

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP PRESTASI AKADEMIK DENGAN
MANAJEMEN WAKTU SEBAGAI VARIABEL INTERVENING PADA MAHASISWA
MANAJEMEN FEB UNM

Oleh

Nurfianti¹, Siti Hasbiah², Agung Widhi Kurniawan³, Zainal Ruma⁴,
Tenri Sayu Puspitaningsih Dipootmodjo⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri
Makassar, Indonesia.

Email: ¹antiherman04@gmail.com, ²siti.hasbiah@unm.ac.id, ³agung234wk@yahoo.com,
⁴zainal.ruma@unm.ac.id, ⁵tenri.sayu@unm.ac.id

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik dengan manajemen waktu sebagai variabel intervening pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah di Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar. Fenomena meningkatnya mahasiswa yang menjalani sebagai pekerja dan pelajar berpotensi menimbulkan tekanan waktu, kelelahan, serta penurunan fokus belajar yang dapat berdampak pada capaian akademik. Penelitian ini menerapkan metodologi kuantitatif yang berorientasi pendekatan survei bagi mahasiswa bekerja sambil kuliah, dengan teknik kolektif data berupa kuesioner. Temuan data dianalisa dengan mengaplikasikan Structural Equation Modeling (SEM) berbasis Partial Least Squares (PLS) guna melakukan pengujian pengaruh maupun tidak langsung dari setiap variabelnya. Hasil penelitian menjelaskan yakni tidak terdapat signifikansi pengaruh secara langsung dari beban kerja kepada prestasi akademik, namun memberikan signifikansi pengaruh untuk manajemen waktu. Selanjutnya, manajemen waktu terbukti memberikan signifikansi pengaruh positif untuk prestasi akademik termasuk berperan menjadi media hubungan beban kerja dengan prestasi akademik. Temuan penelitian menjelaskan bahwa kemampuan manajemen waktu merupakan faktor kunci dimana memungkinkan mahasiswa tetap mempertahankan prestasi akademik meskipun memiliki beban kerja, sehingga penguatan keterampilan manajemen waktu serta dukungan institusi pendidikan menjadi hal yang penting bagi mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

Keywords: *Beban Kerja, Prestasi Akademik, Manajemen Waktu, Mahasiswa*

PENDAHULUAN

Salah satu aset fundamental dalam pembangunan suatu bangsa adalah sumber daya manusia meninjau kemajuan ekonomi, sosial, dan teknologi sangat ditentukan oleh kualitas individu yang dimiliki. Di tengah perkembangan zaman penuh dengan persaingan, Kualitas sumber daya manusia tidak lagi hanya diukur berdasarkan keterampilan teknis, tetapi juga mencakup kemampuan intelektual, ketahanan mental, kestabilan emosional, serta kemampuan beradaptasi terhadap berbagai tuntutan dan

perubahan lingkungan. Individu yang memiliki kualitas tersebut cenderung mampu berpikir kritis, berinovasi, serta memberikan kontribusi yang produktif dan berkelanjutan di berbagai bidang kehidupan. Dengan demikian, pembentukan sumber daya manusia unggul menjadi persyaratan utama dalam menciptakan daya saing nasional yang berkelanjutan (Apriliyanti dkk., 2021).

Dalam konteks pendidikan tinggi, kualitas sumber daya manusia tercermin melalui prestasi akademik mahasiswa sebagai

indikator keberhasilan proses pembelajaran. Prestasi akademik merupakan hasil dari proses belajar yang mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam mengelola pengetahuan, keterampilan, serta sikap untuk menghadapi berbagai tuntutan akademik, seperti tugas, ujian, dan aktivitas pembelajaran lainnya. Prestasi akademik yang baik tidak hanya menunjukkan tingkat pemahaman mahasiswa terhadap materi perkuliahan, tetapi juga mencerminkan kedisiplinan, tanggung jawab, serta kemampuan mengelola waktu dan tekanan akademik secara efektif. Dengan demikian, prestasi akademik menjadi tolok ukur penting dalam menilai keberhasilan pendidikan tinggi dalam mencetak lulusan yang berkualitas.

