



Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa politeknik muara teweh

Maslianor

Politeknik Muara Teweh

*Corresponding Author e-mail: maslianor477@gmail.com

Abstrak: *This research was conducted with the aim of: (1). Testing and analyzing the partial influence of time management on academic achievement of Muara Teweh Polytechnic students. (2). Testing and analyzing the partial influence of learning motivation on academic achievement of Muara Teweh Polytechnic students. and (3). Testing and analyzing the influence of time management and learning motivation simultaneously on academic achievement of Muara Teweh Polytechnic students. This research uses explanatory research. While the data sources use primary data through questionnaires and secondary data. The population in this study are students who are still actively studying at Muara Teweh Polytechnic. The sample in this study is 70 Muara Teweh Polytechnic students with a sampling technique using saturated sampling. Data collection techniques are by means of observation, questionnaires, literature, and documents. Data validity testing is carried out by validation testing and reliability testing. The data analysis technique uses the IBM SPSS Statistics Program Version 25, the analysis method used is multiple linear regression analysis. The results of the study indicate that Time Management partially has a statistically significant but negative effect on Student Academic Achievement and Learning Motivation partially has a significant and positive effect on Student Academic Achievement. Meanwhile, Time Management and Learning Motivation simultaneously have a significant effect on Student Academic Achievement at Muara Teweh Polytechnic.*

Keywords: *Time Management, Learning Motivation, Student Academic Achievement.*

Abstrak: Penelitian ini dilakukan dengan Tujuan untuk: (1). Menguji dan Menganalisis Pengaruh Manajemen Waktu secara Parsial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh. (2). Menguji dan Menganalisis pengaruh Motivasi Belajar secara parsial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh. dan (3). Menguji dan Menganalisis Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar secara Simultan Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *explanatory research*. Sedangkan sumber data menggunakan data primer melalui kuesioner dan data sekunder. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa yang masih aktif kuliah di Politeknik Muara Teweh. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Politeknik Muara Teweh berjumlah 70 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan Sampling Jenuh. Teknik pengumpulan data dengan cara Observasi, Kuesioner, Kepustakaan, dan Dokumen. Uji keabsahan data dilakukan dengan Uji Validasi dan Uji Reliabilitas. Teknik Analisis datanya menggunakan Program IBM SPSS *Statistic* Versi 25, Metode analisis yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda. Hasil Penelitian Menunjukkan bahwa Manajemen Waktu secara parsial berpengaruh signifikan secara statistik tetapi bertanda negatif terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa dan Motivasi Belajar secara parsial berpengaruh signifikan dan Positif terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. Sedangkan Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar secara Simultan berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh.

Kata Kunci: Manajemen Waktu, Motivasi Belajar, Prestasi Akademik Mahasiswa.

How to Cite: Maslianor. Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa politeknik muara teweh. Journal Scientific of Mandalika (JSM) E-ISSN 2745-5955 | P-ISSN 2809-0543, 7(2),784-793.
<https://doi.org/10.36312/10.36312/vol4iss1pp710-719>



<https://doi.org/10.36312/10.36312/vol4iss1pp710-719>

Copyright©2026, Author (s)

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



PENDAHULUAN

Pendidikan Tinggi adalah salah satu fondasi utama dalam pengembangan sumber daya manusia (*SDM*) yang berkualitas. Di zaman globalisasi dan kemajuan teknologi yang cepat, mahasiswa diharapkan memiliki keahlian yang tidak hanya sebatas pada pengetahuan akademik, tetapi juga keterampilan manajerial dan dorongan yang tinggi. Politeknik Muara Teweh sebagai institusi pendidikan tinggi memiliki posisi strategis dalam mempersiapkan mahasiswa agar siap menghadapi tantangan dunia kerja yang semakin rumit. Salah satu elemen yang berperan besar dalam keberhasilan akademis mahasiswa adalah pengelolaan waktu. Pengaturan waktu yang tepat memungkinkan mahasiswa untuk merancang dan mengorganisir aktivitas belajar mereka secara efisien, sehingga hasil belajar dapat dioptimalkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Britton dan Tesser (1991), mahasiswa yang memiliki keterampilan mengelola waktu dengan baik cenderung mencapai hasil akademis yang lebih baik. Ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengatur waktu dengan efektif dapat membantu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas, mempersiapkan diri untuk ujian, dan mengikuti kegiatan belajar lainnya. Selain pengelolaan waktu, tingginya semangat untuk belajar juga menjadi elemen penting yang berpengaruh terhadap hasil akademik. Terdapat dua kategori motivasi belajar, yaitu motivasi yang berasal dari dalam diri dan motivasi yang datang dari

luar. Motivasi dari dalam, yang muncul dari ketertarikan dan kepuasan individu terhadap cara belajar, mampu meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam proses pembelajaran. Sebaliknya, motivasi dari luar yang dipicu oleh faktor-faktor seperti hadiah dan pengakuan juga memiliki dampak pada prestasi mahasiswa. Ryan dan Deci (2000) menyoroti signifikansi motivasi dalam aktivitas belajar, di mana mahasiswa yang memiliki motivasi cenderung lebih terlibat dan menunjukkan hasil yang lebih baik.

