

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teoritik

1. Efektivitas Manajemen Waktu Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir

a. Manajemen Waktu

Manajemen waktu merupakan suatu proses perencanaan dan pengendalian waktu yang digunakan untuk melakukan berbagai kegiatan secara efektif dan efisien. Menurut (Dayantri & Netrawati, 2023:97), manajemen waktu adalah kemampuan individu untuk mengalokasikan waktu secara optimal terhadap berbagai aktivitas yang memiliki prioritas dan tujuan tertentu. Dalam konteks mahasiswa, manajemen waktu sangat penting untuk menyelesaikan berbagai tanggung jawab akademik, khususnya dalam menyelesaikan tugas akhir.

Manajemen waktu merupakan keterampilan untuk membagi jatah waktu juga sumber daya agar dapat mencapai tujuan (Hidayanto, 2023:5) Adams & Blair (2019), manajemen waktu adalah memanfaatkan waktu secara efektif melibatkan memaksimalkan fungsi seperti memulai tugas, tetap fokus, dan menyeimbangkan satu tugas dengan tugas lainnya. Sejalan dengan pengertian tersebut, (Irwansyah & Asrida, 2021:318) menyebutkan dalam penelitiannya manajemen waktu merupakan suatu sumber yang patut

untuk dikelola dengan efektif dan efisien dalam mengerjakan pekerjaan. Manajemen waktu tersebut disusun secara efektif dengan membuat rancangan sehingga dapat memperoleh produktivitas waktu.

Mahasiswa umumnya mampu untuk lulus tepat waktu kurang lebih delapan semester. Namun mahasiswa beranggapan menyusun skripsi merupakan salah satu pekerjaan yang berat. Sehingga sering menunda untuk mengerjakan skripsi bahkan sampai memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi. Fenomena yang ada mahasiswa menunda dalam mengerjakan skripsi, mengerjakan tugas kuliah, menunda belajar ketika akan menghadapi ujian dan terkadang malah memilih melakukan hal-hal yang sifatnya lebih menyenangkan dan tidak berhubungan dengan tugas maupun skripsinya. Hal itu menunjukkan adanya kecenderungan untuk tidak melakukan tugas dan kewajiban dengan segera dalam artian manajemen waktu mahasiswa dalam penyusunan skripsi masih kurang baik (Puspita W. A., 2023:1057)

Mahasiswa tingkat akhir baik itu di Perguruan Tinggi akademik maupun vokasi merupakan salah satu kelompok masyarakat yang rentan terhadap masalah kecemasan. Hal tersebut disebabkan mahasiswa tingkat akhir diharuskan untuk menyelesaikan tugas akhir dan dilanjutkan dengan ujian akhir. Menurut (Fajri, 2024:95), rasa cemas atau anxiety adalah hal yang normal dirasakan ketika seseorang menghadapi situasi atau mendengar berita yang menimbulkan rasa takut atau khawatir. Namun, kecemasan perlu diwaspadai jika muncul tanpa sebab atau sulit

dikendalikan, karena bisa jadi hal tersebut disebabkan oleh gangguan kecemasan (Ramaiah & Savitri, 2025:3).

Manajemen waktu adalah perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengawasan produktivitas waktu. Manajemen waktu memiliki peranan besar dalam keberhasilan individu, Seseorang yang tidak memiliki pemahaman manajemen waktu dengan baik akan terjadi dampak negatif, yang ditandai dengan perencanaan yang tidak terorganisasi, tidak jelas, tidak konsisten, tidak ada tujuan, dan kurang disiplin dalam menggunakan waktu. Mengatur waktu secara efisien dan efektif bukan sesuatu yang mudah apalagi berupaya untuk mentaatinya secara konsisten dan persisten. Waktu menjadi salah satu sumber daya unjuk kerja, Sumber daya yang mesti dikelola secara efektif dan efisien. Efektifitas terlihat dari tercapainya tujuan menggunakan waktu yang telah ditetapkan sebelumnya (Fajri, 2024). Sejalan dengan pendapat tersebut, (Riadhah & Dkk 2025:670) mendefinisikan manajemen waktu sebagai proses perencanaan dan pengendalian penggunaan waktu secara sadar untuk meningkatkan efektivitas dan produktivitas dalam menyelesaikan tugas. Individu yang memiliki manajemen waktu yang baik cenderung mampu menyelesaikan pekerjaan tepat waktu dan mengurangi tingkat stres.

Sementara itu, (Syelviani, 2020:63), menyatakan bahwa manajemen waktu adalah proses menentukan kebutuhan, menetapkan tujuan, menetapkan prioritas, serta melaksanakan rencana yang telah disusun dengan menggunakan waktu secara efisien. Dalam konteks akademik,

manajemen waktu membantu mahasiswa dalam mengatur jadwal belajar, bimbingan, dan penyusunan tugas akhir. Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu adalah kemampuan mahasiswa dalam mengatur, memanfaatkan, dan mengendalikan waktu secara efektif dengan menetapkan prioritas kegiatan agar tugas akademik, khususnya tugas akhir, dapat diselesaikan secara tepat waktu dan optimal.

