



## Kontribusi Manajemen Waktu dan Beban Kerja terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu

Tarishah Cathabella<sup>1</sup>, Rosita<sup>2\*</sup>, Munparidi<sup>3</sup>, Sari Lestari Zainal Ridho<sup>4</sup>, Dwi Riana<sup>5</sup>

tarishah.cathabella@gmail.com<sup>1</sup>, rosita@polsri.ac.id<sup>2\*</sup>, munparidi@polsri.ac.id<sup>3</sup>,

Sari.ridho@gmail.com<sup>4</sup>, dwi.riana@polsri.ac.id<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,5</sup>Program Studi Administrasi Bisnis

<sup>4</sup>Program Studi Pemasaran, Inovasi, dan Teknologi

<sup>1,2,3,4,5</sup>Politeknik Negeri Sriwijaya

Received: 12 12 2025. Revised: 17 12 2025. Accepted: 27 12 2025.

**Abstract :** This study aims to analyze the influence of Time Management (X1) and Workload (X2) on Academic Achievement (Y) in part-time working students. The study used a quantitative approach with multiple linear regression methods and a Likert scale instrument of 1–5. Respondents were 100 part-time working students from various study programs. The results of the study indicate that the Time Management variable (X1) has a positive and significant effect on Academic Achievement (Y). In addition, Workload (X2) is also proven to have a positive and significant effect on students' Academic Achievement. A measurable workload can improve discipline, the ability to organize tasks, and motivation in completing academic responsibilities. Simultaneously, both variables, namely Time Management and Workload, have a significant effect on Academic Achievement. Based on these findings, it is recommended that students improve their time management skills by preparing a balanced study and work schedule.

**Keywords :** Time Management, Workload, Academic Achievement.

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh Manajemen Waktu (X1) dan Beban Kerja (X2) terhadap Prestasi Akademik (Y) pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear berganda dan instrumen skala Likert 1–5. Responden berjumlah 100 mahasiswa pekerja paruh waktu dari berbagai program studi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel Manajemen Waktu (X1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik (Y). Selain itu, Beban Kerja (X2) juga terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik mahasiswa. Beban kerja yang terukur dapat meningkatkan kedisiplinan, kemampuan mengorganisir tugas, serta motivasi dalam menyelesaikan tanggung jawab akademik. Secara simultan, kedua variabel yaitu Manajemen Waktu dan Beban Kerja memberikan pengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik. Berdasarkan temuan ini, disarankan agar mahasiswa meningkatkan keterampilan manajemen waktu melalui penyusunan jadwal belajar dan kerja yang seimbang.

**Kata kunci :** Manajemen Waktu, Beban Kerja, Prestasi Akademik.

## **PENDAHULUAN**

Pada dunia pendidikan tinggi, tidak sedikit mahasiswa yang memilih bekerja paruh waktu untuk memenuhi kebutuhan finansial, seperti membayar biaya kuliah dan kebutuhan sehari-hari (Rahayuningsih, 2020). Meskipun memberikan manfaat ekonomi, pekerjaan paruh waktu juga menimbulkan tantangan tersendiri. Mahasiswa harus membagi waktu antara pekerjaan, kuliah, belajar, dan istirahat. Jika tidak dikelola dengan baik, hal ini dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik mereka (Jeni & Megawati, 2024). Fenomena kesulitan mahasiswa yang menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka mengalami kesulitan dalam membagi waktu antara kuliah dan pekerjaan (berdasarkan wawancara dengan mahasiswa kelas 6 NB Jurusan D3 Administrasi Bisnis di kampus X). Ada yang mengorbankan waktu belajar dan istirahat, sehingga nilai akademik dan kehadiran terganggu. Namun, ada pula yang merasa lebih produktif karena terdorong untuk mengatur waktu secara lebih disiplin. Hal ini menunjukkan bahwa dampak kerja paruh waktu sangat bergantung pada bagaimana mahasiswa mengelola waktu dan beban kerja mereka. Mahasiswa paruh waktu dihadapkan pada tuntutan ganda yang berisiko menimbulkan kelelahan, menurunnya konsentrasi, dan terganggunya proses belajar. Beban kerja yang tinggi, baik secara fisik maupun mental, juga berkontribusi terhadap menurunnya daya tangkap dan produktivitas akademik.

Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu cenderung memiliki IPK lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja, terutama karena kurangnya fokus dan manajemen waktu yang kurang efektif (Inayah et al., 2023). Manajemen waktu merupakan kemampuan penting yang harus dimiliki mahasiswa paruh waktu. Dengan perencanaan dan pengaturan waktu yang baik, mereka dapat menyeimbangkan antara kewajiban akademik dan pekerjaan. Tanpa manajemen waktu yang efektif, beban kerja justru dapat menurunkan performa di kedua aspek tersebut (Faizah & Oktawiranto, 2020). Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana manajemen waktu dan beban kerja mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Jurusan D3 Administrasi Bisnis Kampus X. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam memberikan dukungan kepada mahasiswa yang memiliki pekerjaan sambil kuliah, serta membantu mahasiswa dalam mengelola waktu dan tanggung jawab mereka dengan lebih optimal.

Menurut Simaremare (2020) menyatakan bahwa manajemen waktu mencakup kegiatan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, serta pengawasan terhadap penggunaan

waktu agar produktivitas dapat meningkat. Hartati dkk. (2022) menyatakan bahwa beban kerja merupakan sekumpulan atau sejumlah tugas yang harus diselesaikan oleh seorang pekerja dalam periode waktu tertentu. Inayah dkk. (2023) menyatakan bahwa beban kerja adalah frekuensi rata-rata dari aktivitas suatu pekerjaan dalam kurun waktu tertentu, yang mencakup beban kerja fisik maupun mental sedangkan Kurniawan & Amaliyah (2024) menyimpulkan beban kerja sebagai serangkaian aktivitas yang harus diselesaikan oleh individu atau kelompok dalam periode waktu tertentu pada kondisi kerja normal. Prestasi diartikan sebagai tingkat keberhasilan mahasiswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam suatu program (Hulwani & Aliyyah, 2024). Dalam dunia pendidikan, keberhasilan sering dikaitkan dengan prestasi akademik yang diraih. Prestasi akademik sendiri merupakan indikator yang digunakan untuk menilai tingkat keberhasilan mahasiswa selama proses pendidikan. Karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi, memprediksi, memediasi, atau menyebabkan terjadinya variasi dalam prestasi akademik (Sidik & Gandi, 2021).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear berganda untuk menganalisis pengaruh manajemen waktu (X1) dan beban kerja (X2) terhadap prestasi akademik (Y). Populasi penelitian adalah mahasiswa (sebutkan program studi/angkatan). Sampel ditentukan melalui teknik (purposive/random sampling) dengan jumlah (isi jumlah) responden. Jenis dan Sumber Data. Data primer diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada responden, sedangkan data sekunder berasal dari literatur, jurnal, dan dokumen pendukung. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan skala Likert 1–5 (1 = sangat tidak setuju, 5 = sangat setuju). Instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan. Adapun variable dalam penelitian ini yaitu X1: Manajemen Waktu, X2: Beban Kerja, dan Y: Prestasi Akademik. Analisis dilakukan melalui uji asumsi klasik, kemudian regresi linear berganda dengan model:  $Y=a+b_1X_1+b_2X_2+e$ . Uji t digunakan untuk menguji pengaruh parsial, uji F untuk pengaruh simultan, dan koefisien determinasi ( $R^2$ ) untuk mengukur kemampuan model menjelaskan variabel dependen. Pengolahan data dilakukan menggunakan *software* statistik, seperti SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Uji Validitas

Variabel	Butir	Nilai item correlation	r tabel	Keterangan
Manajemen Waktu (X1)	X1.1	0,758	0,1909	Valid
	X1.2	0,812	0,1909	Valid
	X1.3	0,782	0,1909	Valid
	X1.4	0,793	0,1909	Valid
	X1.5	0,610	0,1909	Valid
	X1.6	0,723	0,1909	Valid
	X1.7	0,666	0,1909	Valid
Beban Kerja (X2)	X2.1	0,649	0,1909	Valid
	X2.2	0,727	0,1909	Valid
	X2.3	0,579	0,1909	Valid
	X2.4	0,810	0,1909	Valid
	X2.5	0,752	0,1909	Valid
	X2.6	0,588	0,1909	Valid
	X2.7	0,659	0,1909	Valid
	X2.8	0,709	0,1909	Valid
Prestasi Akademik (Y)	Y.1	0,772	0,1909	Valid
	Y.2	0,688	0,1909	Valid
	Y.3	0,739	0,1909	Valid
	Y.4	0,721	0,1909	Valid
	Y.5	0,626	0,1909	Valid
	Y.6	0,699	0,1909	Valid
	Y.7	0,813	0,1909	Valid
	Y.8	0,700	0,1909	Valid
	Y.9	0,752	0,1909	Valid
	Y.10	0,710	0,1909	Valid
	Y.11	0,680	0,1909	Valid

