



Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>
 Volume 8 Nomor 2, 2025
 P-2655-710X e-ISSN 2655-6022

Submitted : 29/04/2025
 Reviewed : 08/05/2025
 Accepted : 10/05/2025
 Published : 20/05/2025

Diana Zahra¹
 Aurelia Christabel
 Simanjuntak²
 Dina Mariana Girsang³
 Nadia Khansa Nuraini⁴
 Andi Taufiq Umar⁵

PENGARUH MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA PRODI PENDIDIKAN ADMINISTRASI PERKANTORAN.

Abstrak

Mahasiswa sering menghadapi tantangan dalam membagi waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik, sehingga keterampilan manajemen waktu menjadi kunci keberhasilan studi. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pola manajemen waktu mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran serta kaitannya dengan prestasi akademik. Dengan metode survei kuantitatif melalui kuesioner Likert kepada 40 mahasiswa, hasil menunjukkan mayoritas mahasiswa cukup terampil dalam mengatur jadwal belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan memanfaatkan alat bantu seperti daftar tugas. Temuan ini menegaskan pentingnya pengembangan keterampilan manajemen waktu dalam menunjang pencapaian akademik yang optimal.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Prestasi Akademik, Pendidikan Administrasi Perkantoran

Abstract

Students often face challenges in balancing academic and non-academic activities, making time management skills crucial for academic success. This study aims to describe the time management patterns of students in the Office Administration Education Study Program and their relation to academic achievement. Using a quantitative survey method with a Likert-scale questionnaire distributed to 40 students, the results show that most students are fairly skilled in scheduling study time, completing assignments on time, and utilizing tools such as to-do lists. These findings emphasize the importance of developing time management skills to support optimal academic performance.

Keywords: Time Management, Academic Achievement, Office Administration Education

PENDAHULUAN

Dunia mahasiswa dikenal sebagai dunia yang dinamis, penuh dengan aktivitas yang beragam dan seringkali menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi. Dalam lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tanggung jawab, mulai dari kegiatan akademik seperti kuliah, tugas, dan ujian, hingga aktivitas non-akademik seperti organisasi, kepanitiaan, dan pekerjaan paruh waktu. Kedinamisan ini menjadikan kehidupan mahasiswa penuh tantangan, yang jika tidak dikelola dengan baik, dapat menyebabkan masalah dalam pengaturan waktu.

Banyak mahasiswa yang kurang cermat dalam mengelola waktu mereka sehari-hari. Hal ini terjadi karena kurangnya keterampilan manajemen waktu yang efektif, seperti tidak memiliki jadwal yang terstruktur, menunda pekerjaan, atau kesulitan dalam menentukan prioritas. Akibatnya, banyak dari mereka yang merasa kewalahan dengan beban kegiatan yang terus meningkat. Kondisi ini tidak jarang menimbulkan dampak negatif, seperti stres, tekanan mental, bahkan gangguan kesehatan fisik karena pola hidup yang kurang teratur.

^{1,2,3,4,5} Pendidikan Administrasi Perkantoran, Universitas Negeri Medan
 Email: dayanazhrr@gmail.com

Bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran, manajemen waktu menjadi krusial karena mereka harus menghadapi berbagai tuntutan, baik akademik maupun non-akademik. Kemampuan untuk merencanakan, mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan waktu secara efisien dapat membantu mahasiswa mencapai hasil akademik yang optimal. Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara manajemen waktu dan prestasi akademik. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu secara efektif cenderung meraih pencapaian akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang rendah. Hal ini disebabkan oleh kemampuan mereka untuk menyeimbangkan berbagai aktivitas, memprioritaskan tugas penting, dan menghindari penundaan dalam menyelesaikan kewajiban akademik.

Manajemen waktu adalah kemampuan untuk mengelola waktu secara efektif dan efisien melalui perencanaan, penjadwalan, serta pengendalian penggunaan waktu. Hal ini mencakup kemampuan menentukan prioritas, menjaga keteraturan, serta menyelesaikan tugas tanpa menunda. Manajemen waktu membantu individu mengatur aktivitas sehari-hari agar lebih produktif dan terorganisir (Macan, 1994).

