

## KUNCI MANAJEMEN WAKTU Pengerjaan Tugas KELOMPOK DALAM ERA KOLABORASI: BENARKAH *SELF EFFICACY* DAN *SELF REGULATED* BERPENGARUH?

### *THE KEY TO TIME MANAGEMENT FOR GROUP ASSIGNMENTS IN THE ERA OF COLLABORATION: DO SELF EFFICACY AND SELF REGULATED WORK HAVE AN INFLUENCE?*

Nasriani Nasriani<sup>1</sup>, Nur Afiah<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan  
Dakwah, IAIN Parepare, Parepare, Indonesia

\*E-mail: [aninasriani177@gmail.com](mailto:aninasriani177@gmail.com)

#### Abstract

Time management in group assignments is a key factor in students' academic achievement. However, many students still face challenges in managing their time optimally, which affects team performance quality. This study aims to analyze the influence of self efficacy and self-regulation on students' time management in the context of group assignments. A quantitative research method was employed using a multiple linear regression analysis design. The study sample consisted of 150 active students from IAIN Parepare, selected through a cluster random sampling technique. Data were collected through questionnaires measuring self-efficacy, self-regulation, and time management scales. The results indicate that self-regulation has a significant impact on students' time management, whereas self efficacy does not show a significant effect. These findings suggest that students with strong self-regulation skills are better able to plan, prioritize tasks, and complete assignments on time compared to those who rely solely on self-efficacy. The implications of this study highlight the importance of self-regulation training in academic settings to enhance the effectiveness of group assignments. Therefore, educational institutions are encouraged to develop learning strategies that focus on strengthening self-regulation to support students' academic success.

**Keywords:** *Students; Time Management; Group Assignments; Self-Regulation; Self-Efficacy.*

#### Abstrak

Manajemen waktu dalam pengerjaan tugas kelompok merupakan faktor kunci dalam pencapaian akademik mahasiswa. Namun, masih banyak mahasiswa

yang mengalami kendala dalam mengelola waktu secara optimal, yang berpengaruh terhadap kualitas kerja tim. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self efficacy* dan regulasi diri terhadap manajemen waktu mahasiswa dalam konteks tugas kelompok. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analisis regresi linear berganda. Sampel penelitian terdiri dari 150 mahasiswa aktif IAIN Parepare yang dipilih dengan teknik cluster random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mencakup skala *self-efficacy*, regulasi diri, dan manajemen waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap manajemen waktu mahasiswa, sedangkan *self efficacy* tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan regulasi diri yang baik lebih mampu merencanakan, mengatur prioritas, dan menyelesaikan tugas tepat waktu dibandingkan mahasiswa yang hanya mengandalkan *self-efficacy*. Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya pelatihan regulasi diri dalam lingkungan akademik untuk meningkatkan efektivitas pengerjaan tugas kelompok. Oleh karena itu, institusi pendidikan diharapkan dapat mengembangkan strategi pembelajaran yang berfokus pada penguatan regulasi diri guna mendukung keberhasilan akademik mahasiswa.

**Kata Kunci:** Mahasiswa; Manajemen Waktu; Pengerjaan Tugas Kelompok; Regulasi Diri; Self-Efficacy

## Pendahuluan

Manajemen waktu yang efektif merupakan salah satu faktor kunci dalam keberhasilan pengerjaan tugas kelompok di lingkungan akademik Adams & Blair, (2019). Namun, banyak mahasiswa menghadapi kendala dalam mengatur waktu dengan baik, yang menyebabkan tugas tidak selesai tepat waktu Wang & Syafiq, (2023). Tingginya tingkat prokrastinasi, kurangnya perencanaan yang matang, serta kesulitan dalam menetapkan skala prioritas sering kali menjadi penyebab utama keterlambatan Hensley et al., (2018). Selain itu, ketidakseimbangan dalam pembagian tugas antaranggota kelompok juga memperburuk situasi, di mana sebagian mahasiswa harus menanggung beban kerja lebih besar dibandingkan yang lain Wolters & Brady, (2020). Jika masalah ini terus berlanjut, tidak hanya kualitas tugas yang menurun, tetapi juga efektivitas kerja sama dalam kelompok akademik Saputri et al., (2024) .