Seluruh pertanyaan pada kuesioner dianggap valid karena nilai korelasi yang dihasilkan setiap pertanyaan  $> r$  tabel yaitu 0,1909.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Parameter Cronbach's Alpha	Keterangan
Manajemen Waktu (X1)	0,858	0,70	Reliabel
Beban Kerja (X2)	0,839	0,70	Reliabel
Prestasi Akademik (Y)	0,906	0,70	Reliabel

Dari hasil uji reliabilitas, variabel Manajemen Waktu (X1), Beban Kerja (X2), dan Prestasi Akademik (Y) memiliki nilai *Cronbach's Alpha* yang lebih besar dari batas yang ditetapkan sebesar 0,70, yang artinya bahwa setiap pernyataan pada kuesioner tersebut reliabel.

Hasil uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov Smirnov* yang ditampilkan pada tabel di atas, diketahui bahwa data pada sampel 100 responden data berdistribusi normal. Terbukti dengan nilai 49 Asymp Sig (2-tailed) yang melebihi batas tingkat kesalahan, yaitu sebesar  $0,200 > 0,05$ .

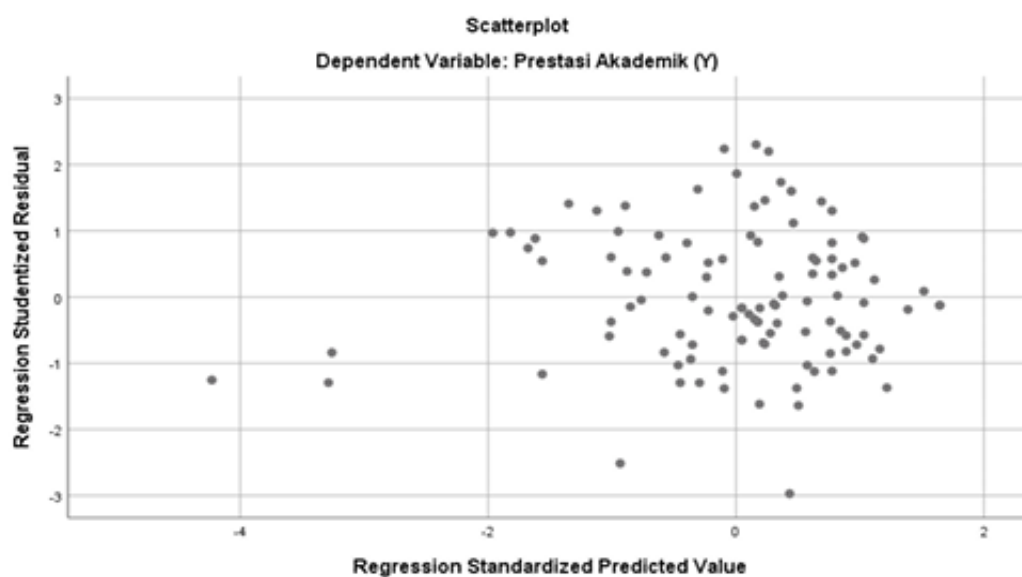
Tabel 3. Uji Asumsi Klasik

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal	Mean	0,0000000
Parameters <sup>a,b</sup>	Std. Deviation	4,17356409
Most	Absolute	0,063
Extreme	Positive	0,063
Differences	Negative	-0,042
Test Statistic		0,063
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		

Pengujian multikolinieritas memperlihatkan nilai VIF seluruh faktor 0.384 dengan nilai tolerance  $> 0,10$  yang artinya tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinearitas

		Collinearity statistics	
	Model	Tolerance	VIF
1	Manajemen Waktu (X1)	0.384	2.602
	Beban Kerja (X2)	0.384	2602