Manajemen waktu adalah keterampilan penting yang dibutuhkan untuk membentuk konsep diri yang positif pada siswa. Menurut Hamachek (dalam Heri Zan Pieter, 2017), salah satu ciri siswa dengan konsep diri yang baik adalah kemampuan dalam mengelola waktu secara efektif, serta memiliki sikap mandiri. Namun, untuk membentuk siswa dan mahasiswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu dan kemandirian, diperlukan dukungan dari orang tua.

Penelitian yang dilakukan oleh Hasmi Syahputra Harahap dan rekan-rekannya (2021) menunjukkan bahwa kemandirian siswa memiliki hubungan erat dengan perhatian yang diberikan oleh orang tua. Oleh karena itu, peran aktif orang tua menjadi penting dalam membantu siswa mengembangkan sikap mandiri dan kemampuan mengatur waktu dengan baik.

Pengelolaan waktu secara efektif merupakan langkah positif yang semestinya menjadi bagian dari kehidupan setiap orang. Terdapat tiga prinsip utama dalam pengelolaan waktu yang optimal (M. Joharis Lubis, 2019).

1. Waktu terus berjalan dan tidak akan pernah kembali. Jika tidak dimanfaatkan dengan baik, waktu akan berlalu tanpa memberikan manfaat apa pun. Bahkan jika digunakan namun tidak efisien, maka potensi waktu tersebut tidak dapat dimaksimalkan secara produktif. Oleh karena itu, waktu yang tersedia harus digunakan dengan bijak dan efisien.
2. Perencanaan waktu sangat penting. Dengan memiliki jadwal yang terstruktur, seseorang dapat memastikan bahwa tidak ada waktu yang terbuang sia-sia. Perencanaan ini juga membantu menghindari jadwal yang terlalu padat yang dapat memicu stres.
3. Bagi kepala sekolah, guru, dan siswa, penggunaan waktu sebaiknya diprioritaskan untuk kegiatan yang mendukung proses belajar mengajar, pengembangan siswa, dan peningkatan kompetensi profesional. Kegiatan administratif yang kurang mendukung pencapaian tujuan pendidikan sebaiknya tidak menjadi prioritas.

Untuk mengelola waktu secara efektif, seseorang perlu memahami prinsip-prinsip dan nilai utama dalam hidupnya. Menurut Scott (dalam Adebisi, 2013), salah satu tantangan utama dalam manajemen waktu adalah membedakan antara hal yang "mendesak" dan "penting". Tugas yang mendesak membutuhkan perhatian segera, tetapi belum tentu penting bagi tujuan jangka panjang. Sebaliknya, hal yang penting berkaitan langsung dengan prioritas dan tujuan hidup.

Manajemen waktu yang baik dimulai dengan kejelasan misi pribadi dan pemahaman tentang tujuan hidup. Atkinson (2009) menekankan bahwa dalam pengelolaan waktu, ada tiga aspek penting yang harus diperhatikan, yaitu pekerjaan, kehidupan keluarga (termasuk hubungan sosial), dan pengembangan diri. Seseorang harus merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam ketiga aspek ini, sehingga waktu yang dimiliki dapat dikelola dengan lebih efektif dan seimbang.

Prestasi belajar merupakan pencapaian yang diraih oleh seorang peserta didik sebagai hasil dari proses belajar yang telah dijalani. Secara bahasa, istilah ini terdiri dari dua kata, yaitu "prestasi" dan "belajar". Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), prestasi didefinisikan sebagai hasil yang telah dicapai dari sesuatu yang telah dilakukan atau dikerjakan. Dalam konteks pendidikan, prestasi belajar mencerminkan hasil yang diperoleh siswa atau mahasiswa sebagai bukti dari aktivitas belajar yang telah dijalankan.

Prestasi belajar dapat diukur melalui berbagai aspek, termasuk kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aspek kognitif mencakup kemampuan berpikir dan pemahaman terhadap materi pelajaran, aspek afektif berkaitan dengan sikap, minat, dan nilai yang diperoleh dari proses belajar, sedangkan aspek psikomotorik berkaitan dengan keterampilan dan kemampuan praktik yang dikuasai oleh peserta didik. Pengukuran prestasi belajar biasanya dilakukan melalui instrumen evaluasi seperti tes, kuis, proyek, atau penilaian keterampilan tertentu.