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu adalah kemampuan seseorang dalam merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu secara efektif dengan menentukan tujuan, menetapkan prioritas, serta melaksanakan kegiatan sesuai rencana agar pekerjaan dapat diselesaikan secara efisien dan tepat waktu. Dalam konteks akademik, manajemen waktu sangat penting bagi mahasiswa untuk mengatur jadwal belajar, bimbingan, serta proses penyusunan tugas akhir sehingga tujuan akademik dapat tercapai secara optimal.

Efektivitas merupakan ukuran yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai. Suatu kegiatan dikatakan efektif apabila hasil yang diperoleh sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan. Menurut (Rusmaini & Dkk, 2021:35), efektivitas adalah tingkat pencapaian tujuan atau sasaran yang telah ditentukan sebelumnya. Semakin tinggi tingkat pencapaian tujuan tersebut, maka semakin efektif suatu kegiatan yang dilakukan.

Selanjutnya, (Hidayanto, 2023), menekankan bahwa efektivitas manajemen waktu sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menetapkan prioritas berdasarkan tingkat kepentingan dan urgensi. Dalam penyelesaian tugas akhir, mahasiswa perlu memfokuskan perhatian pada aktivitas yang penting, seperti bimbingan dengan dosen pembimbing, pengumpulan data, dan penulisan laporan, serta menghindari kegiatan yang tidak mendukung tujuan akademik.

Selain itu, efektivitas manajemen waktu juga berkaitan dengan kedisiplinan dan komitmen mahasiswa dalam menjalankan jadwal yang telah dibuat. (Salsabila & Dkk, 2023) menyatakan bahwa disiplin merupakan kesadaran dan kesediaan individu untuk menaati peraturan yang berlaku. Dalam konteks tugas akhir, kedisiplinan terhadap jadwal penelitian dan penulisan menjadi faktor penentu keberhasilan penyelesaian tugas tepat waktu.

Selanjutnya, menurut (Siagian & Dkk, 2023:939) efektivitas adalah pemanfaatan sumber daya, sarana, dan prasarana dalam jumlah tertentu yang secara sadar ditetapkan sebelumnya untuk menghasilkan sejumlah barang atau jasa dengan mutu tertentu tepat pada waktunya. Dalam konteks pendidikan, efektivitas dapat diartikan sebagai keberhasilan mahasiswa dalam mencapai tujuan akademik yang telah ditetapkan, termasuk penyelesaian tugas akhir tepat waktu.

Penyusunan tugas akhir memerlukan perencanaan waktu yang matang karena melibatkan berbagai tahapan, seperti penyusunan proposal, pengumpulan data, analisis data, bimbingan dengan dosen pembimbing, hingga penyusunan laporan akhir. Tanpa manajemen waktu yang baik, mahasiswa akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan setiap tahapan tersebut tepat waktu.

Mahasiswa yang memiliki manajemen waktu efektif cenderung mampu membagi waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik, memanfaatkan waktu luang secara produktif, serta konsisten dalam menjalankan jadwal yang telah disusun. Hal ini sangat berpengaruh terhadap kelancaran dan ketepatan waktu penyelesaian tugas akhir.

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir merupakan kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, mengatur, dan mengendalikan penggunaan waktu secara tepat, konsisten, dan berorientasi pada tujuan. Manajemen waktu yang efektif memungkinkan mahasiswa menyelesaikan tugas akhir dengan lebih terarah, mengurangi penundaan, serta meningkatkan kualitas hasil penelitian.

b. Aspek-aspek Manajemen Waktu

Manajemen waktu merupakan keterampilan penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik,

khususnya tugas akhir. Manajemen waktu yang baik tidak hanya berkaitan dengan pembagian waktu, tetapi juga mencakup proses perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengendalian waktu secara efektif. Menurut beberapa ahli, terdapat beberapa aspek utama dalam manajemen waktu yang dapat digunakan sebagai dasar pengukuran.

Menurut Claessens (2022), aspek utama dari manajemen waktu meliputi:

I. Penetapan Tujuan dan Prioritas

Penetapan tujuan dan prioritas merupakan langkah awal yang sangat penting dalam manajemen waktu, karena menentukan arah dan fokus aktivitas yang akan dilakukan. Tujuan berfungsi sebagai pedoman dalam bertindak, sedangkan prioritas membantu individu menentukan urutan kegiatan yang harus diselesaikan terlebih dahulu. Dalam konteks akademik, khususnya penyelesaian tugas akhir, penetapan tujuan dan prioritas membantu mahasiswa mengalokasikan waktu secara tepat pada aktivitas yang paling mendukung pencapaian target akademik.

Selanjutnya, (Britton, 2023) menyatakan bahwa penetapan prioritas merupakan inti dari manajemen waktu yang efektif. (Britton, 2023) menjelaskan bahwa individu perlu membedakan antara kegiatan yang penting dan mendesak agar tidak terjebak pada

aktivitas yang kurang memberikan kontribusi terhadap tujuan jangka panjang. Dalam penyelesaian tugas akhir, penetapan prioritas memungkinkan mahasiswa memusatkan perhatian pada kegiatan akademik utama, seperti bimbingan dan penulisan.

