship between social support and academic procrastination among college students: The mediating role of self-efficacy. *BMC Public Health*, 24, Article 19487. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19487-6>
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82-91.
- Zimmerman, B. J., & Cleary, T. J. (2006). *Adolescents' development of personal agency: The role of self-efficacy beliefs and self-regulatory skill*. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 45-69). Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- Zinbarg, R. E., Revelle, W., Yovel, I., & Li, W. (2005). Cronbach's  $\alpha$ , Revelle's  $\beta$ , and McDonald's  $\omega$ H: Their relations with each other and two alternative conceptualizations of reliability. *Psychometrika*, 70(1), 123-133.