Prestasi belajar memiliki beberapa fungsi penting. Pertama, sebagai indikator kualitas dan kuantitas pengetahuan yang telah dikuasai oleh siswa. Kedua, menjadi cerminan kepuasan terhadap keingintahuan yang telah terjawab melalui proses pendidikan. Ketiga, berperan sebagai sumber informasi untuk inovasi dalam metode pengajaran dan pengembangan kurikulum. Keempat, menjadi indikator internal dan eksternal bagi suatu lembaga pendidikan dalam menilai keberhasilan proses belajar-mengajar. Terakhir, prestasi belajar juga berfungsi sebagai alat ukur daya serap siswa atau mahasiswa terhadap materi yang diajarkan.

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran di beberapa universitas di Indonesia mengungkapkan bahwa keterampilan manajemen waktu memiliki pengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik. Sebagai contoh, studi di Universitas Negeri Medan menunjukkan bahwa setiap peningkatan sebesar 1% dalam kemampuan manajemen waktu berpotensi meningkatkan prestasi akademik mahasiswa sebesar 0,219%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik mahasiswa dalam mengelola waktu, semakin tinggi pencapaian akademik yang dapat diraih.

METODE

Penelitian ini disusun menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan bagaimana mahasiswa mengelola waktu belajar mereka dalam kehidupan akademik sehari-hari. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuisioner dengan skala penilaian Likert dengan pilihan jawaban dari skala 1 (sangat tidak setuju/tidak pernah) hingga 5 (sangat setuju/selalu). Pertanyaan-pertanyaan dalam kuisioner ini disusun untuk mengukur beberapa aspek manajemen waktu belajar, seperti:

1. Kebiasaan menyusun jadwal belajar,
2. Kemampuan mengatur waktu antara kegiatan belajar dan aktivitas lainnya,
3. Kedisiplinan dalam menyelesaikan tugas,
4. Efektivitas penggunaan waktu belajar,
5. Evaluasi diri terhadap pengelolaan waktu.

Penelitian ini berfokus pada satu variabel, yaitu manajemen waktu belajar mahasiswa, yang diukur melalui tanggapan terhadap setiap butir pernyataan dalam kuisioner. Data dikumpulkan melalui formulir online yang disebarkan kepada mahasiswa secara terbuka.

Pengumpulan data dilakukan secara daring dengan teknik accidental sampling, yaitu responden yang mengisi kuisioner secara sukarela. Hal ini memungkinkan peneliti menjangkau mahasiswa program studi Pendidikan Administrasi Perkantoran. Berdasarkan data yang terkumpul, terdapat 40 mahasiswa yang berpartisipasi.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan menghitung persentase untuk setiap opsi jawaban pada masing-masing pernyataan. Hasil analisis digunakan untuk mengetahui pola umum serta kecenderungan manajemen waktu mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari kuisioner yang disebarkan kepada mahasiswa Prodi Pendidikan Administrasi Perkantoran, dilakukan analisis untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi akademik. Kuisioner tersebut dirancang untuk mengukur aspek-aspek manajemen waktu seperti perencanaan, pengorganisasian waktu, disiplin dalam menggunakan waktu, serta kemampuan menghindari penundaan tugas.

Tabel 1. Pernyataan-pernyataan dalam kuesioner mencakup dimensi-dimensi berikut:

NO	Aspek yang Diukur	Indikator Pertanyaan
1	Perencanaan waktu belajar	Saya membuat jadwal belajar setiap hari.
2	Pengaturan waktu dan aktivitas	Saya mampu mengatur waktu antara belajar dan aktivitas lain.
3	Disiplin terhadap tugas	Saya jarang menunda-nunda pekerjaan atau tugas kuliah.
4	Ketepatan waktu dalam menyelesaikan tugas	Saya biasanya menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal.
5	Kemampuan menghindari distraksi	Saya menghindari gangguan saat belajar, seperti media sosial atau TV.
6	Efektivitas penggunaan waktu	Saya merasa waktu yang saya gunakan untuk belajar sudah efektif.
7	Evaluasi diri	Saya rutin mengevaluasi dan memperbaiki cara saya mengatur waktu.
8	Persepsi terhadap kecukupan waktu belajar	Saya merasa waktu belajar yang saya gunakan sudah cukup.
9	Strategi pengelolaan waktu	Saya memakai cara-cara seperti membuat daftar tugas atau pengingat.