Pendidikan Vokasi di Politeknik Muara Teweh membutuhkan penggabungan antara pengetahuan teoritis dan keterampilan praktis, sehingga para mahasiswa di Politeknik Muara Teweh menemui tantangan unik dalam menyeimbangkan tuntutan akademis dan aktivitas di lapangan. Kejadian *multitasking* ini sering menyebabkan adanya stres karena waktu dan menurunnya efektivitas dalam belajar. Bukti *empirical* mengindikasikan bahwa pengelolaan waktu menjadi elemen penting dalam meraih kesuksesan akademik, terutama di lingkungan pendidikan tinggi yang padat. Di sisi lain, motivasi baik dari dalam diri maupun dari luar sangat berpengaruh terhadap ketahanan akademik mahasiswa. Faktor motivasi belajar memainkan peran krusial dalam mempertahankan disiplin akademik meskipun terganggu oleh berbagai hal seperti pekerjaan paruh waktu atau kegiatan di luar studi, di mana motivasi yang tinggi dapat menyeimbangkan keterbatasan waktu dan menghasilkan Indeks Prestasi Akademik (IPK) yang baik. Di Politeknik Muara Teweh mahasiswa menghadapi berbagai tantangan dalam hal pengelolaan waktu dan pemeliharaan semangat belajar. Mahasiswa sebagai peserta didik di Perguruan Tinggi, adalah calon intelektual yang diharapkan untuk kreatif, aktif, dan rajin dalam belajar serta menyelesaikan tugas-tugas akademik, banyak dari mereka merasakan kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan studi dan kegiatan di luar seperti membagi waktu antara kuliah, tugas, dan aktivitas pribadi, Kondisi ini dapat berakibat pada turunnya motivasi dan pencapaian akademik. Situasi yang ada di Politeknik Muara Teweh menunjukkan adanya masalah manajemen waktu, terlihat dari keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, rendahnya partisipasi dalam kegiatan praktik, dan ketidakteraturan jadwal belajar. Survei awal yang dilakukan terhadap 70 mahasiswa semester Ganjil dan Genap menunjukkan bahwa 64% mahasiswa kesulitan dalam membagi waktu antara Kuliah, Praktik, dan Kegiatan Pribadi (*Berorganisasi dan Bekerja Paruh Waktu*). Dengan demikian, penelitian ini sangat penting untuk memahami hubungan antara manajemen waktu dengan motivasi belajar dan efek kolaboratifnya terhadap prestasi akademik mahasiswa dalam konteks pendidikan vokasional di Muara Teweh. Oleh karena itu, penting untuk melakukan studi komprehensif mengenai dampak pengelolaan waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa di Politeknik Muara Teweh. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara pengelolaan manajemen waktu, motivasi belajar, dan hasil prestasi akademik mahasiswa. Dengan memahami keterkaitan antara ketiga variabel tersebut, diharapkan akan tercipta strategi efektif untuk meningkatkan hasil prestasi akademik mahasiswa, serta memberikan saran untuk penyempurnaan program pendidikan di Politeknik Muara Teweh. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan dampak yang bermakna bagi pengembangan kebijakan pendidikan serta praktik pengajaran di lembaga Politeknik Muara Teweh, sekaligus memberikan wawasan kepada mahasiswa dalam mengatur waktu dan meningkatkan motivasi belajar mereka.

KAJIAN TEORI

Manajemen waktu.

Manajemen waktu merupakan suatu cara untuk merencanakan dan mengatur seberapa banyak waktu yang digunakan untuk aktivitas tertentu. Dengan manajemen waktu yang efektif, seseorang dapat melakukan pekerjaan dengan lebih cerdas, bukan lebih keras, sehingga mampu menyelesaikan lebih banyak hal dalam periode yang lebih singkat, mengurangi tingkat stres, dan meningkatkan efisiensi. Berdasarkan Penelitian Macan (1994), manajemen waktu mencakup perencanaan, pengaturan, dan pengendalian durasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Dalam bidang pendidikan, keterampilan mengelola waktu sangat krusial bagi mahasiswa. mahasiswa sering kali harus menghadapi banyak tuntutan, seperti kuliah, ujian, aktivitas di luar kuliah, dan kewajiban pribadi. Kurangnya kemampuan dalam manajemen waktu yang efektif bisa membuat mahasiswa merasa terbebani dan kesulitan meraih target akademis mereka.

Berikut adalah beberapa alasan yang menunjukkan mengapa mengelola waktu itu penting dalam dunia pendidikan:

1. Meningkatkan Produktivitas, dengan mengatur waktu secara optimal, mahasiswa dapat menyelesaikan pekerjaan dan belajar dengan lebih baik. Ini memungkinkan mereka untuk menggunakan waktu yang ada secara maksimal.
2. Mengurangi Stres, Pengelolaan waktu yang efektif membantu mahasiswa untuk menghindari penundaan dan melaksanakan tugas sesuai jadwal, sehingga mengurangi tekanan dan kecemasan yang sering dirasakan selama ujian atau tenggat tugas.
3. Menciptakan Keseimbangan, mahasiswa perlu menemukan keseimbangan antara aktivitas akademik dan nonakademik. Pengelolaan waktu yang baik memungkinkan mereka untuk mengatur waktu untuk belajar, berkumpul dengan teman, dan bersantai.

Manajemen waktu terdiri dari beberapa komponen kunci yang dapat membantu mahasiswa dalam mengatur waktu mereka dengan lebih baik:

1. Perencanaan, Merencanakan kegiatan harian, mingguan, atau bulanan adalah langkah pertama dalam manajemen waktu. Mahasiswa perlu menetapkan tujuan yang jelas dan membuat daftar tugas yang harus diselesaikan.
2. Prioritas, Menentukan prioritas tugas sangat penting. Mahasiswa harus mampu membedakan antara tugas yang mendesak dan penting, serta mengalokasikan waktu yang cukup untuk menyelesaikannya.
3. Penjadwalan, Menggunakan alat bantu seperti kalender atau aplikasi manajemen waktu dapat membantu mahasiswa dalam menjadwalkan kegiatan mereka. Penjadwalan yang baik memungkinkan mahasiswa untuk melihat gambaran besar dari waktu yang tersedia dan mengatur waktu untuk belajar dan kegiatan lainnya.

4. Evaluasi, Setelah menyelesaikan tugas, penting untuk mengevaluasi seberapa baik manajemen waktu dilakukan. Mahasiswa perlu merefleksikan apa yang berhasil dan apa yang tidak, serta membuat penyesuaian untuk perencanaan di masa depan.

Ada beberapa teknik manajemen waktu yang dapat diterapkan oleh mahasiswa untuk meningkatkan efisiensi belajar mereka:

1. Metode Pomodoro, Teknik ini melibatkan pembagian waktu belajar menjadi interval 25 menit, diikuti dengan istirahat singkat. Setelah empat interval, mahasiswa dapat mengambil istirahat yang lebih panjang. Metode ini membantu meningkatkan fokus dan mengurangi kelelahan.
2. Matriks *Eisenhower*, Teknik ini membantu mahasiswa untuk memprioritaskan tugas berdasarkan urgensi dan kepentingan. Tugas dibagi menjadi empat kategori, penting dan mendesak, penting tetapi tidak mendesak, mendesak tetapi tidak penting, dan tidak mendesak serta tidak penting.
3. Daftar Tugas, Membuat daftar tugas harian atau mingguan dapat membantu mahasiswa untuk tetap terorganisir dan memastikan bahwa semua tugas diselesaikan tepat waktu.

