

**HUBUNGAN ANTARA SELF-EFFICACY DENGAN KEMAMPUAN
MANAJEMEN WAKTU PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI DAN BEKERJA PARUH WAKTU**

Stevanie Ho¹, Agustina²

^{1,2}Universitas Tarumanagara,

[1stevanie.705220057@stu.untar.ac.id](mailto:stevanie.705220057@stu.untar.ac.id), [2agustina@fpsi.untar.ac.id](mailto:agustina@fpsi.untar.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between self-efficacy and time management skills among undergraduate students who are simultaneously completing their thesis and working part-time. The increasing number of students taking on dual roles has created various challenges, particularly difficulties in maintaining productivity and balancing academic and work-related responsibilities. A quantitative correlational method was used, involving 206 participants selected through purposive sampling. Data were collected using two adapted instruments: the College Academic Self-Efficacy Scale (CASES) consisting of 44 items and a 10-item Time Management scale based on Macan's theoretical framework. Reliability analysis showed high internal consistency for both instruments, with Cronbach's alpha values of 0.874 for self-efficacy and 0.816 for time management. The normality test indicated that the data were normally distributed, meeting the assumptions for parametric analysis. Pearson correlation analysis revealed a positive and significant relationship between self-efficacy and time management ($r = 0.651, p < 0.001$), indicating that students with higher levels of self-efficacy tend to possess better time management skills. These findings highlight the importance of strengthening self-efficacy as a psychological factor that contributes to effective time management, particularly for students facing the dual demands of academic completion and part-time employment.

Keywords: self-efficacy, time management, part-time working students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-efficacy dengan kemampuan manajemen waktu pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu. Fenomena peran ganda tersebut menimbulkan berbagai tantangan, seperti penurunan konsentrasi, peningkatan stres, serta kesulitan mengatur prioritas akademik dan pekerjaan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 206 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen yang telah diadaptasi, yaitu *College Academic Self-Efficacy Scale (CASES)* dengan 44 item dan skala Manajemen Waktu sebanyak 10 item. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kedua alat ukur memiliki konsistensi internal yang sangat baik, dengan nilai *Alpha Cronbach*

sebesar 0.874 untuk *self-efficacy* dan 0.816 untuk manajemen waktu. Uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat analisis parametrik. Analisis korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan manajemen waktu ($r = 0.651$, $p < 0.001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa, semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengelola waktu. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor penting yang mendukung efektivitas pengelolaan waktu, terutama bagi mahasiswa yang menghadapi tuntutan akademik tingkat akhir dan kewajiban pekerjaan secara bersamaan.

Kata Kunci: *self-efficacy*, manajemen waktu, mahasiswa pekerja paruh waktu

A. Pendahuluan

Fenomena mahasiswa yang bekerja sambil berkuliah semakin sering ditemui pada era globalisasi saat ini. Di berbagai wilayah perkotaan, banyak mahasiswa memilih pekerjaan paruh waktu untuk memanfaatkan waktu luang di antara jadwal kuliah mereka sekaligus memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, seperti biaya makan, tempat tinggal, transportasi, hingga keperluan akademik. Mardelina dan Ali (2017) menyatakan bahwa peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja telah menjadi fenomena yang umum dijumpai. Selain itu, Darmawan (2023) menegaskan bahwa pekerjaan paruh waktu cenderung dipilih karena sifatnya yang fleksibel dan tidak menuntut keterampilan tinggi, sehingga dapat dijalankan oleh

mahasiswa, seperti menjadi barista, guru les, hingga penjaga toko.

Tren ini juga didukung oleh data terbaru dari Universitas Terbuka (2024), yang menunjukkan bahwa sekitar 75% mahasiswanya telah bekerja sebelum mereka menyelesaikan pendidikan tinggi. Angka tersebut menggambarkan meningkatnya jumlah mahasiswa yang harus mengemban tanggung jawab ganda. Walaupun bekerja sambil kuliah dapat memberikan manfaat, seperti peningkatan kemandirian maupun pengalaman kerja, peran ganda ini juga menimbulkan tantangan yang tidak ringan. Wood et al. (dalam Anjani et al., 2020) menemukan bahwa bekerja memang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, namun tetap berpotensi memicu

tekanan tambahan yang perlu dikelola dengan baik.