Analisis untuk pertanyaan yang pertama yang dimana pertanyaannya ialah “Saya membuat jadwal belajar setiap hari.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 2. Analisis pertanyaan pertama

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	1	2,5%
2	2	5%
3	15	37,5%
4	13	32,5%
5	9	22,5%
Total	40	100%

Skor 3 (Cukup Membuat Jadwal) merupakan pilihan terbanyak dengan 15 responden atau 37,5%. Selanjutnya, skor 4 (Sering Membuat Jadwal) dipilih oleh 13 responden (32,5%), diikuti oleh skor 5 (Selalu Membuat Jadwal) yang dipilih oleh 9 responden (22,5%). Sementara itu, skor rendah yaitu 1 dan 2 hanya dipilih oleh sedikit responden, masing-masing sebanyak 1 responden (2,5%) dan 2 responden (5%).

Kesimpulannya mayoritas mahasiswa cukup hingga sering membuat jadwal belajar setiap hari (skor 3 dan 4). Hanya sebagian kecil yang selalu membuat jadwal (skor 5), dan sangat sedikit yang jarang atau tidak pernah membuat jadwal (skor 1 dan 2).

Untuk pertanyaan yang kedua yang dimana pertanyaannya ialah “Saya mampu mengatur waktu antara belajar dan aktivitas lain.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 3. Analisis pertanyaan yang kedua

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	1	2,5%
2	0	0%
3	2	5%
4	23	57,5%
5	14	35%
Total	40	100%

Sebagian besar responden, yaitu 57,5%, merasa mereka mampu mengatur waktu antara belajar dan aktivitas lain dengan baik, yang ditunjukkan dengan skor 4. Selain itu, sebanyak 35% responden merasa sangat mampu dalam mengatur waktu, dengan skor 5. Hanya sedikit responden, sekitar 2,5%, yang merasa sangat tidak mampu, yaitu dengan skor 1. Menariknya, tidak ada responden yang memilih skor 2, yang berarti tidak ada yang merasa kurang mampu. Sedangkan 5% responden merasa cukup mampu mengatur waktu, dengan skor 3.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa merasa sudah mampu mengatur waktu antara belajar dan aktivitas lain dengan baik, bahkan lebih dari sepertiga merasa sangat mampu. Hanya sebagian kecil yang merasa kurang mampu.

Untuk pertanyaan yang ketiga yang dimana pertanyaannya ialah “Saya jarang menunda-nunda pekerjaan atau tugas kuliah.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 4. Analisis pertanyaan yang ketiga

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	0	0%
2	1	2,5%
3	3	7,5%
4	25	62,5%
5	11	27,5%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yaitu 62,5%, merasa jarang menunda tugas kuliah dengan skor 4. Sebanyak 27,5% responden merasa sangat jarang menunda, yang ditunjukkan dengan skor 5. Selain itu, 7,5% responden merasa cukup jarang menunda tugas, dengan skor 3. Hanya 2,5% responden yang merasa sering menunda, yaitu dengan skor 2, dan tidak ada responden yang merasa sangat sering menunda tugas kuliah (skor 1). Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa jarang menunda-nunda tugas kuliah, dengan hampir 90% responden merasa jarang atau sangat jarang menunda. Hanya sedikit yang merasa masih sering menunda.