Terdapat sejumlah faktor pengaruh bagi prestasi akademik mahasiswa termasuk bersifat akademik ataupun non-akademik. Selain kemampuan intelektual, faktor seperti beban kerja, tekanan psikologis, serta kemampuan mengelola waktu memiliki peran yang signifikan dalam menentukan keberhasilan akademik. Beban kerja yang tinggi, baik berupa tuntutan akademik maupun pekerjaan di luar kampus, berpotensi menimbulkan kelelahan akademik (*academic burnout*) yang dapat mengganggu konsentrasi, motivasi belajar, dan keseimbangan psikologis mahasiswa. Beban akademik yang berlebihan dapat memicu kelelahan akademik, meskipun hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan tersebut tidak selalu berhubungan secara langsung dengan penurunan indeks prestasi akademik. Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat faktor lain yang mampu meredam dampak negatif beban kerja terhadap prestasi akademik mahasiswa (Azizah dkk., 2023).

Salah satu faktor yang dinilai mampu meminimalkan dampak negatif beban kerja adalah manajemen waktu. Hal ini menunjukkan bagaimana seseorang memiliki kompetensi dalam hal perencanaan, pengaturan maupun pemanfaatan efektivitas waktu supaya aktivitas yang dijalani dapat berjalan dengan efisien dan

produktif. Menurut (Zebua & Santosa, 2023), manajemen waktu membantu individu dalam mengorganisasi kegiatan, menentukan prioritas, serta mengalokasikan waktu dengan tepat juga menyelaraskan realisasi tujuan. Kompetensi manajemen waktu dengan baik yang dimiliki mahasiswa yang dianggap dapat melakukan pengaturan jadwal belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta menjaga konsistensi belajar meskipun dihadapkan pada berbagai tuntutan aktivitas. Sebaliknya, lemahnya kemampuan manajemen waktu dapat menyebabkan penundaan tugas, penurunan efektivitas belajar, dan berujung pada rendahnya prestasi akademik.

Fenomena mahasiswa bekerja sambil kuliah telah umum terjadi pada berbagai perguruan tinggi Indonesia. Kondisi ini umumnya dipengaruhi oleh faktor ekonomi, kebutuhan untuk membiayai pendidikan, serta keinginan mahasiswa untuk mandiri maupun mendapatkan pengalaman bekerja sedari. Namun, peran ganda yakni mahasiswa dan pekerja menempatkan individu dalam situasi yang kompleks dikarenakan menuntut pembagian waktu, tenaga, serta perhatian perihal keperluan akademis dan pekerjaan. Banyaknya beban pekerjaan didapat berpotensi menekan waktu belajar sehingga mengganggu fokus akademik, bahkan mengakibatkan kelelahan fisik ataupun mental berlebih. Meskipun demikian, sejumlah penelitian menjelaskan dampak dari kuliah sambil bekerja tidak bersifat negatif semata terhadap prestasi akademik, terutama bagi mahasiswa dengan kemampuan manajemen waktu dan tanggung jawab secara efektif (Supartono dkk., 2023).

Berbagai studi juga menegaskan urgensi dan peranan penting manajemen waktu guna membantu mahasiswa menjalani peran ganda secara adaptif. Mahasiswa dengan manajemen waktu yang efektif cenderung mampu menyeimbangkan kewajiban akademik maupun pekerjaan, menjaga kualitas belajar, serta mempertahankan prestasi akademik

meskipun memiliki jam kerja yang padat (Yumnanida & Safitri, 2025). Dengan demikian, manajemen waktu memiliki fungsi menjadi keterampilan pendukung serta mekanisme strategis guna menghubungkan beban kerja dengan prestasi akademik. Meskipun sejumlah penelitian telah mengkaji hubungan antara beban kerja, manajemen waktu, dan prestasi akademik, hasil temuan empiris yang ada masih menunjukkan ketidakkonsistenan, terutama terkait peran manajemen waktu sebagai variabel intervening. Beberapa penelitian menemukan pengaruh beban kerja bagi prestasi akademik, sementara studi lainnya menggambarkan yakni pengaruh tersebut dapat diminimalkan melalui pengelolaan waktu yang efektif. Realita ini menggambarkan adanya celah studi untuk dilakukan kajian mendalam terutama pada konteks mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik dengan manajemen waktu sebagai variabel intervening pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah di Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian manajemen sumber daya manusia dan pendidikan, serta kontribusi praktis bagi perguruan tinggi guna merumuskan kebijakan maupun strategi pendukung guna membantu mahasiswa mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan prestasi akademik.

KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS

Beban Kerja

Beban kerja dipahami sebagai tingkat tuntutan tugas yang harus diselesaikan individu dalam jangka waktu tertentu, baik yang bersifat fisik maupun mental. Beban kerja mencerminkan besarnya energi, waktu, serta kapasitas kognitif yang diperlukan untuk menyelesaikan tanggung jawab yang diemban. beban kerja merupakan hasil interaksi antara

tuntutan tugas dan kemampuan individu dalam mengelola sumber daya yang dimiliki. Apabila tuntutan tersebut melebihi kapasitas individu, maka dapat menimbulkan stres, kelelahan, serta penurunan kinerja (Hart & Staveland, 1988). Dalam konteks mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, beban kerja dimiliki berasal dari kegiatan pekerjaan serta akademik termasuk tugas perkuliahan, ujian, hingga kehadiran di kelas. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk mampu menyesuaikan kapasitas diri agar peran akademik tetap dapat dijalankan secara optimal (Robbins & Judge, 2013).

Prestasi Akademik

Prestasi mahasiswa sebagai keluaran dari proses pembelajaran pada perguruan tinggi dipahami sebagai prestasi akademik. Hal ini diukur melalui nilai, Indeks Prestasi (IP) dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) sebagai indikator keberhasilan pada penguasaan ilmu pengetahuan, keterampilan, serta kompetensi sesuai bidang studinya. Terdapat sejumlah faktor internal ataupun eksternal berpengaruh bagi prestasi akademik. Dari segi internal sendiri mencakup motivasi belajar, kemampuan intelektual, serta manajemen waktu (Retnowati dkk., 2016). Sementara itu, faktor eksternal mencakup lingkungan belajar, dukungan sosial, dan beban aktivitas di luar akademik, termasuk pekerjaan bagi mahasiswa yang bekerja sambil kuliah (Rosid Abdullah, 2019). Kelelahan fisik maupun mental dapat muncul sebagai hasil dari peranan ganda dijalani oleh mahasiswa yang bekerja sambil belajar. Lebih lanjut, hal ini mengakibatkan peningkatan beban kerja berlebih yang menurunkan konsentrasi maupun efektivitas belajar. Namun, kapasitas mahasiswa untuk *manage* waktu dengan baik dikonsiderasi mampu menempatkan skala prioritas dan menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dengan tanggung jawab akademik sehingga tetap dapat mempertahankan prestasi akademiknya.

Manajemen Waktu

Manajemen waktu merupakan kapasitas individu dalam menyusun perencanaan,

melakukan pengaturan, dan melaksanakan pengendalian waktu secara optimal guna merealisasikan target yang telah ditetapkan. Pengelolaan waktu meliputi penetapan prioritas, penyusunan jadwal, serta pengalokasian waktu berdasarkan tingkat urgensi tugas sehingga aktivitas dapat diselesaikan secara terstruktur dan produktif. Bagi mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, kemampuan ini menjadi krusial karena mereka harus menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan pekerjaan secara simultan. Manajemen waktu yang baik terbukti meningkatkan efektivitas belajar serta meminimalkan tekanan akibat penumpukan tugas (Febrian & Apriliani, 2025). Selain itu, aspek perencanaan, pengorganisasian, serta disiplin diri turut menentukan keberhasilan pengelolaan waktu secara optimal (Silitonga dkk., 2025). Sebaliknya, ketidakmampuan dalam mengatur waktu dapat menyebabkan keterlambatan penyelesaian tugas, kelelahan fisik dan mental, hingga penurunan konsentrasi dimana memberikan dampak berkepanjangan terhadap menurunnya prestasi akademik mahasiswa.