Efektivitas pengerjaan tugas kelompok dalam lingkungan akademik merupakan indikator penting dalam pengembangan keterampilan kolaboratif

mahasiswa Wu et al., (2018) & Samsuddin, (2024). Namun, banyak mahasiswa menghadapi tantangan dalam mengelola waktu secara efektif saat mengerjakan tugas kelompok. Sebuah penelitian oleh Al-Abyadh & Azeem, (2022) menunjukkan bahwa *self efficacy* dan regulasi diri memainkan peran penting dalam keberhasilan akademik mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengatur waktu dan menyelesaikan tugas dengan baik. Sebaliknya, mereka yang memiliki regulasi diri rendah lebih rentan mengalami penundaan akademik Klimova et al., (2022). Selain itu, penelitian oleh Bai & Gu, (2022) mengungkapkan bahwa dukungan otonomi dalam pembelajaran juga berkontribusi terhadap peningkatan regulasi diri mahasiswa. Oleh karena itu, pemahaman tentang faktor psikologis ini menjadi krusial dalam meningkatkan efektivitas kerja kelompok mahasiswa Harahap, (2023).

Sejauh ini, penelitian mengenai hubungan antara self-efficacy, regulasi diri, dan manajemen waktu telah banyak dilakukan D. et al., (2024). Al-Abyadh & Azeem, (2022) menemukan bahwa mahasiswa dengan keterampilan manajemen diri yang baik menunjukkan pencapaian akademik yang lebih tinggi. Namun, Selain itu, penelitian oleh Zhou et al., (2022) menyoroti pentingnya dukungan eksternal dalam meningkatkan efikasi diri mahasiswa, yang masih jarang diteliti dalam konteks kerja kelompok akademik Blume et al., (2022). Belum banyak penelitian yang secara spesifik membahas fenomena ini di lingkungan perguruan tinggi berbasis Islam seperti IAIN Parepare. Oleh karena itu, diperlukan eksplorasi lebih lanjut mengenai peran self-efficacy dan regulasi diri dalam meningkatkan efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam tugas kelompok. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk menggali lebih dalam bagaimana *self efficacy* dan regulasi diri dapat berkontribusi terhadap efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam konteks tugas kelompok Gustina et al., (2024).

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan yang ada dengan mengeksplorasi pengaruh *self efficacy* dan regulasi diri terhadap manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok mahasiswa IAIN Parepare Ragusa et al., (2023). Secara khusus, penelitian ini akan menganalisis apakah regulasi diri memiliki peran yang lebih besar dibandingkan *self efficacy* dalam meningkatkan efektivitas manajemen

waktu mahasiswa Lourenço & Paiva, (2024). Studi oleh Klimova et al., (2022) telah menunjukkan bahwa pengelolaan waktu yang buruk dapat menyebabkan stres akademik, yang memperburuk efektivitas pembelajaran Wijaya, (2024) . Oleh karena itu, memahami peran regulasi diri dalam mengatasi tantangan ini sangat penting untuk meningkatkan kualitas akademik mahasiswa Li et al., (2018) .