Selain itu Lakein (2022), menyatakan bahwa menetapkan tujuan dan prioritas membantu individu mengendalikan penggunaan waktunya secara sadar dan terencana. Tanpa tujuan dan prioritas yang jelas, waktu cenderung terbuang pada aktivitas yang tidak penting dan tidak mendukung pencapaian hasil yang diharapkan.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa penetapan tujuan dan prioritas merupakan aspek fundamental dalam manajemen waktu mahasiswa. Dengan tujuan yang jelas dan prioritas yang tepat, mahasiswa dapat mengelola waktu secara lebih efektif, mengurangi penundaan, serta meningkatkan keberhasilan dalam menyelesaikan tugas akhir.

2. Penyusunan jadwal atau rencana harian

Penyusunan jadwal atau rencana harian merupakan bagian penting dari manajemen waktu yang berfungsi untuk mengatur aktivitas sehari-hari secara sistematis dan terarah. Jadwal harian membantu individu membagi waktu secara proporsional antara berbagai kegiatan, sehingga setiap aktivitas dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan. Dalam konteks

mahasiswa, penyusunan jadwal harian sangat diperlukan untuk menyeimbangkan kegiatan perkuliahan, penyusunan tugas akhir, serta aktivitas pribadi.

Menurut George R. Terry (2022), perencanaan merupakan proses penentuan tujuan dan langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Penyusunan jadwal harian merupakan bentuk konkret dari perencanaan waktu, karena di dalamnya tercantum aktivitas, waktu pelaksanaan, serta target yang ingin dicapai dalam satu hari.

Menurut Macan (2024), penyusunan jadwal merupakan salah satu indikator perilaku manajemen waktu yang efektif. Individu yang memiliki jadwal kerja atau belajar yang terencana cenderung lebih terorganisir, memiliki kontrol diri yang baik, serta mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang ditentukan.

Dalam penyelesaian tugas akhir, jadwal harian yang disusun berdasarkan tingkat kepentingan aktivitas akan membantu mahasiswa memfokuskan energi pada kegiatan akademik yang paling penting.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyusunan jadwal atau rencana harian merupakan aspek penting dalam manajemen waktu mahasiswa. Jadwal yang disusun

secara realistis dan konsisten akan membantu mahasiswa mengelola waktu secara efektif, meningkatkan produktivitas, serta mempercepat penyelesaian tugas akhir.

3. Disiplin dalam pelaksanaan rencana

Disiplin dalam pelaksanaan rencana merupakan kemampuan individu untuk menjalankan jadwal dan rencana yang telah disusun secara konsisten dan bertanggung jawab. Disiplin ini menunjukkan kesungguhan seseorang dalam mematuhi rencana waktu yang telah ditetapkan, sehingga tujuan yang telah direncanakan dapat tercapai secara efektif. Dalam konteks akademik, khususnya penyelesaian tugas akhir, disiplin sangat diperlukan agar setiap tahapan kegiatan dapat dilaksanakan sesuai target waktu.

Menurut (Deviani, puji, & Yani, 2023), disiplin adalah kesadaran dan kesediaan seseorang untuk menaati peraturan dan norma yang berlaku. Jika dikaitkan dengan manajemen waktu, disiplin dalam pelaksanaan rencana berarti kesediaan mahasiswa untuk mematuhi jadwal belajar dan rencana penyusunan tugas akhir tanpa paksaan dari pihak lain.

Selanjutnya, Macan (2024), menyatakan bahwa kepatuhan terhadap rencana dan jadwal merupakan salah satu indikator manajemen waktu yang efektif. Individu yang disiplin dalam

melaksanakan rencana cenderung memiliki pengendalian diri yang baik, mampu menghindari penundaan, serta lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas akademik.

Menurut Covey (2024), disiplin dalam menjalankan rencana merupakan bentuk komitmen pribadi terhadap tujuan yang telah ditetapkan. Tanpa disiplin, perencanaan waktu yang baik tidak akan memberikan hasil yang optimal, karena rencana hanya akan menjadi daftar aktivitas tanpa pelaksanaan yang nyata.

Selain itu, (Tarumasely & Yowelna, 2024:2), menjelaskan bahwa disiplin dalam pelaksanaan rencana berkaitan dengan kemampuan regulasi diri (*self-regulated learning*), yaitu kemampuan individu untuk mengatur, memantau, dan mengendalikan perilaku belajarnya sendiri. Mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang baik akan lebih konsisten dalam menjalankan rencana belajar dan menyelesaikan tugas akhir tepat waktu.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa disiplin dalam pelaksanaan rencana merupakan aspek penting dalam manajemen waktu mahasiswa. Disiplin membantu mahasiswa menjaga konsistensi, menghindari penundaan, serta memastikan bahwa rencana yang telah disusun dapat terlaksana secara efektif dalam mendukung penyelesaian tugas akhir.