Hipotesis Penelitian

Merujuk pemaparan teori dan latar belakang diatas, penulis merumuskan hipotesis penelitian diantaranya:

H1: Beban kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

H2: Beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen waktu mahasiswa yang bekerja sambil kuliah

H3: Manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

H4: Beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik melalui manajemen waktu mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal-deskriptif. Pendekatan kuantitatif dipilih karena data yang diperoleh berbentuk numerik dan dianalisis menggunakan teknik statistik untuk menguji hipotesis serta hubungan antarvariabel. Desain kausal digunakan untuk menganalisis hubungan sebab-akibat antara beban kerja, manajemen waktu, dan prestasi akademik. Sementara itu, desain deskriptif bertujuan memberikan gambaran sistematis mengenai karakteristik responden dan variabel penelitian (Sugiyono, 2017).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian bertempat pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Makassar, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia. Pelaksanaan penelitian berlangsung selama dua bulan, yaitu mulai Desember 2025 hingga Februari 2026

Populasi dan Sampel

Populasi studi ditetapkan untuk penelitian mencakup mahasiswa yang bekerja sambil kuliah pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar dengan menyeluruh. Kuantitas mutlak populasi studi penulis tidak dapat teridentifikasi pasti meninjau tidak terdapat nya data resmi yang secara khusus mencatat mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja. Oleh karena itu, penelitian ini mengaplikasikan pendekatan *purposive sampling*, yakni cara penentuan sampel dengan mempertimbangkan penyesuaian atas ketentuan tertentu terhadap tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Pemilihan teknik *purposive sampling* bertujuan guna memastikan bahwa responden yang dipilih benar-benar sesuai dengan karakteristik penelitian. Adapun kriteria responden yang digunakan meliputi: (1) mahasiswa aktif Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar, (2) mahasiswa yang sedang bekerja sambil menjalani perkuliahan, dan (3)

mahasiswa yang telah bekerja minimal selama tiga bulan. Kriteria tersebut ditetapkan agar responden memiliki pengalaman yang memadai dalam menghadapi beban kerja serta tuntutan akademik, sehingga dapat memberikan informasi yang relevan dan akurat. Total sampel digunakan dalam studi mencakup 50 responden dengan penentuan besaran sampel tersebut merujuk ketentuan analisis *Partial Least Squares–Structural Equation Modeling* (PLS-SEM), yang menjelaskan ukuran sampel minimal ditentukan berdasarkan 10x model jalur struktural (structural paths) paling besar dan pengaruh pada konstruk dalam model penelitian (Hair dkk., 2021). Dalam penelitian ini, jumlah jalur struktural yang mengarah ke satu variabel laten maksimal adalah dua, sehingga jumlah sampel sebanyak 50 responden kemudian ditambah dan dikenakan menjadi 56 responden sehingga memenuhi kriteria minimum serta dinilai memadai untuk mendukung analisis data dan pengujian hipotesis penelitian.

Jenis dan Sumber Data

Penelitian ini menggunakan data primer dan diperoleh dari penyebaran kuesioner terhadap mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar yang bekerja sambil kuliah. Sumber data sekunder berasal daripada buku maupun jurnal ilmiah relevan terhadap variabel penelitian. Penggunaan data primer maupun sekunder bertujuan guna mendapatkan pengetahuan mendalam dan komprehensif guna memaksimalkan keluaran validitas hasil penelitian (Sugiyono, 2017).

Uji Instrumen Penelitian

Uji instrumen penelitian dilakukan untuk memastikan kuesioner mampu mengukur variabel beban kerja, manajemen waktu, dan prestasi akademik secara tepat dan konsisten. Pengujian instrumen dilakukan menggunakan pendekatan *Structural Equation Modeling–Partial Least Square* (SEM-PLS) yang meliputi uji validitas dan reliabilitas. Validitas instrumen dievaluasi melalui *validitas*

konvergen dengan melihat nilai *outer loading* dan *Average Variance Extracted* (AVE), serta *validitas diskriminan* melalui nilai *cross loading* dan *Heterotrait–Monotrait Ratio* (HTMT). Reliabilitas instrumen dinilai berdasarkan nilai *Composite Reliability*. Instrumen dinyatakan layak digunakan apabila memenuhi kriteria pengujian tersebut (Sugiyono, 2017).