Pada Penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu yang baik berhubungan positif dengan prestasi akademik. Menurut Britton dan Tesser (1991), mahasiswa yang menerapkan teknik manajemen waktu yang efektif cenderung memiliki nilai yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak. Hal ini disebabkan oleh kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas tepat waktu, mengurangi stres, dan meningkatkan fokus selama proses belajar. Selain itu, manajemen waktu yang baik juga dapat meningkatkan motivasi belajar. Ketika mahasiswa merasa bahwa mereka memiliki kontrol atas waktu mereka dan dapat menyelesaikan tugas dengan baik, mereka cenderung lebih termotivasi untuk belajar dan berpartisipasi dalam kegiatan akademik. Manajemen waktu adalah keterampilan penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa untuk mencapai prestasi akademik yang baik. Dengan perencanaan yang baik, penjadwalan yang efektif, dan penerapan teknik manajemen waktu, mahasiswa dapat meningkatkan produktivitas, mengurangi stres, dan menciptakan keseimbangan antara kegiatan akademik dan non-akademik. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk memberikan pelatihan dan sumber daya yang mendukung pengembangan keterampilan manajemen waktu di kalangan mahasiswa.

Motivasi Belajar Mahasiswa.

Motivasi belajar adalah dorongan yang mendorong individu untuk terlibat dalam proses belajar. Motivasi ini dapat berasal dari dalam diri individu (*motivasi intrinsik*) atau dari faktor eksternal (*motivasi ekstrinsik*). Menurut Deci dan Ryan (2000), motivasi belajar memainkan peran penting dalam menentukan seberapa banyak usaha yang akan dikeluarkan oleh mahasiswa dalam belajar, serta seberapa lama mereka akan bertahan dalam menghadapi tantangan akademik. Motivasi belajar dapat dibedakan menjadi dua jenis utama:

1. Motivasi Intrinsik ini adalah dorongan untuk belajar yang berasal dari dalam diri individu. Mahasiswa yang memiliki motivasi intrinsik belajar karena mereka memiliki rasa ingin tahu, minat, atau kepuasan pribadi dalam memahami materi. Mereka cenderung lebih terlibat dalam proses belajar dan lebih mampu mengatasi kesulitan. Menurut Ryan dan Deci (2000), motivasi intrinsik berhubungan dengan kebutuhan dasar manusia untuk mengembangkan diri dan mencapai potensi penuh.
2. Motivasi Ekstrinsik adalah dorongan untuk belajar yang berasal dari faktor eksternal, seperti penghargaan, nilai, atau pengakuan dari orang lain. Mahasiswa yang termotivasi secara ekstrinsik mungkin belajar untuk mendapatkan nilai yang baik, beasiswa, atau pujian dari dosen dan orang tua. Meskipun motivasi ekstrinsik dapat mendorong mahasiswa untuk belajar, penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik lebih berkelanjutan dan berhubungan lebih positif dengan prestasi akademik (Deci, Vallerand, Pelletier, & Ryan, 1991).

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa antara lain:

1. Lingkungan Belajar, Lingkungan yang mendukung, seperti dukungan dari dosen, teman, dan keluarga, dapat meningkatkan motivasi belajar. Lingkungan yang positif dan kondusif untuk belajar dapat mendorong mahasiswa untuk lebih aktif terlibat dalam proses belajar.
2. Tujuan dan Harapan, Mahasiswa yang memiliki tujuan yang jelas dan harapan untuk mencapai prestasi akademik cenderung lebih termotivasi. Penetapan tujuan yang spesifik dan realistis dapat membantu mahasiswa untuk tetap fokus dan berusaha mencapai hasil yang diinginkan.
3. Minat dan Keterlibatan, Minat terhadap materi yang dipelajari dapat meningkatkan motivasi belajar. Ketika mahasiswa merasa tertarik dengan topik yang diajarkan, mereka cenderung lebih aktif dalam belajar dan lebih mampu mengatasi tantangan.

Beberapa strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa antara lain:

- Memberikan Umpan Balik Positif, Umpan balik yang konstruktif dapat membantu mahasiswa memahami kemajuan mereka dan mendorong mereka untuk terus belajar.
- Menciptakan Keterlibatan Aktif, Menggunakan metode pembelajaran yang interaktif dan melibatkan mahasiswa dalam diskusi, proyek kelompok, dan kegiatan praktis dapat meningkatkan motivasi mereka.
- Menetapkan Tujuan yang Jelas, Membantu mahasiswa menetapkan tujuan yang spesifik dan realistis dapat memberikan arah dan fokus dalam proses belajar.

Motivasi belajar memiliki dampak yang signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih disiplin, lebih aktif dalam belajar, dan lebih mampu mengatasi kesulitan. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang termotivasi mungkin mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas, kurang

berpartisipasi dalam kegiatan akademik, dan cenderung memiliki prestasi yang lebih rendah. Motivasi belajar adalah faktor kunci yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa. institusi pendidikan dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk meningkatkan motivasi mahasiswa. Hal ini pada gilirannya dapat berkontribusi pada pencapaian prestasi akademik yang lebih baik.

Prestasi Akademik Mahasiswa.

Prestasi akademik mahasiswa memainkan peran penting dalam proses pembelajaran di Politeknik Muara Teweh. Prestasi ini diraih melalui usaha yang tekun dan pemanfaatan berbagai sumber informasi. Prestasi akademik dinilai berdasarkan nilai dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), yang menunjukkan sejauh mana mahasiswa memahami materi dan berpartisipasi dalam kegiatan akademik.

Prestasi ini juga dianggap sebagai modal untuk memasuki dunia kerja. Mahasiswa yang bekerja mungkin memiliki waktu belajar yang lebih sedikit daripada mereka yang tidak bekerja. Prestasi akademik meliputi nilai, prestasi dalam kompetisi, publikasi ilmiah, dan partisipasi dalam kegiatan akademik, yang mencerminkan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh. Menurut Astin (1993), prestasi akademik adalah salah satu indikator keberhasilan pendidikan tinggi dan dapat mempengaruhi peluang karir di masa depan. Prestasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan eksternal yaitu:

1. Faktor Internal.

- a. Kemampuan Kognitif, Kemampuan kognitif mahasiswa, termasuk kemampuan berpikir kritis, analitis, dan pemecahan masalah, berperan penting dalam prestasi akademik. Mahasiswa dengan kemampuan kognitif yang baik cenderung lebih mampu memahami materi pelajaran dan menyelesaikan tugas dengan baik.
- b. Motivasi Belajar, Seperti yang telah dibahas sebelumnya, motivasi belajar adalah faktor kunci yang mempengaruhi prestasi akademik. Mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih aktif dalam belajar, lebih disiplin, dan lebih mampu mengatasi tantangan.
- c. Manajemen Waktu, Kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktu untuk belajar dan menyelesaikan tugas juga berpengaruh terhadap prestasi akademik. Mahasiswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik dapat menyelesaikan tugas tepat waktu dan menghindari stres yang disebabkan oleh penundaan.
- d. Keterampilan Belajar, Keterampilan belajar, seperti teknik mencatat, membaca efektif, dan strategi belajar lainnya, dapat mempengaruhi seberapa baik mahasiswa memahami dan mengingat informasi.