4. Pengendalian terhadap gangguan atau distraksi

Pengendalian terhadap gangguan atau distraksi merupakan kemampuan individu untuk menjaga fokus dan konsentrasi pada rencana kegiatan yang telah ditetapkan serta meminimalkan hal-hal yang dapat mengalihkan perhatian. Gangguan atau distraksi dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal, seperti rasa malas, kelelahan, penggunaan media sosial, lingkungan belajar yang kurang kondusif, atau aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan tujuan akademik. Dalam penyelesaian tugas akhir, kemampuan mengendalikan distraksi sangat penting agar mahasiswa dapat bekerja secara konsisten dan efektif.

Menurut Macan (2024), pengendalian terhadap gangguan merupakan bagian dari perilaku manajemen waktu yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam memonitor penggunaan waktu dan mengurangi aktivitas yang menghambat penyelesaian tugas. Individu yang mampu mengendalikan gangguan cenderung memiliki tingkat produktivitas yang lebih tinggi dan stres yang lebih rendah.

Selanjutnya, (Wahyuningrum & Damayanti, 2024:3) menyatakan bahwa kemampuan mengendalikan gangguan berkaitan erat dengan pengelolaan perhatian dan konsentrasi. Individu yang mampu memusatkan perhatian pada tugas utama akan lebih efektif

dalam menyelesaikan pekerjaan dibandingkan dengan individu yang mudah terdistraksi.

Menurut Covey (2024), pengendalian terhadap distraksi dapat dilakukan dengan cara membatasi aktivitas yang tidak penting dan berani mengatakan “tidak” terhadap kegiatan yang tidak sejalan dengan tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks akademik, mahasiswa perlu mengurangi aktivitas yang menyita waktu namun tidak mendukung penyelesaian tugas akhir.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengendalian terhadap gangguan atau distraksi merupakan aspek penting dalam manajemen waktu mahasiswa. Kemampuan ini membantu mahasiswa menjaga fokus, mengurangi penundaan, serta meningkatkan efektivitas penggunaan waktu dalam menyelesaikan tugas akhir.

c. Indikator Efektivitas Manajemen Waktu

Indikator Efektivitas manajemen waktu dapat diukur dari sejauh mana seseorang mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Dan menilai sejauh mana individu mampu mengelola waktu secara efektif dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks mahasiswa, indikator ini digunakan untuk melihat kemampuan mahasiswa dalam mengatur, memanfaatkan, dan mengendalikan waktu selama proses penyelesaian tugas akademik,

khususnya tugas akhir. Menurut (Marpaung & Lumbanbatu, 2025:789) efektivitas adalah pencapaian tujuan organisasi atau individu dengan cara yang efisien dan tepat.

Menurut Macan (2024), efektivitas manajemen waktu dapat diukur melalui perilaku perencanaan, penetapan prioritas, pengendalian terhadap gangguan, serta kepatuhan terhadap jadwal yang telah dibuat. Indikator-indikator ini menunjukkan sejauh mana individu mampu mengatur waktu secara sadar dan terarah.

Dalam konteks mahasiswa, manajemen waktu yang efektif berarti mampu:

a. Mengatur jadwal belajar dan bimbingan

Mengatur jadwal belajar dan bimbingan merupakan salah satu bentuk penerapan manajemen waktu yang efektif dalam konteks akademik mahasiswa. Pengaturan jadwal ini bertujuan agar kegiatan belajar mandiri, perkuliahan, serta bimbingan dengan dosen pembimbing dapat terlaksana secara terencana dan berkesinambungan. Jadwal yang tertata dengan baik membantu mahasiswa memanfaatkan waktu secara optimal serta menghindari penumpukan tugas akademik.

Menurut Lakein (2023), pengaturan jadwal merupakan langkah penting dalam manajemen waktu karena membantu individu mengendalikan penggunaan waktu dan meminimalkan pemborosan waktu. Dalam penyusunan tugas akhir, jadwal belajar dan bimbingan yang terencana memungkinkan mahasiswa mempersiapkan diri

sebelum bimbingan dan menindaklanjuti arahan dosen secara tepat waktu.

b. Menghindari penundaan (prokrastinasi)

Menghindari penundaan atau prokrastinasi merupakan salah satu indikator penting dalam efektivitas manajemen waktu mahasiswa. Prokrastinasi ditandai dengan kecenderungan menunda pengerjaan tugas meskipun individu menyadari bahwa tugas tersebut harus segera diselesaikan. Dalam konteks akademik, perilaku ini dapat menghambat kelancaran proses belajar dan memperlambat penyelesaian tugas akhir.

Menurut (Dayantri & Netrawati, 2023:4), prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda penyelesaian tugas-tugas akademik secara sengaja dan berulang-ulang, sehingga berdampak pada keterlambatan dan menurunnya kualitas hasil pekerjaan. Mahasiswa yang mampu menghindari prokrastinasi cenderung memiliki manajemen waktu yang lebih baik dan kinerja akademik yang lebih optimal.