Teknik Analisis Data

Penyusunan studi menggunakan metodologi deskriptif dan inferensial kuantitatif, dimana data dianalisa dengan menerapkan *Partial Least Squares–Structural Equation Modeling* (PLS-SEM) memanfaatkan aplikasi SmartPLS versi 4.1.1.4, karena metode tersebut dinilai mampu mengelola model penelitian secara rumit juga bersifat prediktif (Hair et al., 2021). Jenis analisa deskriptif memiliki fungsi guna menjelaskan karakteristik responden dan perspektif mereka terhadap variabel diteliti, sehingga meningkatkan pemahaman profil responden dan menawarkan wawasan awal tentang pola dan tren yang muncul dalam data. Secara bersamaan, analisis inferensial yang menggunakan PLS-SEM digunakan untuk memeriksa hubungan antar variabel melalui tiga fase: penilaian model luar untuk validitas dan reliabilitas indikator (*A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling* (PLS-SEM)), evaluasi inner model guna melakukan pengujian hubungan dari setiap variabel laten (*Structural Equation Modeling* dengan metodologi alternatif menerapkan *Partial Least Square*), serta melakukan uji hipotesis. Pengujian diaplikasikan dengan menganalisis nilai *R-square* dan *F-square*, termasuk melakukan pengujian dampak langsung dan tidak dengan taraf signifikansi ditetapkan atas angka *t-statistic* $\geq 1,645$ ataupun angka *p-value* $< 0,05$ (*Partial Least Squares* Konsep, Teknik dan Aplikasi). Pemilihan metodologi tersebut didasari sifat dan kemampuan metode dalam menjelaskan hubungan dari setiap variabel dengan menyeluruh dan sajian akurasi prediksi

dari model diaplikasikan termasuk dengan kompleksitas struktur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Model Pengukuran (*Outer Model*)

Convergent Validity

Tabel 1. Hasil *Outer Loading*

Item	Beban Kerja (X)	Prestasi Akademik (Y)	Manajemen Waktu (Z)
X1_1	0.733		
X2_2	0.719		
X3_3	0.719		
X4_4	0.823		
Y1_1		0.653	
Y2_2		0.867	
Y3_3		0.752	
Y4_4		0.809	
Y5_5		0.799	
Y6_6		0.851	
Z1_1			0.861
Z2_2			0.806
Z3_3			0.837
Z4_4			0.754

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Analisa *outer model* dilakukan guna menilai keabsahan maupun konsistensi indikator dalam membentuk masing-masing konstruk penelitian. Pelaksanaan pengujian *convergent validity* didasari keluaran angka *loading factor*, dengan pernyataan menunjukkan validitas indikator jika memperoleh angka lebih besar dari 0,708 (Hair,). Berdasarkan hasil pengujian, terdapat indikator yang tidak memenuhi kriteria validitas sehingga dikeluarkan dari model penelitian. Setelah dilakukan eliminasi terhadap indikator tersebut, seluruh indikator yang tersisa menunjukkan nilai *loading factor* di atas batas yang ditetapkan dan dinyatakan valid, sehingga dapat digunakan pada tahap analisis selanjutnya.

Tabel 2. *Average Variance Extracted*

Variabel	<i>Average Variance Extracted (AVE)</i>
Beban Kerja (X)	0.575
Prestasi Akademik (Y)	0.627
Manajemen Waktu (Z)	0.665

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Keluaran studi menjelaskan untuk masing-masing konstruk variabel validitas konvergen kuat dinyatakan dengan perolehan

angka AVE bernilai >0,50, menandakan bahwa semua indikator secara akurat menggambarkan konstruk dan memberikan konsistensi pengukuran.

Discriminant Validity

Tabel 3. Hasil *Cross Loading*

Item	Beban Kerja	Prestasi Akademik	Manajemen Waktu
X1_1	0.733	0.413	0.387
X2_2	0.753	0.500	0.451
X3_3	0.719	0.407	0.425
X4_4	0.823	0.506	0.459
Y1_1	0.503	0.653	0.222
Y2_2	0.459	0.867	0.665
Y3_3	0.593	0.752	0.475
Y4_4	0.543	0.809	0.709
Y5_5	0.415	0.799	0.551
Y6_6	0.422	0.851	0.766
Z1_1	0.544	0.636	0.861
Z2_2	0.452	0.642	0.806
Z3_3	0.388	0.667	0.837
Z4_4	0.473	0.502	0.754