2. Faktor Eksternal.

- a. Lingkungan Belajar, Lingkungan belajar yang mendukung, termasuk dukungan dari dosen, teman, dan keluarga, dapat meningkatkan motivasi dan prestasi akademik. Lingkungan yang positif dan kondusif untuk belajar dapat mendorong mahasiswa untuk lebih terlibat dalam proses belajar.
- b. Kualitas Pengajaran, Kualitas pengajaran yang diberikan oleh dosen juga berpengaruh terhadap prestasi akademik. Dosen yang mampu menyampaikan materi dengan baik dan menciptakan suasana belajar yang interaktif dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa.
- c. Fasilitas Pendidikan, Akses terhadap fasilitas pendidikan, seperti perpustakaan, laboratorium, dan teknologi informasi, dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk belajar dan mencapai prestasi akademik yang baik.

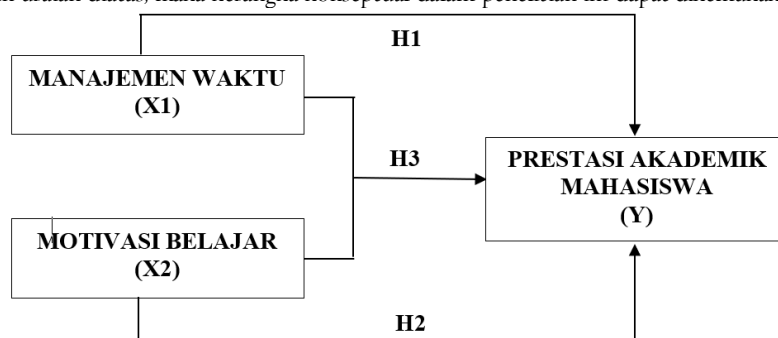
Hubungan antara manajemen waktu, motivasi belajar, dan prestasi akademik. Mahasiswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik cenderung dapat mengatur waktu belajar dan menyelesaikan tugas dengan lebih efisien, yang pada gilirannya dapat meningkatkan prestasi akademik mereka. Selain itu, motivasi belajar yang tinggi mendorong mahasiswa untuk terlibat secara aktif dalam proses belajar, yang juga berkontribusi pada pencapaian prestasi akademik yang lebih baik. Penelitian oleh Britton dan Tesser (1991) menunjukkan bahwa mahasiswa yang menerapkan teknik manajemen waktu yang efektif cenderung memiliki nilai yang lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan manajemen waktu berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan akademik. Demikian pula, penelitian oleh Pintrich dan Schunk (2002) menunjukkan bahwa motivasi belajar yang tinggi berhubungan positif dengan keterlibatan mahasiswa dalam proses belajar, yang pada gilirannya dapat meningkatkan prestasi akademik. Prestasi akademik biasanya diukur melalui beberapa indikator, antara lain:

- a. Nilai, Nilai yang diperoleh mahasiswa dalam ujian, tugas, dan proyek merupakan salah satu indikator utama prestasi akademik. Nilai ini sering kali digunakan untuk menghitung IPK.
- b. Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), IPK adalah rata-rata nilai yang diperoleh mahasiswa selama masa studi. IPK sering digunakan sebagai indikator keberhasilan akademik dan dapat mempengaruhi peluang karir di masa depan.
- c. Pencapaian Lainnya, Selain nilai dan IPK, prestasi akademik juga dapat diukur melalui pencapaian lain, seperti penghargaan akademik, partisipasi dalam penelitian, dan keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah Manajemen Waktu. Manajemen waktu adalah proses perencanaan dan pengendalian yang disadari terhadap penggunaan waktu untuk berbagai kegiatan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan efektivitas, efisiensi, dan produktivitas dalam mencapai tujuan yang diinginkan (Yoevita dan Widjajanti, 2022). Motivasi Belajar adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Baik berasal dari dalam diri maupun dari luar, motivasi memainkan peran krusial dalam semua kegiatan yang berorientasi pada pencapaian, yang memicu seseorang untuk bertindak, melewati hambatan, dan berusaha mencapai hasil yang diinginkan (Winata, 2021). Prestasi akademik mahasiswa adalah sebuah cerminan multidimensi untuk mencetak lulusan yang utuh (Astin, 1993; Pascarella & Terenzini, 2005). Pandangan ini

sejalan dengan kerangka penilaian Program Mawapres (*Ditjen Dikti*) yang menekankan keseimbangan antara kemampuan kognitif dan non-kognitif. Lebih lanjut, kesehatan mental dipandang sebagai fondasi yang memungkinkan pencapaian ini (*Keyes, 2006*), sementara penguasaan *Soft Skills* dibutuhkan untuk mentransformasikan pengetahuan akademik menjadi kompetensi yang relevan dengan dunia kerja (*OECD, 2015*).

Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:



Gambar : 2.1. Model Kerangka Pemikiran

secara parsial baik Manajemen Waktu maupun Motivasi Belajar berpengaruh terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. Secara simultan pun kedua variabel ini juga berpengaruh secara signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. Namun pada beberapa penelitian disebutkan juga bahkan tidak ada pengaruh yang signifikan baik secara parsial maupun simultan.