Dengan demikian, kemampuan menghindari penundaan (prokrastinasi) mencerminkan efektivitas manajemen waktu mahasiswa, karena menunjukkan kesadaran, kedisiplinan, dan tanggung jawab dalam mengelola waktu untuk menyelesaikan tugas akademik, khususnya tugas akhir.

c. Mencapai target akademik tepat waktu

Mencapai target akademik tepat waktu merupakan indikator penting dari efektivitas manajemen waktu mahasiswa. Target akademik mencakup penyelesaian tugas perkuliahan, pencapaian jadwal bimbingan, penyelesaian setiap tahapan penelitian, hingga penyelesaian tugas akhir sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Mahasiswa yang mampu mencapai target akademik tepat waktu menunjukkan kemampuan dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengendalikan penggunaan waktunya secara efektif.

Menurut (Sukatin & Dkk 2023:28) efektivitas diukur dari kemampuan individu dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks akademik, mahasiswa yang efektif dalam manajemen waktu mampu menyelesaikan kewajiban akademiknya sesuai dengan target dan tenggat waktu yang telah direncanakan.

Menurut Covey (2024), pencapaian target tepat waktu merupakan hasil dari penetapan prioritas dan komitmen terhadap rencana yang telah disusun. Dengan memfokuskan waktu pada aktivitas yang penting, mahasiswa dapat memastikan setiap target akademik tercapai sesuai jadwal.

Dengan demikian, kemampuan mencapai target akademik tepat waktu mencerminkan efektivitas manajemen waktu mahasiswa,

karena menunjukkan keteraturan, kedisiplinan, serta tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik, khususnya tugas akhir.

d. Indikator Manajemen waktu

Indikator manajemen waktu merupakan tolok ukur yang digunakan untuk menilai kemampuan individu dalam merencanakan, mengatur, melaksanakan, dan mengendalikan penggunaan waktu secara efektif dan efisien. Dalam konteks mahasiswa, indikator manajemen waktu mencerminkan sejauh mana mahasiswa mampu mengelola waktu belajar dan aktivitas akademik lainnya guna mencapai tujuan pendidikan, khususnya dalam menyelesaikan tugas akhir. Manajemen waktu adalah keterampilan menentukan prioritas untuk mencapai tujuan optimal.

Menurut Macan (2024), manajemen waktu mencakup perilaku perencanaan, penetapan prioritas, pengendalian terhadap gangguan, serta kepatuhan terhadap jadwal yang telah dibuat. Berdasarkan kajian teori tersebut, indikator manajemen waktu mahasiswa dapat dijabarkan sebagai berikut:

Indikator:

a) Penetapan tujuan yang jelas

Penetapan tujuan yang jelas merupakan aspek fundamental dalam manajemen waktu karena tujuan berfungsi sebagai arah dan pedoman dalam melakukan setiap aktivitas. Tujuan yang jelas membantu individu menentukan apa yang harus dicapai, bagaimana

cara mencapainya, serta kapan target tersebut harus diselesaikan. Dalam konteks mahasiswa, penetapan tujuan yang jelas sangat penting agar kegiatan belajar dan penyelesaian tugas akhir dapat berjalan secara terarah dan terencana.

Menurut Macan (2024), penetapan tujuan merupakan bagian dari perilaku manajemen waktu yang efektif, karena tujuan menjadi dasar dalam perencanaan, penjadwalan, dan pengendalian penggunaan waktu. Tanpa tujuan yang jelas, individu cenderung kesulitan mengatur waktu dan mudah mengalami penundaan.

Dengan demikian, penetapan tujuan yang jelas merupakan indikator penting manajemen waktu mahasiswa, karena membantu mahasiswa mengelola waktu secara terarah, meningkatkan fokus belajar, serta mendukung pencapaian target akademik secara tepat waktu.

b) Menentukan prioritas pekerjaan

Menentukan prioritas pekerjaan merupakan kemampuan individu untuk mengurutkan tugas berdasarkan tingkat kepentingan dan urgensinya. Penetapan prioritas membantu individu memfokuskan waktu dan energi pada pekerjaan yang paling penting terlebih dahulu, sehingga tujuan yang telah ditetapkan dapat dicapai secara efektif. Dalam konteks mahasiswa, kemampuan menentukan

prioritas pekerjaan sangat diperlukan untuk mengelola berbagai tuntutan akademik, khususnya dalam penyelesaian tugas akhir.

Menurut Stephen R. Covey (2024), penentuan prioritas merupakan inti dari manajemen waktu yang efektif. Covey menjelaskan bahwa individu perlu membedakan antara pekerjaan yang penting dan mendesak agar tidak terjebak pada aktivitas yang kurang memberikan kontribusi terhadap pencapaian tujuan jangka panjang.

Dengan demikian, kemampuan menentukan prioritas pekerjaan merupakan indikator penting dalam manajemen waktu mahasiswa, karena membantu mahasiswa mengelola tugas akademik secara terarah, menghindari penundaan, serta mendukung pencapaian target akademik secara tepat waktu.

c) Disiplin melaksanakan jadwal

Disiplin melaksanakan jadwal merupakan kemampuan individu untuk mematuhi dan menjalankan rencana waktu yang telah disusun secara konsisten dan bertanggung jawab. Disiplin ini menunjukkan komitmen seseorang dalam mengelola waktu sesuai dengan perencanaan, sehingga setiap kegiatan dapat terlaksana tepat waktu. Dalam konteks mahasiswa, disiplin melaksanakan jadwal sangat penting untuk menjaga keteraturan belajar dan kelancaran penyelesaian tugas akademik, khususnya tugas akhir.