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Discriminant validity diaplikasikan guna menjamin penerapan konstruk penelitian mempunyai keunikan serta berbeda dari segi empiris dari konstruk lainnya. Evaluasi *discriminant validity* diaplikasikan dengan melihat analisa *cross loading*, cara kerja dimaksud mencakup pernyataan pada indikator yang memiliki *discriminant validity* yang baik dengan keluaran angka *loading*-nya bernilai di atas angka pengukuran konstruk apabila dikomparasi terhadap konstruk yang lain. Merujuk keluaran pengujian, indikator studi menyeluruh menunjukkan nilai *loading* lebih besar pada konstruk masing-masing.

Tabel 4. Nilai *Heterotrait-Monotrait Ratio (HTMT)*

Variabel	Beban Kerja (X)	Prestasi Akademik (Y)	Manajemen Waktu (Z)
X			
Y	0.752		
Z	0.717	0.829	

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Hasil evaluasi melalui *cross loading* menunjukkan masing-masing indikator mempunyai nilai *loading* yang lebih tinggi pada konstruk yang diukur dibandingkan dengan konstruk lainnya. Selain itu, hasil pengujian

Heterotrait–Monotrait Ratio (HTMT) memperlihatkan bahwa seluruh pasangan konstruk memiliki nilai HTMT di bawah 0,90, sehingga discriminant validity antar konstruk dinyatakan telah terpenuhi.

Uji Reliabilitas

Tabel 5. Composite Reliability dan Cronbach's Alpha

Variabel	Cronbach's alpha	Composite Reliability (rho_a)	Composite Reliability (rho_c)	Average Variance extracted (AVE)
Beban Kerja (X)	0.754	0.759	0.844	0.575
Prestasi Akademik (Y)	0.881	0.901	0.909	0.627
Manajemen Waktu (Z)	0.832	0.837	0.888	0.663

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Composite Reliability* dan *Cronbach's Alpha* guna menilai tingkat konsistensi internal konstruk penelitian. Suatu konstruk dianggap reliabel jika memperoleh angka *Composite Reliability* bernilai di atas 0,70 sementara *Cronbach's Alpha* di atas 0,60. Keluaran pengujian menunjukkan bahwa semua konstruk penelitian mencapai nilai dan memenuhi ketentuan ditetapkan, mengartikan instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi internal kuat dan stabil, dengan setiap variabel dianggap reliabel untuk analisis selanjutnya.

Model Struktural (*Inner Model*)

Analisis model *inner* diaplikasikan pasca pelaksanaan uji *outer model*, ditujukan guna menilai validitas dan reliabilitas indikator yang membentuk konstruk. Model internal mengevaluasi hubungan antara variabel laten menggunakan metrik *R-square* dan *F-square*. Nilai *R-squared* menunjukkan kemampuan variabel independen untuk menjelaskan varians pada variabel dependen di dalam model penelitian. Sementara itu, nilai *F-square* digunakan untuk menilai besarnya kontribusi masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil pengujian menunjukkan bahwa model penelitian memiliki kemampuan penjelasan yang memadai, serta kontribusi variabel independen terhadap

variabel dependen berada pada tingkat yang relevan, sehingga model dinilai layak untuk dilanjutkan pada tahap pengujian hipotesis.

Tabel 6. R-square

Variabel	R-Square	R-Square Adjusted
Y Prestasi Akademik	0.614	0.599
Z Manajemen Waktu	0.325	0.312

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Nilai *R-Square* menjelaskan keseluruhan variabel terdapat pada model penelitian dapat menjelaskan sebesar 61,4% variasi prestasi akademik dan 32,5% variasi manajemen waktu, sementara kontribusi lainnya mendapat pengaruh sejumlah faktor di luar kajian penelitian dan tidak dianalisis pada studi.