Gambar 1. Hasil *Scatterplot*

Hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan titik-titik penyebaran hasilnya acak yang menandakan tidak terjadi heteroskedastisitas. Model regresi linear jamak diturunkan dari pengolahan data yaitu:  $Y = 11.590 + 0,257 X_1 + 0,427 X_2 + e$ . Manajemen Waktu ( $X_1$ ) memiliki nilai koefisien sebesar 0,859 dan Beban Kerja ( $X_2$ ) sebesar 0,490, koefisien hal ini menandakan bahwa setiap kenaikan satu satuan Beban Kerja akan meningkatkan nilai Prestasi Akademik. Nilai  $t$  hitung untuk variabel Manajemen Waktu ( $X_1$ ) adalah sebesar 6.787 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai  $t$  hitung  $> t$  tabel dan nilai signifikansi  $< 0,05$ . Menunjukkan bahwa manajemen waktu ( $X_1$ ) berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Nilai  $t$  hitung untuk variabel Beban Kerja ( $X_2$ ) adalah sebesar 3,838 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai  $t$  hitung  $> t$  tabel dan nilai signifikansi  $< 0,05$ . Menunjukkan bahwa Beban kerja ( $X_2$ ) berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Nilai  $F_{hitung}$  132,259  $> F_{tabel}$  3,09 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa secara simultan variabel manajemen waktu dan beban kerja berpengaruh signifikan dengan prestasi akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

Hasil uji koefisien determinasi sebesar 0,732 atau 73,2%, artinya variabel Manajemen Waktu ( $X_1$ ) dan Beban Kerja ( $X_2$ ) secara bersama-sama mampu menjelaskan sebesar 73,2 % variasi yang terjadi pada Prestasi Akademik ( $Y$ ). Dengan kata lain, model regresi yang digunakan dalam kategori tinggi dalam menggambarkan hubungan antara variabel independen dan dependen dalam penelitian ini. Sementara itu, sisanya sebesar 26,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam model ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel Manajemen Waktu ( $X_1$ ) memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik ( $Y$ ) pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya. Nilai  $t$  yang diperoleh ( $t_{hitung} = 6,787 > t_{tabel} = 1,98326$ ) serta nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  menunjukkan bahwa kemampuan manajemen waktu memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa. Artinya, semakin baik mahasiswa mengatur, menjadwalkan, dan memprioritaskan waktu, maka semakin tinggi capaian prestasi akademiknya. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya. Britton dan Tesser (1991) menemukan bahwa perencanaan waktu memiliki korelasi langsung terhadap pencapaian akademik mahasiswa. Wolters dan Brady (2020) juga menegaskan bahwa keterampilan manajemen waktu berperan penting dalam regulasi diri akademik yang berdampak pada nilai akhir. Penelitian Nasrullah dan Khan (2015) memperkuat temuan

tersebut dengan menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu mengelola waktu secara efektif menunjukkan kinerja akademik lebih baik secara konsisten. Selain itu, penelitian oleh Kaushar (2013) menyimpulkan bahwa manajemen waktu bukan hanya memengaruhi hasil akademik, tetapi juga mengurangi stres akademik yang sering dialami mahasiswa pekerja. Temuan serupa dilaporkan oleh Riaz & Haider (2010) yang menemukan bahwa mahasiswa pekerja membutuhkan manajemen waktu yang baik untuk menyeimbangkan tugas kuliah dan kewajiban pekerjaan.

Instrumen penelitian yang digunakan telah memenuhi standar kualitas pengukuran. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel manajemen waktu valid ( $r$  hitung  $> r$  tabel). Hasil uji reliabilitas dengan nilai *Cronbach's Alpha*  $> 0,70$  mengindikasikan bahwa instrumen konsisten dan dapat dipercaya. Pengujian asumsi klasik juga menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan layak. Data berdistribusi normal berdasarkan uji *Kolmogorov-Smirnov* (Asymp Sig =  $0,200 > 0,05$ ). Tidak ada gejala multikolinearitas (VIF =  $2,602$ ; tolerance =  $0,384$ ) maupun heteroskedastisitas (sig =  $0,579 > 0,05$ ), yang memastikan bahwa model regresi tidak terganggu oleh penyimpangan data. Hasil *regression analysis* menunjukkan bahwa koefisien regresi manajemen waktu sebesar  $0,859$ , yang berarti bahwa setiap peningkatan manajemen waktu sebesar  $1\%$  akan meningkatkan prestasi akademik sebesar  $85,9\%$ . Temuan ini mendukung penelitian Claessens et al. (2007) dan Nonis & Hudson (2006) yang menegaskan bahwa keterampilan mengelola waktu berpengaruh langsung pada efektivitas belajar dan pencapaian akademik. Secara teoritis, hasil ini konsisten dengan pendapat Puspita (2023) yang menyatakan bahwa mahasiswa pekerja paruh waktu dengan kemampuan manajemen waktu tinggi cenderung mampu menjaga prestasi akademiknya dibanding mahasiswa yang tidak memiliki pengelolaan waktu yang baik.