Untuk pertanyaan yang keempat yang dimana pertanyaannya ialah “Saya biasanya menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 5. Analisis pertanyaan yang keempat

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	0	0%
2	0	0%
3	4	10%
4	29	72,5%
5	7	17,5%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yaitu 72,5%, merasa mampu menyelesaikan tugas tepat waktu dengan baik, yang ditunjukkan dengan skor 4. Sebanyak 17,5% responden merasa sangat mampu dalam menyelesaikan tugas tepat waktu (skor 5), sementara 10% merasa cukup mampu (skor 3). Tidak ada responden yang merasa kurang mampu, baik pada skor 1 maupun skor 2.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa sudah mampu menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal, dengan mayoritas merasa baik hingga sangat baik dalam hal ini.

Untuk pertanyaan yang kelima yang dimana pertanyaannya ialah “Saya menghindari gangguan saat belajar, seperti media sosial atau TV.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 6. Analisis pertanyaan yang kelima

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	1	2,5%
2	1	2,5%
3	5	12,5%
4	22	55%
5	11	27,5%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yaitu 55%, merasa mampu menghindari gangguan saat belajar dengan baik, sebagaimana ditunjukkan oleh skor 4. Selain itu, 27,5% responden merasa sangat mampu menghindari gangguan (skor 5), sementara 12,5% merasa cukup mampu (skor 3). Sebagian kecil responden merasa kurang mampu menghindari gangguan, dengan 2,5% memilih skor 2 dan 2,5% memilih skor 1.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa mampu menghindari gangguan saat belajar, meskipun ada sedikit yang masih merasa terganggu oleh media sosial atau TV.

Untuk pertanyaan yang keenam yang dimana pertanyaannya ialah “Saya merasa waktu yang saya gunakan untuk belajar sudah efektif.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 7. analisis pertanyaan yang keenam

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
3	2	5%
4	28	70%
5	10	25%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yaitu 70%, merasa bahwa waktu belajar yang mereka gunakan sudah efektif, yang ditunjukkan dengan skor 4. Sebanyak 25% responden bahkan merasa waktu belajar mereka sangat efektif (skor 5), sementara 5% merasa cukup efektif (skor 3). Tidak ada responden yang merasa waktu belajarnya kurang efektif, baik pada skor 1 maupun skor 2.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa merasa waktu belajar mereka sudah efektif, dengan hampir seperempat merasa sangat efektif.

Untuk pertanyaan yang ketujuh yang dimana pertanyaannya ialah “Saya rutin mengevaluasi dan memperbaiki cara saya mengatur waktu.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 8. Analisis pertanyaan yang ketujuh

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	2	5%
2	3	7,5%
3	10	25%
4	18	45%
5	7	17,5%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yakni 45%, merasa cukup rutin mengevaluasi dan memperbaiki cara mengatur waktu, yang ditunjukkan dengan skor 4. Sebanyak 25% responden merasa cukup dalam hal ini (skor 3), dan 17,5% merasa sangat rutin melakukannya (skor 5). Namun, terdapat sebagian kecil responden yang jarang melakukan evaluasi dan perbaikan, yaitu 7,5% memilih skor 2 dan 5% memilih skor 1.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa cukup rutin mengevaluasi dan memperbaiki cara mengatur waktu, namun ada sebagian kecil yang masih jarang melakukannya.

Untuk pertanyaan yang kedelapan yang dimana pertanyaannya ialah “Saya merasa waktu belajar yang saya gunakan sudah cukup.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 9. Analisis pertanyaan yang kedelapan

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	1	2,5%
2	1	2,5%
3	6	15%
4	22	55%
5	10	25%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yaitu 55%, merasa waktu belajar yang digunakan sudah cukup, yang ditunjukkan dengan skor 4. Sebanyak 25% responden merasa waktu belajar tersebut sangat cukup (skor 5), sementara 15% merasa cukup (skor 3). Sebagian kecil responden merasa kurang, dengan 2,5% memilih skor 1 dan 2,5% memilih skor 2.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa merasa waktu belajar yang digunakan sudah cukup, dengan sebagian kecil yang merasa kurang.