METODE PENELITIAN.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *eksplanatif*. Sedangkan sumber data yang digunakan adalah data sekunder dan data primer berupa kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Politeknik Muara Teweh sebanyak 70 orang dengan metode pengambilan sampel jenuh. Metode penelitian ini menggunakan statistik deskriptif dengan analisis yang menekankan pada data numerik (*angka-angka*) yang diolah secara signifikan antar variabel yang diteliti. Metode pengumpulan data menggunakan kuesionerdengan *google form* dan metode *skoring* menggunakan *skala likert*. Teknik pengumpulan data menggunakan program IBM SPSS *Statistic* versi 25. Untuk menilai keabsahan data digunakan uji validitas dan uji reliabilitas serta pendekatan analisis yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda dengan menerapkan uji dua sisi (*two-tailed test*). Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel independen (X_1) yang terdiri dari Manajemen Waktu dan (X_2) Motivasi Belajar, dan Variabel Dependen (Y) adalah Prestasi Akademik Mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 70 orang Mahasiswa Politeknik Muara Teweh menjadi responden penelitian ini, yang difokuskan pada satu karakteristik, yaitu Data IPK (*Indeks Prestasi Kumulatif*) Mahasiswa Politeknik Muara Teweh Tahun Akademik 2024/2025.

Adapun karakteristik responden berdasarkan Data IPK (*Indeks Prestasi Kumulatif*) Mahasiswa Politeknik Muara Teweh Semester Ganjil dan Genap Tahun Akademik 2024/2025, dalam penelitian ini adalah:

Tabel. 4.2.

Data IPK (*Indeks Prestasi Kumulatif*) Mahasiswa Politeknik Muara Teweh Tahun Akademik 2024/2025

No.	Tahun Akademik	IPK		Rerataan IPK
		Minimal	Maksimal	
1.	Tahun Akademik 2024/2025 Ganjil.	1,78	4,00	3,28
2.	Tahun Akademik 2024/2025 Genap	1,85	4,00	3,37

Sumber data diolah Tahun 2025.

Tabel 4.2. Menunjukkan bahwa Data IPK (*Indeks Prestasi Kumulatif*) Mahasiswa Politeknik Muara Teweh Tahun Akademik 2024/2025, Pada Semester Ganjil IPK (*Indeks Prestasi Kumulatif*) Mahasiswa, Minimal 1,78, dan Maksimal, 4,00, sedangkan Rerataan IPK 3,28. dan Semester Genap IPK (*Indeks Prestasi Kumulatif*) Mahasiswa, Minimal 1,85, dan Maksimal, 4,00, sedangkan Rerataan IPK 3,37.

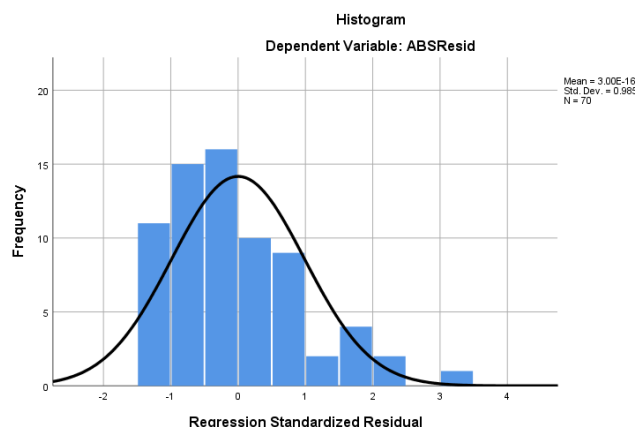
Analisis Data.

Berdasarkan Analisis data yang dilakukan diperoleh gambaran mengenai variabel-variabel yang diteliti yaitu Manajemen Waktu, Motivasi Belajar, dan Prestasi Akademik Mahasiswa. dari tiap-tiap variabel tersebut akan disajikan sebagai berikut:

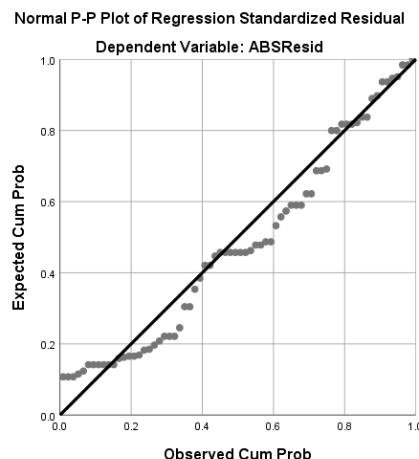
- a. Hasil Uji Validitas Variabel Manajemen Waktu (X1).
Menunjukkan bahwa $df=70-2 \Rightarrow df=68$. nilai r_{tabel} dari $df=68$ adalah 0,2352. nilai r_{hitung} (0,793) $> r_{tabel}$ 0,2352, sebagaimana ditunjukkan pada tabel pada butir XI.5., diatas bahwa variabel Manajemen Waktu (X1) berstatus valid karena karena nilai *koefisien* korelasinya (r_{hitung}) lebih besar dari $> 0,2352$ (r_{tabel}) atau nilai signifikansi lebih kecil dari $< 0,05$, sehingga skor tersebut dapat memberikan representasi yang baik pada variabel Manajemen Waktu tersebut.
- b. Hasil Uji Validitas Variabel Motivasi Belajar (X2).
Menunjukkan bahwa $df=68$ memiliki nilai r_{tabel} sebesar 0,2352. Karena nilai koefisien korelasi (r_{hitung}) lebih besar dari $> 0,2352$ (r_{tabel}) atau nilai signifikansi lebih kecil dari $< 0,05$, maka skor keseluruhan dapat memberikan representasi yang baik dari variabel Motivasi Belajar (X2), sebagaimana ditunjukkan oleh butir X2.2, dimana nilai r_{hitung} (0,841) $> r_{tabel}$ (0,2638).
- c. Hasil Uji Validitas Variabel Prestasi Akademik Mahasiswa (Y).
Menunjukkan bahwa $df=68$ memiliki nilai r_{tabel} sebesar 0,2352. Variabel Prestasi Akademik Mahasiswa (Y) memiliki status valid berdasarkan item Y3, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai r_{hitung} (0,611) $> r_{tabel}$ (0,2352). Hal ini dikarenakan nilai r terhitung dari koefisien korelasi (r_{hitung}) lebih besar dari $> 0,2352$ (r_{tabel}) atau nilai signifikansi lebih kecil dari $< 0,05$, sehingga keseluruhan skor tersebut dapat memberikan representasi yang baik pada Variabel Prestasi Akademik Mahasiswa tersebut.
- d. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian.
Bahwa ketiga variabel penelitian (*Manajemen Waktu, Motivasi Belajar, dan Prestasi Akademik Mahasiswa*) tersebut berstatus *reliabel (handal)*, yaitu pada Variabel Manajemen Waktu (X1) sebesar 0,889, karena nilai koefisien *alpha cronbach* lebih besar dari nilai $\geq 0,60$.