Mahasiswa pekerja sering dihadapkan pada berkurangnya konsentrasi belajar, meningkatnya stres, dan menurunnya produktivitas akibat konflik peran antara pekerjaan dan akademik (Lenaghan & Sengupta dalam Linggasari & Kurniawan, 2020). Kondisi ini diperkuat oleh temuan Wistarini dan Marheni (2019) yang menyebutkan bahwa bekerja sambil kuliah dapat menyebabkan gangguan hubungan sosial, kelelahan, penurunan prestasi akademik, dan risiko stres yang lebih tinggi. Beban fisik maupun psikologis ini membuat sebagian mahasiswa kesulitan mempertahankan keseimbangan antara tuntutan kerja dan akademik.

Tantangan tersebut semakin terasa ketika mahasiswa memasuki tahap akhir studi, yaitu penyusunan skripsi. Proses ini membutuhkan konsentrasi mendalam, kemampuan berpikir kritis, keteraturan, serta konsistensi dalam mengerjakan setiap tahapannya. Mahasiswa tingkat akhir sering mengalami penundaan, turunnya motivasi, hingga keterlambatan kelulusan karena kesulitan mengatur waktu secara optimal (Darmawan, 2023). Laporan

BSI News (2025) juga menemukan bahwa banyak mahasiswa tingkat akhir di Karawang mengalami dilema antara menyelesaikan skripsi atau bekerja, yang pada akhirnya membuat proses akademik mereka tertunda.

Kondisi tersebut menegaskan bahwa manajemen waktu menjadi keterampilan yang sangat penting bagi mahasiswa pekerja, terutama pada masa penyusunan skripsi. Macan et al. (dalam Wahyuni & Imam, 2021) menjelaskan bahwa manajemen waktu meliputi kemampuan menetapkan tujuan, menyusun prioritas, mengelola jadwal, serta mengontrol penggunaan waktu secara efektif. Penelitian Chian dan Rostiana (2024) menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja membutuhkan keterampilan manajemen waktu yang baik agar dapat menyeimbangkan tuntutan kerja dan perkuliahan. Hanafi dan Widjaja (2021) juga menekankan bahwa kemampuan ini berkaitan dengan kesiapan mahasiswa menghadapi beban akademik yang kompleks.

Namun demikian, kemampuan manajemen waktu tidak serta-merta terbentuk dengan sendirinya. Faktor psikologis seperti *self-efficacy* berperan besar dalam menentukan

seberapa efektif seseorang mampu mengatur waktu. *Self-efficacy*, menurut Bandura (dalam Ratanawati, 2024), merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas tertentu. Mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, mampu menyusun strategi, serta lebih teratur dalam menyelesaikan tugas akademik maupun pekerjaan. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self-efficacy* rendah lebih mudah mengalami keraguan, penundaan, kesulitan menentukan prioritas, dan kecenderungan menghindari tugas yang dianggap menantang (Setiani et al., 2022).

Penelitian terdahulu mendukung adanya hubungan antara *self-efficacy* dan kemampuan mengelola waktu. Rusdi (2015) menemukan bahwa individu dengan tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu mengatur waktu dan menyelesaikan tanggung jawabnya dengan lebih efektif. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa keyakinan diri berperan penting dalam kemampuan seseorang mengatur waktu, terutama bagi mahasiswa yang

menghadapi beban ganda antara pekerjaan dan studi.

Meskipun sejumlah penelitian telah membahas hubungan kedua variabel tersebut, kajian yang secara spesifik meneliti konteks mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu masih terbatas. Padahal kelompok ini menghadapi tekanan yang lebih intens dan kompleks dibandingkan mahasiswa pekerja pada umumnya.