Untuk pertanyaan yang kesembilan yang dimana pertanyaannya ialah “Saya memakai cara-cara seperti membuat daftar tugas atau pengingat.” Dengan pilihan jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) :

Tabel 10. Analisis pertanyaan yang kesembilan

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	1	2,5%
2	2	5%
3	7	17,5%
4	20	50%
5	10	25%
Total	40	100%

Mayoritas responden, yaitu 50%, merasa sering menggunakan cara seperti daftar tugas atau pengingat, yang ditunjukkan dengan skor 4. Selain itu, 25% responden merasa sangat sering menggunakan cara tersebut (skor 5), sementara 17,5% merasa cukup sering (skor 3). Sebagian kecil responden merasa jarang menggunakan cara-cara tersebut, dengan 5% memilih skor 2 dan 2,5% memilih skor 1.

Kesimpulannya, sebagian besar mahasiswa sudah memakai cara-cara seperti membuat daftar tugas atau pengingat untuk mengatur waktu belajar mereka.

SIMPULAN

Kemampuan mengelola waktu dengan baik merupakan faktor kunci yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan akademik mahasiswa. Mahasiswa yang terbiasa merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu secara efektif cenderung mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, menghindari kebiasaan menunda, serta fokus saat belajar.

Kondisi ini secara langsung mendukung peningkatan kualitas proses belajar sehingga berdampak positif pada hasil akademik mereka.

Dari hasil analisis yang dilakukan, terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa sudah memiliki kebiasaan manajemen waktu yang baik, seperti membuat jadwal belajar, mengatur waktu antara belajar dan aktivitas lain, serta menghindari gangguan saat belajar. Kebiasaan ini memberikan landasan yang kuat bagi mahasiswa untuk mengoptimalkan waktu belajar mereka secara produktif. Dengan demikian, pengelolaan waktu yang efektif bukan hanya membantu mahasiswa dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, tetapi juga berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan prestasi akademik.

Namun, masih terdapat ruang untuk perbaikan terutama dalam hal evaluasi rutin terhadap cara mengatur waktu agar strategi yang digunakan selalu relevan dan optimal. Penggunaan teknik pendukung seperti daftar tugas dan pengingat juga perlu terus dikembangkan agar mahasiswa semakin terorganisir dan terarah dalam belajar. Dengan terus memperkuat keterampilan manajemen waktu, mahasiswa akan semakin mampu memaksimalkan potensi akademiknya dan meraih hasil belajar yang lebih baik.

Oleh karena itu, pengembangan kemampuan manajemen waktu sebaiknya menjadi bagian penting dalam proses pembelajaran, sehingga mahasiswa tidak hanya mampu mengelola waktu dengan baik tetapi juga dapat meningkatkan prestasi akademik secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adebisi, J. F. (2013). Time management practices and its effect on business performance. *Canadian Social Science*, 9(1). Canadian Research & Development Center of Sciences and Cultures, Montreal, Canada
- Andari, N. D., Nugraheni, R., & Manajemen, J. (2016). Analisis Pengaruh Manajemen Waktu, Motivasi Kuliah, dan Aktualisasi Diri Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja (Studi pada Mahasiswa Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro Semarang). *Diponegoro Journal of Management*, 5(2), 1–10. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/management>
- Atkinson, F. (2009). *Successful Time Management: Get More Out of Your Day*. United Kingdom: Crimson Business.
- Dianty Nur Inayah, Muh Daud, & Haerani Nur. (2023). Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja di Kota Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 266–273. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i2.1391>
- Gea, A. A. (2014). Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien. *Humaniora*, 5(2), 777. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i2.3133>
- Heri Zan Pieter, S P. 2017. *Dasar-Dasar Komunikasi Bagi Perawat*. Prenada Media.
- Macan, T. H. (1994). Time Management: Test of a Process Model. *Journal of Applied Psychology* 79(3), 381. DOI: 10.1037/0021-9010.79.3.381
- M. Joharis Lubis, Haidir. 2019. *Administrasi Dan Perencanaan Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Prenada Media.
- Wahidaty, H. (2021). Manajemen Waktu: Dari Teori Menuju Kesadaran Diri Peserta Didik. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1880–1889. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.1015>
- Zega, Y. X. G. H., & Kurniawati, G. E. (2022). Pentingnya Manajemen Waktu Bagi Mahasiswa Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Di Sekolah Tinggi Teologi Duta Panisal Jember. *Metanoia*, 4(1), 58–70. <https://doi.org/10.55962/metanoia.v4i1.62>