Berdasarkan tinjauan literatur dan masalah yang diidentifikasi, penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang lebih signifikan terhadap manajemen waktu dibandingkan *self-efficacy*. Dengan kata lain, mahasiswa yang mampu mengatur dirinya sendiri dalam menentukan prioritas, mengelola emosi, dan tetap disiplin dalam menyelesaikan tugas akan lebih efektif dalam memanfaatkan waktu mereka Setiawan et al., (2024). Penelitian oleh Han et al., (2023) juga menegaskan bahwa mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang tinggi lebih siap menghadapi tekanan akademik dibandingkan mereka yang hanya bergantung pada *self-efficacy*. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif Guindulan, (2024). Selain itu, juga memberikan rekomendasi bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan keterampilan regulasi diri guna mendukung keberhasilan akademik mahasiswa.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksplanatori Ruan, (2024). Metode kuantitatif dipilih untuk mengukur hubungan simultan antara *self-efficacy*, regulasi diri, dan manajemen waktu dalam pengerjaan tugas kelompok. Teknik yang digunakan adalah regresi linear berganda, yang memungkinkan analisis terhadap variabel independen (*self efficacy* dan regulasi diri) dan variabel dependen (manajemen waktu) Ye et al., (2024). Desain penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor mana yang lebih dominan dalam mempengaruhi manajemen waktu mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga melakukan uji asumsi klasik untuk memastikan model regresi memenuhi syarat validitas dan reliabilitas La Rubia José Moral & La O Adrián Valle, (2022). Dengan pendekatan ini, penelitian dapat memberikan pemahaman berbasis data

tentang bagaimana *self efficacy* dan regulasi diri berkontribusi dalam meningkatkan efektivitas pengerjaan tugas kelompok mahasiswa.

Data dalam penelitian ini diperoleh dari responden, yaitu mahasiswa aktif IAIN Parepare. Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif Pemilihan 150 sampel didasarkan pada perhitungan rumus Slovin dengan margin of error 8%, yang menghasilkan 153 sampel dan dibulatkan menjadi 150 untuk efisiensi. Teknik cluster random sampling digunakan karena populasi tersebar dalam 27 program studi di 4 fakultas, sehingga setiap klaster memiliki peluang yang sama untuk terpilih. Untuk memastikan sampel proporsional, digunakan pendekatan proporsi stratifikasi, di mana jumlah sampel di setiap fakultas dihitung berdasarkan proporsi jumlah mahasiswa terhadap total populasi (7.000 mahasiswa). Dengan metode ini, distribusi sampel tetap representatif dan mencerminkan kondisi populasi secara adil, sehingga hasil penelitian lebih akurat dan dapat digeneralisasikan dengan baik. Data dikumpulkan melalui kuesioner berbasis skala yang dibuat oleh peneliti dengan melakukan uji validitas dari skala lalu uji realibilitas untuk mengukur skala reliable atau tidak digunakan dalam penelitian, dan hasil uji reliabilities nilai cronbach's Alpha .825 hasilnya reliabel, sehingga skala yang digunakan mencakup skala *self-efficacy*, regulasi diri, dan manajemen waktu dalam pengerjaan tugas kelompok. Selain itu, data sekunder juga digunakan untuk memperkuat analisis, termasuk literatur akademik yang membahas topik serupa, serta kebijakan akademik terkait manajemen tugas kelompok di perguruan tinggi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode survei dengan instrumen berupa kuesioner. Kuesioner ini terdiri dari 40 butir pernyataan yang mengukur tingkat self-efficacy, regulasi diri, dan efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam pengerjaan tugas kelompok. Kuesioner didistribusikan secara daring dan luring untuk menjangkau lebih banyak responden. Sebelum distribusi, dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap instrumen penelitian guna memastikan keakuratan data yang dikumpulkan.

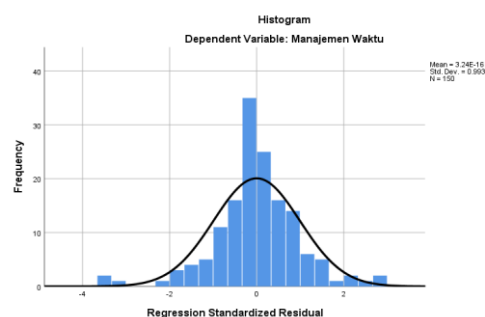
Analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan utama (Kutova & Sahaidak-Nikitiuk, (2023). Pertama, uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal, menggunakan analisis histogram dan grafik P-P