Menurut Covey (2023), disiplin dalam melaksanakan jadwal merupakan wujud komitmen terhadap tujuan yang telah ditetapkan. Tanpa disiplin, perencanaan waktu yang baik tidak akan memberikan hasil yang optimal, karena rencana tidak diikuti dengan tindakan nyata.

Dengan demikian, disiplin melaksanakan jadwal merupakan indikator penting dalam manajemen waktu mahasiswa, karena berpengaruh terhadap konsistensi belajar, ketepatan waktu penyelesaian tugas, serta pencapaian target akademik.

d) Menghindari penundaan

Menghindari penundaan merupakan kemampuan individu untuk segera memulai dan menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan waktu yang telah direncanakan tanpa menunda-nunda pelaksanaannya. Penundaan atau prokrastinasi sering menjadi hambatan dalam pengelolaan waktu karena menyebabkan keterlambatan penyelesaian tugas dan menurunnya kualitas hasil pekerjaan. Dalam konteks mahasiswa, kemampuan menghindari penundaan sangat penting agar aktivitas akademik dapat berjalan secara efektif dan terarah.

Menurut (Steel, P, 2024), penundaan (prokrastinasi) adalah kecenderungan individu untuk menunda penyelesaian suatu tugas meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut akan

berdampak negatif. Mahasiswa yang mampu menghindari penundaan menunjukkan kemampuan pengendalian diri dan manajemen waktu yang baik.

Dengan demikian, kemampuan menghindari penundaan merupakan indikator penting dalam manajemen waktu mahasiswa, karena berpengaruh terhadap ketepatan waktu penyelesaian tugas, peningkatan produktivitas, serta pencapaian tujuan akademik secara optimal.

e) Evaluasi penggunaan waktu

Evaluasi penggunaan waktu merupakan kemampuan individu untuk menilai kembali bagaimana waktu telah dimanfaatkan dalam melaksanakan berbagai aktivitas, serta mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dalam pengelolaan waktu tersebut. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui tingkat efektivitas penggunaan waktu dan menjadi dasar perbaikan dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan selanjutnya. Dalam konteks mahasiswa, evaluasi penggunaan waktu penting untuk meningkatkan kualitas manajemen waktu dalam menyelesaikan tugas akademik, khususnya tugas akhir.

Menurut Covey (2024), evaluasi penggunaan waktu merupakan bagian dari proses refleksi terhadap aktivitas yang telah dilakukan guna memastikan kesesuaian antara rencana dan

pelaksanaan. Dengan melakukan evaluasi secara rutin, individu dapat mengetahui apakah waktu telah digunakan untuk kegiatan yang benar-benar penting dan mendukung pencapaian tujuan.

Dengan demikian, evaluasi penggunaan waktu merupakan indikator penting dalam manajemen waktu mahasiswa, karena membantu mahasiswa meningkatkan efektivitas pengelolaan waktu secara berkelanjutan, mengurangi pemborosan waktu, serta mendukung pencapaian target akademik secara tepat waktu.

e. Tugas Akhir Mahasiswa

Tugas akhir adalah karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa pada akhir masa studi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar akademik. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia Tahun 2023, tugas akhir harus mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam menerapkan teori, metode, dan teknik yang telah dipelajari selama masa perkuliahan. Proses penyusunan tugas akhir menuntut mahasiswa memiliki komitmen tinggi, keterampilan literasi informasi, dan kemampuan mengatur waktu secara efektif.

Pelaksanaan dalam bimbingan skripsi tentunya tidak selalu mulus, mahasiswa dapat menemui berbagai kesulitan atau hambatan, sehingga tidak sedikit mahasiswa melebihi batas waktu wajar dalam menempuh gelar sarjana (lebih dari 4 tahun). Faktor-faktor penghambat yang mempengaruhi dalam

penulisan skripsi ada dua golongan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang bersumber dari diri sendiri (mahasiswa). Faktor internal meliputi motivasi dan kemampuan mahasiswa dalam menulis skripsi, kesehatan, kesibukan dan manajemen waktu. Faktor eksternal adalah faktor yang bersumber dari luar diri mahasiswa atau dari lingkungan. Faktor eksternal meliputi lingkungan, keluarga, teman sebaya, administratif skripsi, referensi, sistem pengelolaan skripsi oleh fakultas, dan dosen pembimbing.

Adapun faktor penghambat lainnya kecemasan saat menyusun skripsi adalah adanya suatu kesulitan atau hambatan yang dirasakan mahasiswa baik bersifat internal maupun external, Banyak mahasiswa mengalami kecemasan Ketika berurusan dengan birokrasi, menghadapi dosen pembimbing, dan penguji (Destian & Dkk, 2024:2608).