Uji Asumsi Klasik.

- a. Uji Multikolinieritas.
Menunjukkan bahwa nilai VIF X1=2,582, dan VIF X2=2,582, (*tolerance* = 0,387). Karena nilai VIF semua variable independen < 10 (*dan bahkan* < 5), dapat disimpulkan bahwa tidak ada masalah multikolinearitas serius dalam model regresi.
- b. Uji Heteroskedastisitas.
Uji heteroskedastisitas pada varian X1 memiliki nilai Sig. 2 tailed 0,983 $> 0,05$, dan varian X2 memiliki nilai Sig. 2 tailed 0,561 $> 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas, karena nilai signifikansi yang didapat lebih besar dari 0,05 (*tingkat kepercayaan statistik 95% atau 0,05*).
- c. Uji Normalitas.
Hasil uji normalitas dengan melihat normal probability plot dasar pengambilan keputusan.
 - Jika data menyebar disekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal, maka model regresi memenuhi asumsi normalitas.
 - Jika data menyebar jauh dari garis diagonal dan/atau tidak mengikuti arah garis diagonal, maka model regresi tidak memenuhi asumsi normalitas.



Gambar 4.I. Hasil Output Uji Normalitas (Chart).

Gambar 4.2. Hasil Output Uji Normalitas (*P-P Plot*).

d. Uji Autokorelasi.

Berdasarkan Durbin Watson diperoleh nilai DW sebesar 1,494. Nilai tersebut berada pada daerah ragu-ragu ($dL \leq d \leq dU$), sehingga Durbin Watson tidak memberikan keputusan yang pasti terkait autokorelasi. Bandingkan dengan nilai tabel DW dalam model ini terdapat masalah autokorelasi karena nilainya dibawah nilai tabel DW yaitu $dL=1,588$, dan $du=1,642$.

Analisis Regresi Berganda.a. Uji Parsial (*Uji T*).Tabel 4.12. Uji Parsial (*Uji T*)
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	10,557	1,307		8,075	0,000					
	X1	-0,694	0,145	-0,792	-4,788	0,000	-0,139	-0,505	-0,493	0,387	2,582
	X2	0,667	0,132	0,835	5,046	0,000	0,215	0,525	0,520	0,387	2,582

a. Dependent Variable: Y

Uji Parsial (*Uji T*) dilakukan untuk melihat pengaruh suatu variabel independen (*Manajemen Waktu (X1)* dan *Motivasi Belajar (X2)*) terhadap variabel dependen Prestasi Akademik Mahasiswa (Y). Berikut persamaan regresi linier berganda yang diperoleh dari tabel 4.10.

$$Y = 10,557 (X1) + -0,694 (X2) + 0,667 (e)$$

Dari persamaan tersebut, berdasarkan uji linear berganda memberikan informasi bahwa Y sebagai Variabel dependen Prestasi Akademik Mahasiswa (Y) dipengaruhi oleh Manajemen Waktu (X1) sebagai variabel dependen dengan pengaruh sebesar -0,694, pengaruh tersebut lebih kecil dari pada variabel dependen lainnya berupa Motivasi Belajar (X2) sebesar 0,667. dengan demikian bahwa Prestasi Akademik Mahasiswa (Y) dipengaruhi oleh kombinasi variabel Manajemen Waktu (X1) dan Motivasi Belajar (X2). Selain itu masih terdapat e yang merupakan faktor lainnya yang mempengaruhi seperti Faktor Kedisiplinan, Kondisi Fisik dan Emosional Mahasiswa, Lingkungan, Dukungan Sosial, Materi dan Kurikulum Politeknik Muara Teweh.

- Bahwa variabel Manajemen Waktu (X1) memiliki nilai *sig* sebesar 0,000 ($<0,005$), Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga secara parsial Manajemen Waktu (X1) memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik tetapi bertanda negatif terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa (Y) Politeknik Muara Teweh. Nilai koefisien sebesar -0,694 mengindikasikan bahwa untuk setiap kenaikan satu satuan pada skor Manajemen Waktu, Prestasi Akademik justru mengalami penurunan sebesar 0,694 satuan, dengan asumsi variabel lain dalam model tetap konstan.
- Bahwa variabel Motivasi Belajar (X2) memiliki nilai *sig* sebesar 0,000 ($<0,005$), Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga secara parsial Motivasi Belajar (X2) berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa (Y) Politeknik Muara Teweh. Dilihat dari nilai koefisien regresi yang positif sebesar 0,667 dapat disimpulkan bahwa pengaruh tersebut adalah positif, artinya semakin tinggi Motivasi Belajar, maka Prestasi Akademik Mahasiswa cenderung semakin tinggi.

b. Uji F (*Simultan*).Tabel 4.I3. Uji F (*Simultan*)
ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
I	Regression	71,591	2	35,795	13,638	.000 ^b
	Residual	175,852	67	2,625		
	Total	247,443	69			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

Bahwa secara Simultan, Manajemen Waktu (X1) dan Motivasi Belajar (X2) terbukti berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik (Y) Politeknik Muara Teweh. secara Parsial Motivasi Belajar (X1) berpengaruh positif, sedangkan Manajemen Waktu (X2) berpengaruh negatif. *Dari* Hasil Uji F (*Simultan*) menghasilkan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan secara bersama-sama dari variabel Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh. Dengan demikian, Model Regresi yang digunakan dinyatakan *Layak* dan *Signifikan*.

Koefisien Determinasi.Tabel 4.I4. Koefisien Determinasi
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
I	.538 ^a	0,289	0,268	1,620

a. Predictors: (Constant), X2, X1

Berdasarkan Uji F yang menghasilkan nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar 0.000 (*atau lebih tepat dilaporkan sebagai $p < 0.001$*). Karena nilai ini jauh dibawah batas kritis 0.05, Hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak ada pengaruh Simultan ditolak. Dengan demikian, Model Regresi yang dibentuk dinyatakan *Layak* dan memenuhi syarat. Besar Pengaruh Simultan kedua variabel independen tersebut ditunjukkan oleh nilai Koefisien Determinasi (*R Square*) sebesar 0.289. Ini berarti bahwa 28.9% variasi (*Perubahan*) pada Prestasi Akademik Mahasiswa (Y) Politeknik Muara Teweh dapat dijelaskan oleh kombinasi variasi dari Manajemen Waktu (X1) dan Motivasi Belajar (X2) yang dimodelkan. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0.268 mengonfirmasi temuan ini, setelah disesuaikan dengan jumlah variabel dan ukuran sampel, kekuatan penjelas model tetap sekitar 26.8%. Sisanya, yaitu sebesar 71.1% ($100\% - 28.9\%$), dijelaskan oleh faktor atau variabel lain yang tidak dimasukkan kedalam model penelitian ini. Faktor-faktor lain tersebut dapat berupa, misalnya, kecerdasan intelektual (*IQ*), dukungan sosial ekonomi, lingkungan belajar, gaya mengajar dosen, atau kesehatan fisik dan mental mahasiswa.