Plot. Kedua, uji multikolinearitas diterapkan untuk mengevaluasi korelasi antara variabel independen dengan melihat nilai Variance Inflation Factor (VIF) dan Tolerance Value. Jika  $VIF < 10$  dan Tolerance Value  $> 0.1$ , maka tidak terjadi multikolinearitas dalam model. Ketiga, uji heteroskedastisitas dilakukan dengan menggunakan scatterplot untuk memastikan tidak adanya pola tertentu yang menunjukkan ketidakwajaran dalam varians residual. Selanjutnya, analisis regresi linear berganda diterapkan untuk mengukur pengaruh simultan *self efficacy* dan regulasi diri terhadap manajemen waktu dalam pengerjaan tugas kelompok. Uji hipotesis dilakukan dengan melihat nilai signifikansi (p-value) pada taraf signifikansi 0.05. Dengan metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan temuan empiris yang akurat dan bermanfaat bagi pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif bagi mahasiswa.

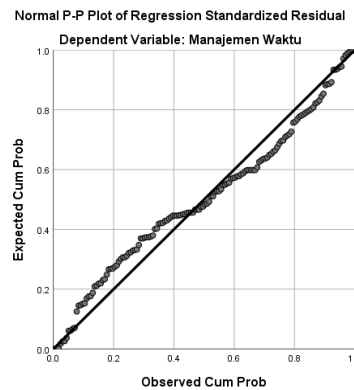
## Hasil dan Pembahasan

### Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data, penelitian ini melibatkan 150 mahasiswa aktif IAIN Parepare sebagai responden. Dari jumlah tersebut, sebanyak 30,5% adalah laki-laki dan 69,5% adalah perempuan. Rentang usia responden berkisar antara 18 hingga 21 tahun. Responden berasal dari berbagai program studi yang mencakup 27 bidang keilmuan, termasuk Tadris Matematika, Tadris IPA, Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Pendidikan Agama Islam, Manajemen Pendidikan Islam, serta program studi lainnya dalam lingkup keislaman dan sosial-humaniora.



**Gambar 1.** Uji Normalitas



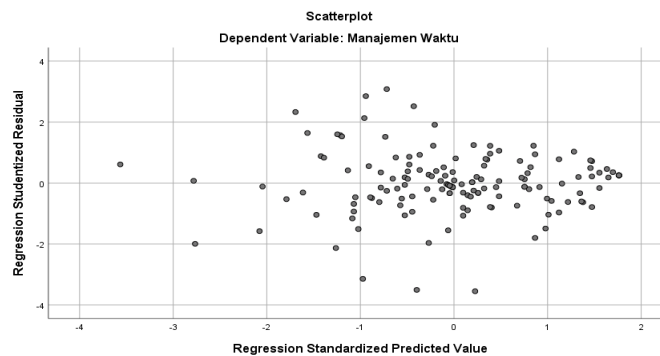
**Gambar 2.** Diagram P-P Plot

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Hasil pengujian pada Gambar 1 dan Gambar 2 menunjukkan bahwa distribusi data dalam histogram dan diagram P-P Plot memiliki pola yang mendekati distribusi normal. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data memenuhi asumsi normalitas.

**Tabel 1.** Uji Multikolinearitas

|       |               | Unstandar<br>dized | Coefficients | Standardized<br>Coefficients | Collinearity |      |           | Statistics |
|-------|---------------|--------------------|--------------|------------------------------|--------------|------|-----------|------------|
| Model |               | B                  | Std. Error   | Beta                         | t            | Sig. | Tolerance | VIF        |
| 1     | (Constant)    | 5.218              | 1.916        |                              | 2.723        | .007 |           |            |
|       | Self Efficacy | .103               | .063         | .109                         | 1.637        | .104 | .430      | 2.324      |
|       | Regulasi Diri | .825               | .072         | .764                         | 11.493       | .000 | .430      | 2.324      |

Hasil uji multikolinearitas ditunjukkan dalam Tabel 4 di mana nilai Variance Inflation Factor (VIF) untuk variabel *self efficacy* dan regulasi diri adalah 2,324 ( $< 10$ ) dan nilai tolerance sebesar 0,430 ( $> 0,1$ ). Berdasarkan kriteria tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas dalam model regresi, sehingga hasil analisis regresi lebih stabil dan dapat diinterpretasikan dengan lebih akurat.