Selain dinamika tersebut, perubahan gaya hidup mahasiswa di era modern juga menunjukkan bahwa tekanan akademik dan kebutuhan finansial tidak dapat dipisahkan dari perkembangan sosial dan ekonomi. Banyak mahasiswa berasal dari keluarga yang harus membagi prioritas ekonomi, sehingga mereka memilih untuk bekerja sebagai upaya meringankan beban keluarga. Kondisi ini membuat peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja bukan hanya muncul karena keinginan pribadi, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan situasi ekonomi. Hal ini memperlihatkan bahwa fenomena mahasiswa bekerja tidak dapat dipandang sebagai pilihan sederhana, melainkan sebagai

konsekuensi dari berbagai tuntutan yang terjadi secara simultan.

Di sisi lain, perkembangan dunia kerja juga semakin menuntut individu untuk memiliki *soft skill* yang mumpuni, seperti kemampuan bekerja di bawah tekanan, kedisiplinan, komunikasi, serta keterampilan manajemen diri. Mahasiswa yang bekerja sambil menyelesaikan skripsi secara tidak langsung dituntut untuk mengembangkan keterampilan tersebut, meskipun pada praktiknya seringkali menghadapi kendala dalam membagi fokus. Ketidakseimbangan dalam menjalankan peran dapat menimbulkan kelelahan kronis, burnout, hingga menurunnya kesehatan mental apabila tidak diimbangi dengan kemampuan regulasi diri yang baik. Oleh sebab itu, konteks mahasiswa pekerja memerlukan perhatian khusus agar mereka mampu mempertahankan performa akademik tanpa mengorbankan kesejahteraan pribadi.

Sementara itu, penyusunan skripsi merupakan tahap akademik yang membutuhkan tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan mata kuliah reguler. Mahasiswa dituntut untuk merencanakan waktu membaca

literatur, melakukan bimbingan, mengolah data, dan menyusun laporan penelitian secara bertahap. Proses ini membutuhkan konsistensi dan kemampuan mengorganisasi tugas yang tidak bersifat harian, sehingga mahasiswa yang bekerja paruh waktu harus berusaha lebih keras untuk memastikan bahwa waktu dan energi yang tersisa cukup untuk mengerjakan skripsi. Apabila kemampuan manajemen waktu kurang optimal, mahasiswa dapat mengalami penundaan berulang, kehilangan arah penelitian, serta kesulitan mempertahankan motivasi dalam jangka panjang.

Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan *self-efficacy* dengan kemampuan manajemen waktu pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu penting dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika keduanya dalam konteks akademik tingkat akhir. Pemahaman mengenai faktor psikologis yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mengatur waktu dapat membantu perguruan tinggi memberikan dukungan yang lebih tepat sasaran, baik melalui layanan konseling, pelatihan

manajemen waktu, maupun kebijakan akademik yang responsif terhadap kebutuhan mahasiswa pekerja. Dengan meningkatnya jumlah mahasiswa yang menjalankan peran ganda, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi institusi pendidikan maupun mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik dan pekerjaan secara lebih efektif.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini melibatkan partisipan yang memenuhi kriteria sebagai mahasiswa aktif yang sedang menyusun skripsi serta bekerja paruh waktu. Partisipan tidak dibatasi berdasarkan jenis kelamin, agama, suku, program studi, atau latar belakang ekonomi. Selama mereka memenuhi kriteria sebagai mahasiswa yang sedang berada pada tahap penyusunan skripsi dan memiliki pekerjaan paruh waktu, mereka dapat berpartisipasi dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*, karena peneliti menentukan karakteristik tertentu yang harus dipenuhi oleh partisipan. Penyebaran kuesioner dilakukan

secara daring melalui *Google Form* sehingga hanya partisipan yang sesuai kriteria dapat mengakses dan mengisi kuesioner. Dari hasil penyebaran kuesioner terdapat 206 responden yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.