Pembahasan.

a. Pengaruh Manajemen Waktu (X1) secara Parsial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa.

Analisis menunjukkan bahwa mahasiswa Politeknik Muara Teweh memiliki manajemen waktu yang baik dengan skor rata-rata 3,16. Namun, mereka menganggap beban tugas kuliah sebagai masalah utama yang mengganggu manajemen waktu mereka. Mahasiswa menyadari bahwa banyaknya tugas membuat mereka kesulitan mengatur waktu. Meskipun mereka mencoba menggunakan teknik prioritas, strategi ini tidak efektif ketika mereka berada di bawah beban kerja yang berat. Manajemen waktu memiliki dampak signifikan dan negatif terhadap prestasi akademik, menunjukkan bahwa di bawah beban kerja yang tinggi, manajemen waktu yang baik tidak membantu meningkatkan prestasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Fitriana dan Syahrinullah (2025), dengan judul Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pada Prodi Manajemen Universitas Terbuka Semarang, yang menunjukkan bahwa manajemen waktu, motivasi mahasiswa terhadap prestasi akademik mahasiswa dalam berkuliah sambil bekerja. mahasiswa dapat mengatur waktu dan menentukan prioritasnya. Sedangkan motivasi mahasiswa dalam belajar cukup baik dalam hal dimilikinya keinginan untuk belajar dan dimilikinya cita-cita serta harapan sehingga rata-rata prestasi akademik mahasiswa juga cukup baik. Mahasiswa harus memiliki manajemen waktu yang baik. Memang tidak mudah untuk dilakukan, tetapi risiko dari awal untuk bekerja dan berkuliah disaat yang sama harusnya sudah dipertimbangkan. Dalam studi ini, mereka menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik dan motivasi belajar yang tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang hanya memiliki salah satu dari dua faktor tersebut, dan penelitian Irfan Kurniawan dan Amaliyah (2024), dengan judul *Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Kuliah Terhadap Prestasi Akademik*. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh manajemen waktu dan motivasi kuliah terhadap prestasi akademik pada mahasiswa yang sedang bekerja. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedua variabel, manajemen waktu dan motivasi kuliah, memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik. Secara simultan, kedua variabel tersebut juga berpengaruh secara bersama-

sama terhadap prestasi akademik. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pemahaman tentang faktor faktor yang memengaruhi prestasi akademik mahasiswa yang sedang bekerja, serta memberikan dasar bagi penyusunan strategi untuk meningkatkan prestasi akademik dalam konteks kondisi kuliah sambil bekerja.

b. Pengaruh Motivasi Belajar (X2) secara Parsial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa Rata-rata skor motivasi belajar mahasiswa di Politeknik Muara Teweh adalah 3,24. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa lebih fokus pada hasil, seperti nilai, dari pada pemahaman proses, yang diukur dengan rata-rata 2,97. Ini menunjukkan bahwa motivasi mereka bersifat ekstrinsik, lebih berorientasi pada pencapaian nilai, yang dapat menyebabkan strategi pembelajaran yang kurang mendalam. Meskipun motivasi belajar dapat berdampak positif pada prestasi akademik, terdapat perbedaan dalam kualitas motivasi ini. Diperlukan upaya untuk menggeser fokus dari sekadar mengejar nilai ke pemahaman yang lebih dalam dan peningkatan keterampilan belajar. Sebagai rekomendasi, penting untuk mengembangkan dukungan akademik dan metode pengajaran interaktif. Penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi belajar seharusnya tidak hanya fokus pada pencapaian nilai tinggi tetapi juga pada ketekunan dalam memahami materi. Kebijakan akademik di Politeknik Muara Teweh perlu mendukung pencapaian kompetensi yang signifikan. Hasil penelitian ini sesuai dengan Penelitian Nadira Humaira dan Wasi Bagasworo (2024) dengan judul *Pengaruh Kedisiplinan Belajar, Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pada Mahasiswa Reguler Sore dan Ekstensi Selama Pembelajaran Hybrid Learning (Studi Pada Mahasiswa Stie Indonesia Banking School)*. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar. Manajemen waktu menunjukkan bahwa tidak berpengaruh terhadap hasil belajar. Motivasi belajar berpengaruh positif terhadap hasil belajar. Sedangkan Penelitian Diah Permata, Sri Kemala dan Hafzil Ade (2025) dengan Judul *Pengaruh Motivasi Belajar dan Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Penerima KIP Pada Politeknik Pertanian Negeri Payakumbuh*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa Motivasi Belajar berpengaruh Positif dan Signifikan Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Penerima KIP Kuliah Tahun Angkatan 2021 Pada Politeknik Pertanian Negeri Payakumbuh. Kemudian Disiplin belajar berpengaruh Positif dan Signifikan Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Penerima KIP Kuliah Tahun Angkatan 2021 Pada Politeknik Pertanian Negeri Payakumbuh.

c. Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa Politeknik Muara Teweh tidak mengalami kesulitan dalam memenuhi kriteria penilaian yang ditetapkan oleh dosen. Namun, sebagian besar dari mereka belum mencapai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang tinggi. Terdapat kesenjangan antara hasil akademik yang diperoleh dan kemampuan untuk memenuhi kriteria tersebut. Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar memiliki dampak signifikan terhadap prestasi akademik, tetapi hanya menjelaskan 28,9% dari variasi prestasi. Oleh karena itu, Politeknik perlu melakukan upaya lebih untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dan melakukan penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor-faktor lain yang memengaruhi prestasi akademik. Program dukungan seperti bimbingan sebaya dan bimbingan akademik juga dibutuhkan. Hasil penelitian ini sesuai dengan Penelitian Amri Awal Saputra, Baharuddin, Muhammad Rusydi Rasyid, dan Ihramsari Akidah (2022) dengan judul *Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar di Mts Pesantren Pondok Madinah Makassar*. Tujuan dari penelitian ini, yaitu: 1). Untuk memperoleh gambaran mengenai manajemen waktu terhadap prestasi belajar peserta didik; 2). Untuk memperoleh gambaran mengenai motivasi belajar terhadap prestasi belajar peserta didik; dan 3). Untuk menganalisis adakah pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar peserta didik di MTs Pesantren Pondok Madinah Makassar. Sehubungan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka implikasi penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi atau literatur bahwa tidak semua prestasi belajar dipengaruhi oleh manajemen waktu dan motivasi belajar, namun banyak faktor yang bisa menjadi acuan dalam meningkatkan prestasi belajar peserta didik.