(Widiyastuti & Dkk 2023) Tugas akhir adalah karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akademik untuk memperoleh gelar sarjana, yang disusun berdasarkan penelitian atau kajian teoritis dengan bimbingan dosen pembimbing.

Tugas akhir bukan hanya bentuk penilaian akademik, tetapi juga sarana pembentukan karakter ilmiah, kedisiplinan, serta kemampuan mahasiswa dalam berpikir kritis dan memecahkan masalah secara nyata. dan tugas akhir menjadi indikator utama pencapaian kognitif mahasiswa dan penguasaan metodologi ilmiah sesuai dengan disiplin ilmunya masing-masing.

Dalam konteks mahasiswa, penyusunan tugas akhir seringkali menghadapi berbagai kendala, seperti kesulitan menentukan judul, keterbatasan referensi, manajemen waktu yang kurang baik, serta rendahnya motivasi. Oleh karena itu, kemampuan manajemen waktu yang efektif menjadi faktor penting dalam membantu mahasiswa menyelesaikan tugas akhir secara optimal.

1. Tujuan Tugas Akhir

Tujuan penyusunan tugas akhir meliputi:

- a. Menunjukkan kemampuan akademik mahasiswa dalam menyusun karya ilmiah.
- b. Mengintegrasikan pengetahuan teoritis dan praktis.
- c. Melatih kemandirian, ketekunan, dan tanggung jawab akademik.

2. Permasalahan Umum dalam Penyusunan Tugas Akhir

Dari hasil survei yang dilakukan oleh (Mufatihah & Dkk 2025:574), ditemukan berbagai kendala yang sering dihadapi mahasiswa:

- a. Manajemen waktu yang buruk

Manajemen waktu yang buruk merupakan kondisi ketika individu tidak mampu merencanakan, mengatur, dan

memanfaatkan waktu secara efektif dalam menjalankan berbagai aktivitas. Kondisi ini ditandai dengan ketidakjelasan tujuan, tidak adanya skala prioritas, serta ketidakteraturan dalam pelaksanaan kegiatan. Dalam konteks mahasiswa, manajemen waktu yang buruk sering berdampak pada keterlambatan penyelesaian tugas akademik, termasuk tugas akhir.

Selanjutnya, Macan (2024), menyatakan bahwa manajemen waktu yang buruk berkaitan dengan rendahnya perilaku perencanaan dan pengendalian waktu. Mahasiswa yang tidak mampu mengatur waktu dengan baik cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dan kinerja akademik yang lebih rendah. Manajemen waktu yang buruk menjadi faktor penghambat keberhasilan akademik mahasiswa, karena menyebabkan penggunaan waktu yang tidak efektif, meningkatnya tekanan akademik, serta keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akhir.

b. Kurangnya motivasi

Kurangnya motivasi merupakan kondisi ketika individu tidak memiliki dorongan yang kuat untuk melakukan aktivitas belajar atau menyelesaikan tugas akademik. Motivasi berperan sebagai penggerak utama yang

menentukan intensitas usaha, ketekunan, dan arah perilaku belajar. Dalam konteks mahasiswa, kurangnya motivasi dapat menyebabkan rendahnya minat belajar, menurunnya semangat dalam mengerjakan tugas, serta keterlambatan dalam penyelesaian tugas akhir.

Menurut (Rahman, 2021:289), motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri individu yang menimbulkan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan tersebut. Apabila motivasi belajar rendah, maka aktivitas belajar tidak berlangsung secara optimal dan tujuan pembelajaran sulit tercapai.

c. Hubungan dengan dosen pembimbing

Hubungan dengan dosen pembimbing merupakan faktor penting yang memengaruhi kelancaran proses penyelesaian tugas akhir mahasiswa. Hubungan yang baik ditandai dengan komunikasi yang efektif, keterbukaan, serta adanya saling pengertian antara mahasiswa dan dosen pembimbing. Dalam konteks akademik, hubungan yang harmonis dengan dosen pembimbing dapat memberikan arahan, motivasi, dan dukungan yang dibutuhkan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir tepat waktu.

Menurut Sugiyono (2022), proses bimbingan yang efektif memerlukan komunikasi dua arah yang baik antara pembimbing dan mahasiswa. Ketidak harmonisan hubungan atau kurangnya komunikasi dapat menghambat proses bimbingan, sehingga berdampak pada keterlambatan penyelesaian tugas akhir.

Dengan demikian, hubungan dengan dosen pembimbing menjadi salah satu faktor eksternal yang memengaruhi manajemen waktu dan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Hubungan yang baik akan memperlancar proses bimbingan, meningkatkan motivasi, serta membantu mahasiswa mengelola waktu secara lebih efektif.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Adapun beberapa kajian pustaka yang relevan dan yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

1. (Utami, 2024) Mengenai *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik dalam Penyusunan Skripsi* menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain rendahnya motivasi belajar, kurangnya kemampuan mengatur waktu, serta adanya rasa takut gagal dalam menyelesaikan skripsi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan manajemen waktu

yang rendah cenderung lebih sering menunda pengerjaan skripsi sehingga penyelesaian tugas akhir menjadi lebih lama.