Instrumen penelitian terdiri dari dua alat ukur yang telah disesuaikan, yaitu alat ukur *Self-Efficacy* dan alat ukur *Manajemen Waktu*. Untuk mengukur variabel *self-efficacy*, peneliti menggunakan instrumen *College Academic Self-Efficacy Scale* (CASES) yang telah melalui proses adaptasi sebelumnya. Instrumen ini pada awalnya dikembangkan oleh Owen & Froman (1988) dan kemudian diterjemahkan serta disesuaikan ke dalam konteks mahasiswa Indonesia. Alat ukur ini terdiri dari 44 butir pernyataan dan bersifat unidimensional, dengan penilaian menggunakan skala Likert 1–4, yaitu 1 = Sangat Tidak Sesuai, 2 = Tidak Sesuai, 3 = Sesuai, dan 4 = Sangat Sesuai.

Untuk mengukur variabel kemampuan manajemen waktu, penelitian ini menggunakan alat ukur yang telah diadaptasi dari instrumen *Manajemen Waktu* yang dikembangkan berdasarkan teori

Macan. Instrumen yang digunakan memuat 10 item yang menilai kemampuan individu dalam merencanakan kegiatan, menetapkan prioritas, mengatur jadwal, menghindari penundaan, dan mengontrol penggunaan waktu. Skala penilaian menggunakan Likert 1–5, yaitu 1 = Sangat Tidak Sesuai, 2 = Tidak Sesuai, 3 = Netral, 4 = Sesuai, dan 5 = Sangat Sesuai. Alat ukur ini bersifat multidimensional sesuai dengan lima aspek yang diukur.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 206 orang yang terdiri dari responden laki-laki dan perempuan. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, mayoritas partisipan adalah perempuan sebanyak 129 orang (62,6%), semestara responden laki-laki sebanyak 77 orang (37,4%).

Tabel 1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Partisipan	Percentase
Laki-laki	77	37.4
Perempuan	129	62.6
Total	206	100

Skala *Self-Efficacy* terdiri dari 44 item dan menghasilkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.874. Kemudian skala Manajemen Waktu terdiri dari 10

item dan menghasilkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.816.

Kedua instrumen penelitian, yaitu skala *Self-Efficacy* dan Manajemen Waktu, menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat baik karena nilai *Alpha Cronbach* melebihi 0,80. Oleh karena itu, kedua alat ukur tersebut dinilai memenuhi kriteria kelayakan untuk digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 2 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur *Self-Efficacy* dan Manajemen Waktu

Variabel	Jumlah Butir	Alpha Cronbach
<i>Self-Efficacy</i>	44	0.874
Manajemen Waktu	10	0.816

Dalam penelitian ini juga dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis parametrik. Uji normalitas dilakukan pada variabel *self-efficacy* dan manajemen waktu dengan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* terhadap nilai *unstandardized residual*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki signifikansi di atas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas alat Ukur *Self-Efficacy* dan Manajemen Waktu

Variabel	Statisti c	P	Keterangan n
Kolmogoro v-Smirnov	0.055	0.20	Normal
Shapiro- Wilk	0.991	0.20	Normal 7

Berdasarkan hasil tersebut, analisis dilanjutkan dengan uji korelasi pearson. Dari uji korelasi ini didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa *Self-Efficacy* berhubungan positif dan signifikan dengan manajemen waktu ($r = 0.651$, $p < 0.001$). Nilai signifikansi $p < 0.001$ menegaskan bahwa hubungan tersebut secara statistik signifikan, sehingga temuan ini menegaskan adanya hubungan yang stabil antara kedua variable pada penelitian ini. Dengan demikian, peningkatan tingkat *self-efficacy* berkaitan dengan semakin baiknya kemampuan manajemen waktu yang dimiliki individu.

