

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di STKIP Persada Khatulistiwa Sintang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah saya lakukan mengenai efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di STKIP Persada Khatulistiwa Sintang berada pada kategori efektif.
2. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, saya menyimpulkan bahwa efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di STKIP Persada Khatulistiwa Sintang tergolong efektif. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah mampu merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu dengan baik dalam proses penyelesaian tugas akhir. Mahasiswa juga cukup mampu menetapkan prioritas, menjalankan jadwal yang telah dibuat, menghindari penundaan pekerjaan, serta berupaya mencapai target penyelesaian tugas akhir sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa efektivitas manajemen waktu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir berada pada kategori efektif dapat diterima.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh oleh peneliti, maka peneliti memberikan beberapa saran yang bermanfaat sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa akhir yang sedang dalam menyelesaikan tugas akhir diharapkan dapat terus meningkatkan kemampuan dalam mengelola waktu, terutama dalam menyusun jadwal kegiatan, menentukan prioritas pekerjaan, serta menghindari perilaku menunda-nunda (prokrastinasi). Dengan manajemen waktu yang baik, proses penyelesaian tugas akhir dapat berjalan lebih terarah, efektif, dan selesai tepat waktu.

2. Bagi Dosen Pembimbing

Dosen pembimbing diharapkan dapat terus memberikan arahan, motivasi, dan pendampingan kepada mahasiswa selama proses penyusunan tugas akhir sehingga mahasiswa dapat lebih disiplin dalam menjalankan target dan jadwal yang telah ditetapkan.

3. Bagi STKIP Persada Khatulistiwa Sintang

Pihak kampus diharapkan dapat memberikan dukungan melalui program pelatihan atau seminar mengenai manajemen waktu, pengelolaan diri, dan strategi penyelesaian tugas akhir agar mahasiswa semakin siap dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang diduga memengaruhi penyelesaian tugas akhir, seperti motivasi belajar, prokrastinasi akademik, stres akademik, atau dukungan sosial sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih luas dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Adityas, A., & Hadi, C. (2022). Perilaku Prokrastinasi: Berbasis Performansi Kerja . *Brpkm Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental* [Http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Index.Php/Brpkm](http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Index.Php/Brpkm) E-Issn: 2776-1851, 325-329.
- Arianti, M. (2022). Meta Analisis: Efikasi Diri Dan Prokrastinasi Akademik. *Diss. Universitas Islam Indonesia*.
- Astari, A. Z., & Nastiti, D. (2023). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Researchjet Journal Of Analysis And Inventions*, 2(3), 1-12.
- Bali, M. M., & Hasanah, F. (2022). Aksentuasi Disiplin Belajar Mahasiswa Dalam Moda Hybrid Learning Di Era Pandemi Covid-19: Persepsi Pendidik. *Jurnal Basicedu* Vol, 6(3)., 4210 - 4219.
- Britton, B. (2023). Manajemen Waktu Dan Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Chaerudin, T. R., Gumelar, A. S., & Mulyeni, S. (2025). Manajemen Waktu Mahasiswa Aktivis Organisasi Dalam Menyelesaikan Studi Tepat Waktu: Pendekatan Kualitatif Poac. *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner*, 2(02), 107-117.
- Dayantri, S., & Netrawati. (2023). Time Management And Students' Academic Procrastination. *Current Issues In Counseling*, 3(2), . Doi: <https://doi.org/10.24036/0438cic>, 96-103.
- Destian, E. R., Agustian, A., & Wahyudin. (2024). Inovasi Model Dan Strategi Pembelajaran Dalam Implementasi Kurikulum Merdeka. *Journal Of Education Research*, 5(3), <https://doi.org/10.37985/Jer.V5i3.1153>, 2608–2617.
- Deviani, E., Puji, & Yani, D. (2023). Implementasi Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Apotek Kencana Jaya. *Jurnal Ilmiah Multidisipin*, 1(1)., 13-23.
- Efandi, S., Putri, R. N., & Indrayeni, W. (2025). *Teori Psikologi Komprehensif Edisi 1- Psikologi Pendidikan & Psikologi Organisasi/Industri*. Suluah Kato Khatulistiwa.
- Fajri, E. M. (2024). Problematika Anxiety Disorder Pada Remaja Di Era Modern. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi (Jipp)*, 2(3), Doi: <https://doi.org/10.61116/Jipp.V2i3.302>, 95-102.
- Hidayah, N., & Atmoko, A. (2014). *Landasan Sosial Budaya Dan Psikologis Pendidikan*. Penerbit Gunung Samudera [Grup Penerbit Pt Book Mart Indonesia].
- Hidayanto, D. N. (2023). *Manajemen Waktu: Filosofi Teori Implementasi*. Pt. Rajagrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Irwansyah, M. R., & Asrida, P. D. (2021). Does Time Management And Peer Management Affect The Academic Procrastination Of Students? *International*