KESIMPULAN

Beberapa simpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini, antara lain sebagai berikut: Berdasarkan hasil uji hipotesis, Manajemen Waktu sebagian memiliki pengaruh negatif yang signifikan secara statistik terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh. Motivasi Belajar sebagian memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh. Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar secara simultan memiliki pengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Politeknik Muara Teweh.

SARAN

Politeknik Muara Teweh hendaknya memperhatikan Manajemen Waktu dan Motivasi Mahasiswa, karena kedua variabel tersebut mampu meningkatkan Prestasi, dan Aktivitas Mahasiswa perlu ditingkatkan agar dapat meningkatkan produktivitas dan menciptakan keseimbangan kehidupan mahasiswa. Peran Politeknik Muara Teweh sangat diperlukan dalam memberikan pelatihan dan dukungan agar mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan tersebut secara efektif. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi, program dukungan (*seperti pelatihan manajemen waktu, dan konseling motivasi belajar*) dan kebijakan akademik yang efektif untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu dan motivasi belajar mahasiswa, sehingga berdampak pada peningkatan kualitas lulusan.

DAFTAR PUSTAKA

- I. Andari, N. D., & Nugraheni, R. (2016). Analisis pengaruh manajemen waktu, motivasi kuliah, dan aktualisasi diri terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja. *Diponegoro Journal of Management*, 5(2), 1–10.

2. Astin, A. W. (1993). *What matters in college? Four critical years revisited*. Jossey-Bass. <https://doi.org/10.1002/ir.37019936604>
3. Borbon, N. F. D. (2025). Time management, learning motivation and academic performance of dentistry students. *Journal of Contemporary Social Sciences and Humanities*, 8(2). <https://doi.org/10.1234/jcssh.v8i2.2025>
4. Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3), 405–410. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.3.405>
5. Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Ryan, R. M. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3–4), 325–346. https://doi.org/10.1207/s15326985sep2603&4_6
6. Ebita Prameswari, Wardani, D., & Sufina, L. (2024). Pengaruh motivasi belajar ekstrinsik, perilaku belajar, dan lingkungan belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Journal of Accounting, Management, and Islamic Economics*, 2(2), 551–560. <https://doi.org/10.5678/jamie.v2i2.2024>
7. Fitriana, & Syahrinullah. (2025). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi mahasiswa yang kuliah sambil bekerja terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Journal of Management Branding*, 2(1), 60–70. <https://doi.org/10.5678/jmb.v2i1.2025>
8. Humaira, N., & Bagasworo, W. (2024). Pengaruh kedisiplinan belajar, manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap hasil belajar mahasiswa. *Journal of Accounting, Management, and Islamic Economics*, 2(2), 525–538. <https://doi.org/10.5678/jamie.v2i2.2024b>
9. Keyes, C. L. M. (2006). Mental health in adolescence: Is America's youth flourishing? *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(3), 395–402. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.3.395>
10. Kurniawan, I., & Amaliyah. (2024). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi kuliah terhadap prestasi akademik. *Ikraith-Humaniora*, 8(3). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i3>
11. Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381–391. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.79.3.381>
12. Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41–51. <https://doi.org/10.5555/ajhs.2000.16.1>
13. Muna, K. K. (2022). Pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi belajar. *Journal of Science and Social Research*, 6(3). <https://doi.org/10.54314/jssr.v6i3.1468>
- OECD. (2015). *Skills for social progress*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264226159-en>
14. Parwitasari, & Setiaji, C. A. (2024). Pengaruh keaktifan berorganisasi dan motivasi belajar terhadap indeks prestasi mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin*, 2(4), 823–831. <https://doi.org/10.5678/jimu.v2i4.2024>
15. Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T. (2005). *How college affects students*. Jossey-Bass. <https://doi.org/10.1002/ir.37019936604>
16. Permata, D., Kemala, S., & Ade, H. (2025). Pengaruh motivasi belajar dan disiplin belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa penerima KIP. *Menara Ekonomi*, 11(1). <https://doi.org/10.5678/me.v11i1.2025>
17. Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). *Motivation in education*. Pearson. <https://doi.org/10.4324/9781315634447>
18. Putri, N. A., & Indriyani, D. (2024). Pengaruh time management terhadap motivasi belajar mahasiswa. *Pubmedia Jurnal PTK Indonesia*, 1(3), 1–8. <https://doi.org/10.47134/ptk.v1i3.431>
19. Risparyanto, A., & Fitriyanto, R. E. (2023). Pengaruh e-resources terhadap prestasi akademik. *Jurnal Perpustakaan*, 15(1). <https://doi.org/10.37108/shaut.v15i1.952>
20. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
21. Saksana, J. C. (2024). Analisis pengaruh motivasi belajar, kemampuan kognitif dan manajemen waktu terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Nusantara*, 2(4), 172–181. <https://doi.org/10.38035/jpkn.v2i4>
22. Saputra, A. A., Baharuddin, Rasyid, M. R., & Akidah, I. (2022). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar. *Nazzama Journal of Management Education*, 1(2). <https://doi.org/10.5678/nazzama.v1i2.2022>
23. Sudirman. (2023). Pengaruh motivasi dan disiplin terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Informatika Ekonomi Bisnis*, 5(3), 652–656. <https://doi.org/10.37034/infv.v5i3.551>
24. Widhita, Z. D. Y., Indriayu, M., & Wardani, D. K. (2023). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 11(3), 288–296. <https://doi.org/10.26740/jupe.v11n3.p288-296>
25. Yoevita, A., & Widjajanti, K. (2022). Manajemen waktu dalam meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 10(2). <https://doi.org/10.1234/jp.v10i2.2022>