Tabel 4 Uji Korelasi Pearson

Variabel	N	Corelation Coefficient	Sig. (2- Tailed)
Self- Efficacy	206	1	<0.001
Manajemen Waktu	206	0.651	<0.001

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat

hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dan kemampuan manajemen waktu pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja paruh waktu. Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi cenderung mampu mengatur waktu dengan lebih efektif, menetapkan prioritas, serta mengelola tuntutan akademik dan pekerjaan secara lebih seimbang. Kedua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terbukti reliabel dan memenuhi syarat normalitas data, sehingga hasil korelasi dapat dinyatakan valid. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan *self-efficacy* sebagai strategi psikologis untuk membantu mahasiswa pekerja dalam menghadapi beban ganda. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan metode campuran maupun faktor lain yang berpotensi memengaruhi kemampuan manajemen waktu seperti stres, dukungan sosial, atau motivasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

Anjani, W., Ulpa, E. P., & Rasidin, Y. (2020). Hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan

- psikologis pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja part-time. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 3(2), 119–132.
<https://doi.org/10.24042/ajp.v3i2.10418>
- Chian, L. S., & Rostiana. (2024). Hubungan manajemen waktu dengan keseimbangan kehidupan kerja pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(1), 100–105.
<https://doi.org/10.24912/jmishu.msen.v8i1.27176.2024>
- Darmawan, D. K., Agustina, & Wati, L. (2023). Manajemen waktu berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik [Time management influences academic procrastination]. *Nautical: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(5), 329–337.
<https://doi.org/10.55904/nautic.al.v2i5.839>
- Hanafi, C. N., & Widjaja, Y. (2021). Kemampuan manajemen waktu mahasiswa tahap profesi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(1), 18–28.
<https://doi.org/10.24912/tmj.v3i2.11740>
- Linggaasari, L. Y., & Kurniawan, R. Y. (2020). Hubungan kerja paruh waktu dengan prestasi akademik mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2015. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 7(3), 92–98.
<https://doi.org/10.26740/jupe.v7n3.p92-98>
- Mardelina, E., & Muhsin, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201–209.
<https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- Ratanawati, L. (2024). *Hubungan antara self-efficacy dengan motivasi akademik pada mahasiswa pasca pandemi COVID-19* (Skripsi tidak dipublikasikan). Universitas Tarumanagara.
- Rusdi, R. (2015). Hubungan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap stres mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 248–257.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i2.3768>
- Setiani, S., & Khotimah, A. H. (2022). Linking self-efficacy and work engagement to employee performance: The intervening role of work motivation. Dalam *Prosiding International Conference of Islamic Economics and Business (ICONIES)* (hlm. 371–377). Fakultas Ekonomi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Universitas Bina Sarana Informatika. (2025, 19 Juni). *Skripsi vs kerja! Strategi cerdas mahasiswa Karawang hadapi*

- dilema menjelang lulus. KarawangHitz. Diakses dari <https://karawanghitz.com/bangun-sinergi-ciptakan-lulusanberkualitasuniversitas-bsi-kampus-karawang-ajak-orang-tua-diskusibareng/>
- Universitas Terbuka. (2024, 17 Desember). 75% mahasiswa UT sudah bekerja sebelum lulus: Kuliah fleksibel, sukses di depan mata! Universitas Terbuka. Diakses dari <https://www.ut.ac.id/artikel/2024/12/75-mahasiswa-ut-sudahbekerja-sebelum-lulus-kuliah-fleksibel-sukses-di-depan-mata/>
- Wahyuni, N. T., & Machali, I. (2021). Pengaruh manajemen waktu dan efikasi diri terhadap prokrastinasi penyusunan skripsi mahasiswa Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. *Heutagogia: Journal of Islamic Education*, 1(2), 139–149. <https://doi.org/10.14421/hjie.2021.12-02>
- Wistarini, N. N. I. P., & Marheni, A. (2019, 29 Agustus). Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana* (Edisi Khusus Psikologi Pendidikan, 164–173). Diakses dari <https://jurnal.harianregional.com/psikologi/id-52516>