Journal Of Research And Innovation In Social Science (Ijriss) |Volume V, Issue I, January, 318-322.

- Khairunnas, Maurissa, A., & Mayasari, P. (2025). Manajemen Waktu Dan Self Efficacy Dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. *Banda Nursing Journal*, 2(1), , 12-20.
- Macan, T. H. (2020). Manajemen Waktu Dan Kinerja Akademik Mahasiswa. . *Jurnal Manajemen Pendidikan*.
- Macan, T. H. (2024). Perilaku Manajemen Waktu Dan Pengendalian Distraksi. . *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Marpaung, A. N., & Lumbanbatu, M. J. (2025). Efektivitas Manajemen Waktu Dalam Meningkatkan Disiplin Absen Dan Prestasi Belajar Mahasiswa Di Prodi Komputerisasi Akuntansi. *Jurnal Media Informatika*, 6(2), <https://doi.org/10.55338/Jumin.V6i2.5741>, 789-792.
- Mediastuti, Rahma, & Nurhadiani, R. D. (2022). Hubungan Manajemen Waktu Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xii Sman 4 Bekasi. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 6(2), 31-39.
- Mufatihah, Z., Zelya, A. P., Puriani, R. A., & Putri, R. M. (2025). Fenomena Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Edu Research*, 6(1), <https://doi.org/10.47827/Jer.V6i1.564>, 573-580.
- Nabila, I. S., & Nastiti, D. (2023). Pengaruh Regulasi Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. . *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(2), 260-272.
- Nurdiansah, I. D., & Darmawan, D. (2025). Academic Procrastination Among Students: Psychological Factor Contributions Of Academic Stress, Self-Efficacy, And Self-Control. *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama Volume 17 Number 2*, 1-14.
- Nursa'adah, S. I. (2025). Ubugan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang . (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Puspita, B. K., & Kumalasari, D. (2022). Prokrastinasi Dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 79-87.
- Puspita, W. A. (2023). Manajemen Waktu Berpengaruh Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu. *Karimah Tauhid, Volume 2 Nomor 4*, 1049-1057.
- Putri, N. S., Syahril, Y. F., & Habibaturrahmah. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Negeri 9 Padang. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Sosial Budaya*, 1(2), 380-384.