**Gambar 3.** Uji Heteroskedastisitas

Hasil uji heteroskedastisitas yang divisualisasikan pada Gambar 2 menunjukkan bahwa titik-titik dalam scatterplot tersebar secara acak tanpa pola tertentu. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi, sehingga model regresi dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut.

**Tabel 2.** Uji Koefisien Determinasi

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | .849 <sup>a</sup> | .721     | .717              | 4.040                      |

Berdasarkan hasil analisis regresi pada tabel 5 diperoleh nilai Adjusted R Square = 0,717, yang berarti bahwa 71,7% variasi dalam manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok dapat dijelaskan oleh variabel *self efficacy* dan regulasi diri, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Tabel 3.** Uji F

| 1 | Model      | Sum of Squares | df  | Mean Square | F       | Sig.              |
|---|------------|----------------|-----|-------------|---------|-------------------|
|   | Regression | 6187.638       | 2   | 3093.819    | 189.582 | .000 <sup>b</sup> |
|   | Residual   | 2398.922       | 147 | 16.319      |         |                   |
|   | Total      | 8586.560       | 149 |             |         |                   |

Hasil uji F pada Tabel 3 menunjukkan bahwa model regresi signifikan ( $F = 189,582$ ,  $p < 0,05$ ), yang berarti bahwa secara simultan *self efficacy* dan regulasi diri

memiliki pengaruh signifikan terhadap manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok pada mahasiswa IAIN Parepare.

**Tabel 4.** Uji T

|   |                              | Unstandardized | Coefficients | Standardized |        |      |
|---|------------------------------|----------------|--------------|--------------|--------|------|
|   |                              | B              | Std. Error   | Beta         | t      | Sig. |
| 1 | (Constant)                   | 5.218          | 1.916        |              | 2.723  | .007 |
|   | <i>Self Efficacy</i><br>(X1) | .103           | .063         | .109         | 1.637  | .104 |
|   | Regulasi<br>Diri (X2)        | .825           | .072         | .764         | 11.493 | .000 |

Hasil uji T pada Tabel 4 menunjukkan bahwa *self efficacy* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok ( $p = 0,104 > 0,05$ ), sedangkan regulasi diri memiliki pengaruh signifikan ( $p = 0,000 < 0,05$ ). Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* tidak memiliki pengaruh signifikan, sementara regulasi diri memiliki pengaruh signifikan terhadap manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok.

Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh persamaan regresi berupa  $Y = 5,218 + 0,103 X_1 + 0,825 X_2$  dengan keterangan: Y = Manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok; X1 = Self-Efficacy; dan X2 = Regulasi Diri. Adapun interpretasi persamaan regresi sebagai berikut.

- Nilai konstanta sebesar 5.218 menunjukkan bahwa jika *self efficacy* dan regulasi diri bernilai nol, maka nilai manajemen waktu pengerjaan tugas kelompok adalah 5.218.
- Nilai koefisien regresi *self efficacy* (0.103) menunjukkan bahwa peningkatan satu unit dalam *self efficacy* akan meningkatkan manajemen waktu sebesar 0.103, namun tidak signifikan.
- Nilai koefisien regresi regulasi diri (0.825) menunjukkan bahwa peningkatan satu unit dalam regulasi diri akan meningkatkan manajemen waktu sebesar 0.825, yang secara statistik signifikan.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh signifikan terhadap manajemen waktu dalam pengerjaan tugas kelompok mahasiswa IAIN Parepare, sedangkan *self-efficacy* tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Temuan ini menguatkan teori regulasi diri yang menyatakan bahwa individu yang mampu mengontrol perilaku, mengatur prioritas, dan mengelola distraksi akan lebih efektif dalam mengelola waktu Zimmerman, (2002). Dalam konteks akademik, regulasi diri mencakup aspek perencanaan, pemantauan, dan evaluasi diri, yang berkontribusi pada efektivitas penyelesaian tugas. Sementara itu, meskipun *self-efficacy* penting dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, keyakinan terhadap kemampuan diri tidak cukup untuk memastikan pengelolaan waktu yang optimal jika tidak disertai dengan strategi regulasi diri yang baik.

Teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura, (2020) menyatakan bahwa individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi akan lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas. Namun, dalam penelitian ini, *self-efficacy* tidak berkontribusi secara signifikan terhadap manajemen waktu. Hal ini dapat dijelaskan dengan adanya faktor lain seperti disiplin diri dan kemampuan mengelola distraksi, yang lebih dominan dalam menentukan efektivitas penggunaan waktu. Dengan kata lain, mahasiswa yang hanya memiliki kepercayaan diri tinggi tetapi tidak memiliki regulasi diri yang baik tetap berisiko mengalami kesulitan dalam mengatur waktu pengerjaan tugas kelompok. Oleh karena itu, penguatan keterampilan regulasi diri menjadi lebih penting dibandingkan hanya meningkatkan *self-efficacy* dalam konteks kerja kelompok akademik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa regulasi diri merupakan faktor utama dalam efektivitas akademik mahasiswa Ragusa et al., (2023) ; Malmberg et al., 2022; Saqr & López-Pernas, (2024). Akan tetapi, ada perbedaan dengan beberapa penelitian lain yang menyatakan bahwa *self-efficacy* juga memiliki dampak signifikan terhadap pencapaian akademik Honicke & Broadbent, (2016) & Shao et al., (2023). Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh konteks penelitian yang berbeda Lam & Sato, (2025). Lingkungan akademik mahasiswa IAIN Parepare mungkin lebih

menekankan pada kedisiplinan dan regulasi diri dalam menyelesaikan tugas dibandingkan dengan keyakinan diri semata Meng & Zhang, (2023) & Younis, (2024). Selain itu, regulasi diri yang tinggi memungkinkan mahasiswa tetap produktif meskipun menghadapi tekanan akademik, sedangkan mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi tetapi regulasi diri rendah lebih rentan mengalami penundaan tugas Martin et al., (2024) & Azari et al., (2024). Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pemahaman bahwa dalam kerja kelompok, keterampilan regulasi diri lebih menentukan efektivitas dibandingkan sekadar memiliki rasa yakin dan percaya diri terhadap kemampuan akademik Feraco et al., (2025).

## Simpulan

Penelitian ini menegaskan bahwa regulasi diri memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan *self efficacy* dalam mempengaruhi efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam pengerjaan tugas kelompok. Penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan kajian tentang faktor psikologis dalam efektivitas kerja kelompok mahasiswa, khususnya dalam konteks pendidikan tinggi berbasis Islam. Temuan ini juga dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi pendidikan yang lebih terstruktur, seperti pelatihan regulasi diri dan strategi pengelolaan waktu bagi mahasiswa.

Meskipun penelitian ini bernilai dan memberikan wawasan yang berharga, terdapat beberapa keterbatasan. Pertama, fokus pada mahasiswa IAIN Parepare sehingga membatasi generalisasi institut lain. Kedua, pendekatan kuantitatif kurang menggali faktor kontekstual atau pengalaman subjektif mahasiswa dalam mengelola waktu, yang dapat memberikan wawasan lebih mendalam jika dikombinasikan dengan metode kualitatif. Ketiga, faktor eksternal seperti dukungan sosial dan kebijakan institusional tidak dipertimbangkan yang mungkin juga berkontribusi terhadap efektivitas manajemen waktu. Oleh karena itu, penelitian lanjutan yang lebih komprehensif dengan pendekatan campuran dan cakupan yang lebih luas dapat dilakukan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam tugas kelompok.