Tabel 7. F-Square

Variabel	f-Square	Keterangan
X → Y	0.120	Pengaruh Kecil
X → Z	0.481	Pengaruh Besar
Z → Y	0.637	Pengaruh Besar

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Nilai *F-Square* digunakan untuk menilai besarnya kontribusi masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen dalam model penelitian. Berdasarkan hasil pengujian, kontribusi variabel independen terhadap prestasi akademik dan manajemen waktu berada pada kategori kecil, sedang, dan besar, yang menunjukkan bahwa setiap variabel memiliki tingkat pengaruh yang berbeda dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Hasil ini mengindikasikan bahwa variabel-variabel dalam model penelitian berperan secara substantif dalam membentuk prestasi akademik dan manajemen waktu, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Pengujian Hipotesis

Setelah pengujian *outer model* dan *inner model*, tahap selanjutnya adalah pengujian hipotesis untuk menganalisis pengaruh antarvariabel dalam model penelitian. Penerimaan hipotesis ditentukan berdasarkan nilai *t-statistic* $\geq 1,645$ atau *p-value* $< 0,05$ yang menunjukkan pengaruh signifikan secara statistik, sebagaimana dijelaskan oleh Imam Ghazali dan Hengky Latan (2015). Hasil pengujian hipotesis memberikan gambaran mengenai arah dan kekuatan pengaruh variabel

independen terhadap variabel dependen dalam penelitian ini.

Tabel 8. Direct Effect

Variabel	Original sample (O)	T statistics (O/STDEV)	P Values
X->Y	0.262	1.760	0.078
X->Z	0.570	4.965	0.000
Z->Y	0.640	3.957	0.000

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja tidak berpengaruh signifikan secara langsung terhadap prestasi akademik mahasiswa. Namun, beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen waktu, serta manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik. Selain itu, manajemen waktu terbukti memediasi pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan pengelolaan waktu yang baik berperan penting dalam membantu mahasiswa mempertahankan prestasi akademik meskipun menghadapi beban kerja yang tinggi.

Tabel 9. Indirect Effect

Variabel	Original Sample (O)	T statistics (O/STDEV)	P Values
X->Z->Y	0.344	3.604	0.000

Sumber: Hasil Olah Data (2026)

Dari Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu berperan sebagai variabel mediasi yang signifikan dalam hubungan antara beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa. Temuan ini menegaskan bahwa pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik terjadi secara tidak langsung melalui kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu secara efektif, sehingga mendukung pentingnya manajemen waktu dalam mempertahankan capaian akademik secara berkelanjutan.

Pembahasan

Pengaruh Beban Kerja terhadap Prestasi Akademik

Mengacu pada hasil uji hipotesis, beban kerja tidak berpengaruh signifikan secara langsung terhadap prestasi akademik mahasiswa, yang ditunjukkan oleh nilai $p\text{-value} > 0,05$ dan $t\text{-statistic} < 1,96$, sehingga hipotesis ditolak (Ghozali, 2018). Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja sambil kuliah masih mampu mempertahankan prestasi akademiknya meskipun menghadapi tuntutan kerja yang relatif tinggi. Pada analisis indikator variabel beban kerja, tuntutan waktu menunjukkan nilai terendah, yang mengindikasikan bahwa keterbatasan waktu menjadi tantangan utama bagi mahasiswa dalam menyeimbangkan aktivitas kerja dan perkuliahan. Namun demikian, capaian prestasi akademik yang diukur melalui IPK mayoritas responden berada pada kategori baik hingga sangat baik, yang mencerminkan adanya strategi adaptif yang diterapkan mahasiswa dalam mengelola peran ganda. Hasil ini sejalan dengan *Workload Theory* yang dikemukakan (Hart & Staveland, 1988), yang menyatakan bahwa dampak beban kerja terhadap kinerja sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengelola tuntutan fisik dan mental. Selain itu, temuan ini diperkuat oleh konsep manajemen waktu, yang menegaskan bahwa kemampuan merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu secara efektif memungkinkan mahasiswa meminimalkan dampak negatif beban kerja terhadap pencapaian akademik (Zebua & Santosa, 2023). Oleh sebab itu, beban kerja tidak secara langsung menentukan prestasi akademik, melainkan bekerja melalui mekanisme pengelolaan waktu yang dimiliki mahasiswa.