2. (Yulianto, 2024) Tentang *Prokrastinasi Akademik dan Keterlambatan Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Semester Akhir*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan keterlambatan penyelesaian skripsi. Mahasiswa yang tidak mampu mengelola waktu dengan baik cenderung mengalami kesulitan dalam menyusun jadwal penelitian dan sering menunda pengerjaan tugas akademik.
3. (Venanda, 2022) Mengenai *Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi* menemukan bahwa efikasi diri memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi yang dilakukan.
4. Suyasa (2021) Menunjukkan bahwa faktor psikologis seperti perfeksionisme, kecemasan terhadap evaluasi, dan rendahnya rasa percaya diri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi cenderung

menunda pengerjaan tugas karena takut hasil yang diperoleh tidak sesuai dengan harapan.

C. Kerangka Berfikir

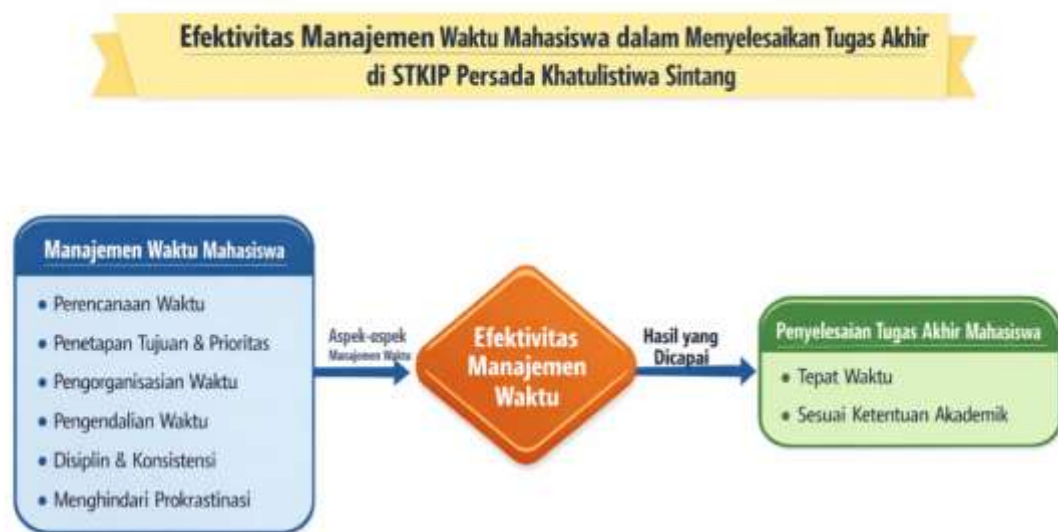
Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi, disiplin, dan kesehatan mental, serta faktor eksternal seperti lingkungan, beban tugas, dan fasilitas. Interaksi dari faktor-faktor tersebut menentukan efektivitas mahasiswa dalam menyusun dan menyelesaikan tugas akhir secara tepat waktu.

Penyusunan tugas akhir merupakan proses akademik yang kompleks dan menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan perencanaan, pengaturan, dan pengendalian waktu secara efektif. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan baik cenderung lebih disiplin dalam menyusun jadwal bimbingan, mengerjakan revisi, serta menyelesaikan tugas akhir sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan.

Manajemen waktu, menurut Macan (2020), mencakup kemampuan individu dalam menetapkan tujuan, menyusun prioritas, membuat perencanaan, dan melakukan pengendalian terhadap penggunaan waktu. Aspek-aspek tersebut berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik, khususnya dalam penyelesaian tugas akhir.

Efektivitas manajemen waktu mahasiswa dapat dilihat dari kemampuannya dalam memanfaatkan waktu secara optimal untuk kegiatan yang mendukung penyusunan tugas akhir, seperti mencari referensi, menulis proposal, melakukan penelitian, dan menyelesaikan laporan akhir. Apabila manajemen waktu dilakukan secara efektif, maka proses penyelesaian tugas akhir akan berjalan lebih terarah, terstruktur, dan tepat waktu.

Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang kurang efektif cenderung mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akhir, sering menunda pekerjaan, serta mengalami stres akademik. Oleh karena itu, efektivitas manajemen waktu dipandang sebagai faktor yang memengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir.



Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran Penelitian (Efektivitas Manajemen Waktu Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir), Menurut Covey (2022).

D. Hipotesis Penelitian

Sugiyono (2022:63) Menyatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

Dalam penelitian ini hipotesis yang digunakan adalah hipotesis deskriptif, yaitu dugaan sementara terhadap kondisi suatu variabel. Menurut

Sugiyono (2022), hipotesis deskriptif merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah deskriptif yang berkenaan dengan nilai atau kondisi variabel tunggal. penelitian ini menggunakan uji satu pihak karena hipotesis bersifat berarah, yaitu untuk mengetahui apakah manajemen waktu mahasiswa berada pada kategori efektif (baik).

Berdasarkan keterangan di atas, maka hipotesis dalam penelitian dapat disusun sebagai berikut:

- Ho : Efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir berada pada kategori tidak efektif.
- H1 : Efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir berada pada kategori efektif.