- Rahayu, R., & Rindrayani, S. R. (2025). Menguji Keabsahan Data Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Dan Keguruan*, 3(2), 327-331.
- Rahmadani, D. (2020). Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X Melalui Teknik Self Management Di Smk Yayasan Pendidikan Delisha Tandam Hilir Ii. *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan Dan Konseling Islam (Ikabki)*, 2(1), 1-12.
- Rahman, S. (2021). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar.*, 289-302.
- Ramaiah, & Savitri. (2025). Kecemasan: Bagaimana Mengatasi Penyebabnya. *Yayasan Obor Indonesia*.
- Riadhah, C. A., Aliyah, N., Zahrani, Sabikha, G. P., Ramulan, F., & Nuwansa, R. (2025). Meningkatkan Produktivitas Mahasiswa Melalui Intervensi Manajemen Waktu. *Jurnal Medika: Medika*, 4(3), 670-677.
- Rusmaini, Gunartin, Surasni, & Lubis, M. (2021). Mengatasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik. *Pekodimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 30-39.
- Salsabila, D., Faslah, R., & Yohana, C. (2023). Pengaruh Efikasi Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Di Smkn 31 Jakarta. *Berajah Journal*, 3(1), 131-142, 131-142.
- Setiabudi, A., Us, K. A., & Shalahudin. (2025). Manajemen Konflik, Manajemen Stress, Manajemen Waktu Dalam Manajemen Pendidikan. *Sulawesi Tenggara Educational Journal*, 5(1), 46-55.
- Setiyowati, A. J., Rachmawati, I., & Prihatiningsih, R. (2023). *Academic Burnout Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Media Nusa Creative (Mnc Publishing).
- Shiddiq, M. I., & Pranata, R. (2024). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(4), <https://doi.org/10.55081/Jur dip.V4i4.2488>, 1354-1362.
- Siagian, N., Pasaribu, J., & Siagian, T. M. (2023). The Power Of Robots: A Dedication Of Computer Science For Human Capitals Management. *Jurnal Penelitian Pendidikan Ipa*, 9(Specialissue), 939-944.
- Sidqi, M. H., Nurdiansah, I. D., & Darmawan, D. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa: Kejenuhan Akademik, Kecanduan Media Sosial, Dan Stres Akademik. *Fondatia*, 9(2), 437-460.
- Silalahi, N. B., & Saragih, N. A. (2022). Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X Smk Negeri 6 Medan Tahun Ajaran 2021-2022. *Alacrity: Journal Of Education*, [Doi: https://doi.org/10.52121/Alacrity.V2i2.85](https://doi.org/10.52121/Alacrity.V2i2.85), 78-84.

- Steel, P. (2024). Teori Prokrastinasi Dan Perilaku Menunda. *Jurnal Psikologi*.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadianto, & Pratitis. (2022). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Sukatin, Kharisma, I. P., & Safitri, G. (2023). Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi Pada Prestasi Belajar. *Educational Leadership: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(1) Doi: <https://doi.org/10.24252/Edu.V3i1.39695>, 28-39.
- Suyasa. (2021). Hubungan Perfeksionisme Dan Kecemasan Evaluasi Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*.
- Syelviani, M. (2020). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Mencapai Efektivitas Bagi Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Program Studi Manajemen Unisi). *Jurnal Analisis Manajemen*, 6(1), Doi: <https://doi.org/10.32520/Jam.V6i1.1028>, 66-75.
- Tarumasely, & Yowelna. (2024). *Meningkatkan Kemampuan Belajar Mandiri (Panduan Untuk Mengembangkan Self-Regulated Learning)*. Academia Publication.
- Turmudi, I., & Suryadi. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *Al-Tazkiah Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 10(1), 39-58.
- Umar, A. T., Andriani, C., Manik, E. B., Ayu, D. P., & Sitepu, C. M. (2026). Pengaruh Efikasi Diri Dan Gaya Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (Jppi)*, 6(1) <https://doi.org/10.53299/Jppi.V6i1.3015>, 359-371.
- Uno, H. B. (2022). *Teori Motivasi Dan Pengukurannya: Analisis Di Bidang Pendidikan*. Jakarta.
- Utami, W. (2024). Meneliti Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokratinasi Akademik Dalam Penyusunan Skripsi. *Jurnal Pendidikan*
- Venanda, y. a. (2022). Hubungan Efikasi Diri (*self efficacy*) Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa. *jurnal psikologi tabularasa*, 17(1), 40–55. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8090>
- Wahyuningrum, S. R., & Damayanti, M. C. (2024). Self-Management: Peningkatan Konsentrasi Belajar Siswa Smpn 1 Galis. *Proceedings Of The 8th International Conference On Islamic Studies (Iconis)* July, 1-11.
- Widiyastuti, N. E., Sanulita, H., Waty, E., Qani'ah, B., Purnama, W. W., Tawil, M. R., . . . Rumata, N. A. (2023). *Inovasi & Pengembangan Karya Tulis Ilmiah: Panduan Lengkap Untuk Penelitian Dan Mahasiswa*. . Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Wijaya, C. (2024). *Manajemen Pendidikan Islam Teoritis Dan Praktik*. Umsu Press.

Yulianto. (2024). Prokrastinasi Akademik Dan Keterlambatan Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Ilmu Pendidikan*.