Penelitian Agustina & Mardalis (2024) juga menunjukkan bahwa manajemen waktu berperan signifikan dalam meningkatkan prestasi akademik pada kelompok mahasiswa pekerja part-time. Selain itu, penelitian oleh Ikhwan et al. (2025) menegaskan bahwa manajemen waktu merupakan prediktor utama keberhasilan akademik mahasiswa paruh waktu, bahkan ketika dikontrol oleh variabel kesehatan mental. Selaras dengan itu, penelitian internasional seperti Calonia (2023), Fu et al. (2025), dan studi SCIRP (2021) juga menegaskan bahwa perencanaan waktu, prioritas, serta disiplin jadwal berkontribusi nyata terhadap pencapaian akademik. Dengan demikian, temuan penelitian ini memperkuat konsensus empiris bahwa kemampuan manajemen waktu tidak hanya membantu mahasiswa

menghadapi beban kerja akademik, tetapi juga menjadi strategi adaptif yang penting ketika mahasiswa harus menyeimbangkan aktivitas kerja dan studi.

Di sisi lain, temuan penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa beban kerja menjadi salah satu faktor yang berpotensi menghambat prestasi akademik mahasiswa pekerja. Beberapa penelitian seperti Kurata et al. (2015), dan Britton et al. (2025) menyimpulkan bahwa beban kerja tinggi meningkatkan risiko prokrastinasi, kelelahan, serta menurunkan efektivitas belajar. Meskipun penelitian ini tidak memfokuskan analisis pada dampak langsung beban kerja (X2) terhadap prestasi akademik, literatur yang ada menunjukkan bahwa beban kerja dapat menjadi variabel yang memoderasi atau melemahkan efek positif manajemen waktu. Dalam konteks mahasiswa yang bekerja paruh waktu, beberapa penelitian menemukan adanya pola bahwa mahasiswa dengan beban kerja lebih tinggi cenderung mengalami penurunan GPA (Istikomah & Setiawan, 2023). Namun, penelitian lain (Widyawati et al., 2023) menunjukkan bahwa dengan manajemen waktu yang baik, mahasiswa masih dapat mempertahankan prestasi yang stabil meskipun memiliki tanggung jawab kerja. Penelitian ini mendukung temuan penelitian bahwa manajemen waktu berfungsi sebagai mekanisme kompensasi untuk mengurangi dampak negatif beban kerja.

Selain itu, beberapa penelitian seperti Ghassani & Adi (2024) menegaskan bahwa keseimbangan kerja studi (work life balance) sangat bergantung pada kemampuan manajemen waktu, sehingga mahasiswa dengan kemampuan tersebut memiliki ketahanan akademik lebih baik ketika menghadapi tekanan pekerjaan. Paparan ini menunjukkan bahwa manajemen waktu bukan hanya berpengaruh secara langsung terhadap prestasi, tetapi juga secara tidak langsung melalui peningkatan keseimbangan dan pengurangan stres. Kemampuan mereka dalam mengatur dan memanfaatkan waktu secara optimal menjadi penentu utama keberhasilan akademik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Misra & McKean (2000) yang menyebutkan bahwa mahasiswa dengan manajemen waktu yang baik memiliki tingkat stres lebih rendah dan prestasi akademik lebih tinggi.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa manajemen waktu merupakan faktor kunci bagi mahasiswa pekerja paruh waktu. Integrasi temuan ini dengan hasil-hasil studi terdahulu memperlihatkan bahwa mahasiswa pekerja yang mampu merencanakan jadwal, menetapkan prioritas, serta mengelola waktu secara konsisten memiliki peluang lebih besar untuk meraih prestasi akademik optimal, meskipun mereka menghadapi tekanan beban kerja dan tanggung jawab ganda.

## **SIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel Manajemen Waktu (X1) berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik (Y). Selain itu, variabel Beban Kerja (X2) juga terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. Beban kerja yang terukur dapat mendorong mahasiswa menjadi lebih disiplin, terorganisir, serta memiliki motivasi yang lebih kuat dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Secara simultan, variabel Manajemen Waktu dan Beban Kerja berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik. Adapun saran yang dapat diberikan dalam penelitian ini yakni mahasiswa perlu mengasah keterampilan manajemen waktu dengan membuat jadwal belajar-kerja yang seimbang. Pihak kampus juga dapat menyediakan pelatihan manajemen waktu dan memberi dukungan bagi mahasiswa pekerja paruh waktu. Selain itu mengembangkan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel eksternal, seperti dukungan keluarga, lingkungan sosial, motivasi intrinsik, atau gaya belajar.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Agustina, R., & Mardalis, A. (2024). Pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi akademik mahasiswa pekerja paruh waktu. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 12(1)
- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3). <https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.3.405>
- Calonia, M. (2023). Time management and academic achievement among college students. *ERIC Journal*, 18(4). <https://eric.ed.gov/?id=ED647441>
- Claessens, B. J., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), <https://doi.org/10.1108/00483480710726136>
- Inayah, Dianty Nur, Muhammad Daud, & Haerani Nur. (2023). Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja Di Kota Makassar. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(2). <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i2.1391>
- Faizah, F., & Oktawiranto, R. (2020). Are You Stress on Academic? Kajian Academic Workload Pada Mahasiswa Yang Berperan Ganda. *Psycho Idea*, 18(1), <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i1.5634>