## Daftar Pustaka

- Adams, R., & Blair, E. (2019). Impact of Time Management Behaviors on Undergraduate Engineering Students' Performance. *SAGE Open*, 9. <https://doi.org/10.1177/2158244018824506>
- Al-Abyadh, M. H. A., & Azeem, H. A. H. A. (2022). Academic Achievement: Influences of University Students' Self-Management and Perceived Self-Efficacy. *Journal of Intelligence*, 10. <https://doi.org/10.3390/jintelligence10030055>
- Azari, J. S., Livarjani, S., & Azmoodeh, M. (2024). Comparing the Effectiveness of Study Methods and Time Management Training on Academic Self-Regulation Among Male and Female Students. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*. <https://doi.org/10.61838/kman.jarac.6.2.12>
- Bai, X., & Gu, X. (2022). Effect of teacher autonomy support on the online self-regulated learning of students during COVID-19 in China: The chain mediating effect of parental autonomy support and students' self-efficacy. *Journal of Computer Assisted Learning*, 38, 1173–1184. <https://doi.org/10.1111/jcal.12676>
- Bandura, A. (2020). Self-efficacy. *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1994, 387–391. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch243>
- Blume, F., Irmer, A., Dirk, J., & Schmiedek, F. (2022). Day-to-Day Variation in Students' Academic Success: The role of self-regulation, working memory, and achievement goals. *Developmental Science*. <https://doi.org/10.1111/desc.13301>
- D., I. J., Samantha, A., D., A. E., B., C. K., L., D. S. J., M. Queendell Jilian, G., A. Ruby Jane, M., C., M. C., A., M. R., B., O. J., P. Ellicene Jane, S., S. Abigail, S., P., T. J. M., Clamares, K. J., & Pelandas, A. M. (2024). The Influence of Self-Efficacy and Motivation to Learn to the Self-Regulation of Senior High School Students. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*. <https://doi.org/10.47772/ijriss.2024.804269>
- Feraco, T., Pellegrino, G., Casali, N., Carretti, B., & Meneghetti, C. (2025). Social, emotional, and behavioral skills in students with or without specific learning disabilities. *Learning and Individual Differences*. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2024.102581>
- Guindulan, G. (2024). The Influence of Collaborative Professional Development to the Self-Efficacy of Teachers. *International Journal of Innovative Science and Research Technology (IJISRT)*. <https://doi.org/10.38124/ijisrt/ijisrt24aug543>
- Gustina, I., Atmowardoyo, H., & Korompot, C. (2024). An Analysis of Students'

- Speaking Self-Efficacy in Collaborative Learning. *Celebes Journal of Language Studies*. <https://doi.org/10.51629/cjls.v4i2.196>
- Han, J., DiGiacomo, D., & Usher, E. (2023). College students' self-regulation in asynchronous online courses during COVID-19. *Studies in Higher Education*, 48, 1440–1454. <https://doi.org/10.1080/03075079.2023.2201608>
- Harahap, D. P. (2023). Meningkatkan Self Regulated Learning pada Siswa Melalui Strategi Belajar Berdasar Regulasi Diri. *Journal on Education*, 5(3), 7056–7068. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i3.1494>
- Hensley, L., Wolters, C., Won, S., & Brady, A. (2018). Academic Probation, Time Management, and Time Use in a College Success Course. *Journal of College Reading and Learning*, 48, 105–123. <https://doi.org/10.1080/10790195.2017.1411214>
- Honicke, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/J.EDUREV.2015.11.002>
- Klimova, B., Zamborova, K., Cierniak-Emerych, A., & Dziuba, S. (2022). University Students and Their Ability to Perform Self-Regulated Online Learning Under the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.781715>
- Kutova, O., & Sahaidak-Nikitiuk, R. (2023). A methodical approach to the multi-criteria selection in the pharmaceutical technological research with quantitative factors. *News of Pharmacy*. <https://doi.org/10.24959/nphj.23.105>
- La Rubia José Moral, D., & La O Adrián Valle, D. (2022). Quantile regression, a little-known analysis option in psychological research. *International Journal of Psychology and Counselling*. <https://doi.org/10.5897/ijpc2022.0686>
- Lam, C. D., & Sato, M. (2025). Exploring self-regulated learning behaviours of young second language learners during group work. *International Review of Applied Linguistics in Language Teaching*. <https://doi.org/10.1515/iral-2024-0226>
- Li, J., Ye, H., Tang, Y., Zhou, Z., & Hu, X. (2018). What Are the Effects of Self-Regulation Phases and Strategies for Chinese Students? A Meta-Analysis of Two Decades Research of the Association Between Self-Regulation and Academic Performance. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02434>
- Lourenço, A. A., & Paiva, M. O. (2024). Self-Regulation in Academic Success: Exploring the Impact of Volitional Control Strategies, Time Management