- Ghassani, F., & Adi, P. (2024). Work–life balance, time management, and academic resilience of working students. *Jurnal Humaniora*, 15(1). <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/219459/>
- Hartati, O. C. T., Fathimahhayati, L. D., & Gunawan, S. (2022). Analisis Pengaruh Tbk Beban Kerja Fisik Dan Mental Terhadap Produktivitas Karyawan Pt. Slj Global Samarinda. <https://doi.org/10.30598/arika.2022.16.2.83>
- Hulwani, L. Z., & Aliyyah, R. R. (2024). Pentingnya Prestasi Akademik Bagi Mahasiswa : Persepsi Mahasiswa Universitas Djuanda Bogor. *Karimah Tauhid*, 3(2). <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i2.12026>
- Ikhwan, A., Putra, Y., & Salim, H. (2025). Time management and mental health as predictors of academic performance among part-time students. *Jurnal Pendidikan Tinggi*, 5(1). <https://doi.org/10.21070/ijler.v20i3.1304>
- Istikomah, N., & Setiawan, D. (2023). Pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik mahasiswa pekerja paruh waktu. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 17(2)
- Jeni, J., & Megawati, A. S. (2024). The Correlation Between Students' Vocabulary Mastery And Their Reading Comprehension Of Narrative Text At Eighth Grade. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 4(7). <https://doi.org/10.59141/comserva.v4i7.2597>
- Kaushar, M. (2013). Study of impact of time management on academic performance of college students. *Journal of Business and Management*, 9(6). <https://doi.org/10.9790/487x-0965960>
- Kurata, H., Tanaka, Y., & Mori, S. (2015). Effect of overall workload on academic performance of working engineering students. *Journal of Engineering Education*, 104(3). <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2015.07.497>
- Kurniawan, I., & Amaliyah, A. (2024). Pengaruh Manajemen Waktu Dan Motivasi Kuliah Terhadap Prestasi Akademik. *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 8(3). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i3.4188>
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1)
- Nasrullah, S., & Khan, M. S. (2015). The impact of time management on the students' academic achievements. *Journal of Literature, Languages and Linguistics*, 11

- Nonis, S. A., & Hudson, G. I. (2006). Academic performance of college students: Influence of time spent studying and working. *Journal of Education for Business*, 81(3). <https://doi.org/10.3200/JOEB.81.3.151-159>
- Puspita, W. A. (2023). Manajemen Waktu Berpengaruh Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu. *Karimah Tauhid*, 2(4), 1049–1057. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v2i4.8879>
- Rahayuningsih, R. (2020). The Effect of Reading Habit and Vocabulary Mastery Towards Students' Reading Comprehension (Survey At State Senior High School In Central Jakarta). *Wanastra: Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 12(2). <https://doi.org/10.31294/w.v12i2.8458>
- Riaz, M. N., & Haider, M. (2010). The impact of time management on graduate students' academic performance. *International Journal of Business and Management*, 5(3)
- SCIRP. (2021). Impact of time management on students' academic performance. *Open Journal of Social Sciences*, 9(12)
- Sidik, R., & Gandi, M. Y. (2021). Pengaruh Self-Concept Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Dimoderasi Oleh Self-Efficacy. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(7). <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i07.226>
- Simaremare, E. Y. (2020). Hubungan Manajemen Waktu Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(2). <https://doi.org/10.33369/consilia.3.2.136-145>
- Widyawati, R., Laksmi, A., & Prabowo, M. (2023). Strategi manajemen waktu mahasiswa pekerja dalam mempertahankan prestasi belajar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 21(1)
- Wolters, C. A., & Brady, A. C. (2020). College students' time management: a self-regulated learning perspective. *Educational Psychology Review*. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09519-z>