- Planning, and Procrastination. *International Journal of Changes in Education*. <https://doi.org/10.47852/bonviewijce42022392>
- Martin, A., Wright, A., Phillips, D., Castle, S., & Johnson, A. (2024). Exploring the Features of the Self-Regulatory Environment in Kindergarten Classrooms. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 93. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2024.101659>
- Meng, Q., & Zhang, Q. (2023). The Influence of Academic Self-Efficacy on University Students' Academic Performance: The Mediating Effect of Academic Engagement. *Sustainability*. <https://doi.org/10.3390/su15075767>
- Ragusa, A., González-Bernal, J., Trigueros, R., Caggiano, V., Navarro, N., Mínguez-Mínguez, L., Obregón, A., & Fernández-Ortega, C. (2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1073529>
- Ruan, Y. (2024). Exploring Multiple Regression Models: Key Concepts and Applications. *Science and Technology of Engineering, Chemistry and Environmental Protection*. <https://doi.org/10.61173/yjpt3s59>
- Samsuddin, Y. B. (2024). *EFEKTIVITAS MODEL PJBL TERHADAP KETERAMPILAN kompleksitas dunia modern . Menurut ( Bazelais & Doleck , 2018 ) keterampilan ini sangat abad ke-21 . Negara-negara seperti Finlandia dan Singapura berhasil menerapkan model sejak dini ( Larmer , 2017 ). Model . 5(6), 7546–7557.*
- Saputri, M., Yarni, L., Putra, D. P., & Syawaluddin. (2024). Students Academic Procrastination: The Effects of Time Management. *BICC Proceedings*. <https://doi.org/10.30983/bicc.v1i1.109>
- Setiawan, A., Antika, E., & Hariyadi, S. (2024). Group Counseling with Self-Management Techniques to Improve Students' Time Management. *Qomaruna*. <https://doi.org/10.62048/qjms.v2i1.66>
- Wang, T., & Syafiq, M. (2023). Empowering University Students: The Impact of a Time Management Workshop on Academic Self-Efficacy. *KMAN Counseling and Psychology Nexus*. <https://doi.org/10.61838/kman.psychnexus.1.2.18>
- Wijaya, A. D. (2024). Dampak Rendahnya Self Efficacy Pada Mahasiswa Tingkat Akhir : Sebuah Studi Literatur. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(September), 115–126.
- Wolters, C., & Brady, A. (2020). College Students' Time Management: a Self-Regulated Learning Perspective. *Educational Psychology Review*, 33, 1319–

1351. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09519-z>
- Wu, D., Liang, S., & Yu, W. (2018). Collaborative information searching as learning in academic group work. *Aslib J. Inf. Manag.*, 70, 2–27. <https://doi.org/10.1108/AJIM-03-2017-0063>
- Ye, J., Fang, X., Huang, Y., & Xiao, D. (2024). Quantitative Research on New Energy Vehicle Development Based on Multiple Linear Regression. *Highlights in Business, Economics and Management*. <https://doi.org/10.54097/5g5f5983>
- Younis, B. K. (2024). Examining Students' Self-Regulation Skills, Confidence to Learn Online, and Perception of Satisfaction and Usefulness of Online Classes in Three Suggested Online Learning Environments that Integrates ChatGPT. *Online Learning*. <https://doi.org/10.24059/olj.v28i2.4397>
- Zhou, J., Wang, S., & Wang, J. (2022). Investigating high schoolers' L2 writing anxiety, L2 writing self-efficacy, L2 writing self-regulated strategies, and L2 writing engagement: Relationships and mediator. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1012407>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70. [https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102\\_2](https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2)