Pengaruh Beban Kerja terhadap Manajemen Waktu

Berdasarkan hasil uji hipotesis, beban kerja terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen waktu mahasiswa, yang ditunjukkan oleh nilai $p\text{-value} < 0,05$ dan $t\text{-statistic} > 1,96$, sehingga hipotesis diterima (Ghozali, 2018). Temuan ini

mengindikasikan bahwa semakin tinggi beban kerja yang dihadapi mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, semakin besar tuntutan bagi mereka untuk mengelola waktu secara lebih terencana dan disiplin. Pada analisis indikator variabel beban kerja, tuntutan waktu dan target pekerjaan menjadi aspek yang paling dominan dirasakan mahasiswa, yang mendorong mereka untuk menyusun prioritas antara aktivitas kerja dan akademik. Hasil ini sejalan dengan *Workload Theory* yang dikemukakan oleh Hart dan Staveland (1988), yang menyatakan bahwa meningkatnya tuntutan kerja akan memengaruhi strategi individu dalam mengelola sumber daya yang dimiliki, termasuk waktu. Selain itu, temuan ini juga didukung oleh *Time Management Theory* yang dikemukakan oleh (Macan, 1994), yang menegaskan bahwa tekanan aktivitas dapat mendorong individu untuk mengembangkan keterampilan pengelolaan waktu agar tetap mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dengan demikian, beban kerja yang tinggi tidak selalu berdampak negatif, melainkan dapat menjadi pemicu bagi mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu dalam menjalani peran ganda secara efektif.

Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prestasi Akademik

Berdasarkan hasil uji hipotesis, manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa, yang ditunjukkan oleh nilai $p\text{-value} < 0,05$ dan $t\text{-statistic} > 1,96$, sehingga hipotesis diterima (Ghozali, 2018). Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu secara efektif berperan penting dalam meningkatkan capaian akademik. Pada analisis indikator variabel manajemen waktu, aspek perencanaan dan penetapan prioritas menunjukkan kontribusi yang dominan, yang mencerminkan bahwa mahasiswa yang mampu menyusun jadwal belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta menghindari pemborosan waktu cenderung

memperoleh prestasi akademik yang lebih baik. Hasil ini sejalan dengan *Time Management Theory* yang dikemukakan oleh (Macan, 1994), yang menegaskan bahwa pengelolaan waktu yang efektif dapat meningkatkan kinerja individu melalui peningkatan persepsi kontrol terhadap waktu. Selain itu, temuan ini juga mendukung *Academic Performance Theory* yang dikemukakan oleh (Blomm, 1956), yang menyatakan bahwa keberhasilan akademik dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengelola proses belajar secara terstruktur. Dengan demikian, manajemen waktu menjadi faktor kunci yang membantu mahasiswa, khususnya yang bekerja sambil kuliah, dalam menjaga dan meningkatkan prestasi akademiknya.

Pengaruh Beban Kerja terhadap Prestasi Akademik melalui Manajemen Waktu

Berdasarkan hasil uji hipotesis tidak langsung, manajemen waktu terbukti memediasi secara signifikan pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik mahasiswa, yang ditunjukkan oleh nilai $p\text{-value} < 0,05$, sehingga hipotesis diterima (Ghozali, 2018). Temuan ini menunjukkan bahwa beban kerja tidak memengaruhi prestasi akademik secara langsung, melainkan melalui kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu secara efektif. Beban kerja yang tinggi mendorong mahasiswa untuk menyusun prioritas, merencanakan aktivitas, dan mengoptimalkan penggunaan waktu antara pekerjaan dan perkuliahan, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap capaian akademik. Hasil ini sejalan dengan *Workload Theory* yang dikemukakan oleh (Hart & Staveland, 1988), yang menyatakan bahwa tuntutan kerja memengaruhi strategi individu dalam mengelola sumber daya yang dimiliki, serta diperkuat oleh *Time Management Theory* yang dikemukakan oleh (Macan, 1994), yang menegaskan bahwa pengelolaan waktu yang baik mampu meningkatkan kinerja individu. Dengan demikian, manajemen waktu berperan sebagai mekanisme penting yang

menjembatani hubungan antara beban kerja dan prestasi akademik, khususnya pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, sehingga memungkinkan mereka tetap mencapai hasil akademik yang optimal meskipun menghadapi tuntutan aktivitas yang kompleks.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan penelitian, maka dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut:

1. Beban kerja tidak berpengaruh secara langsung terhadap prestasi akademik mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya beban kerja yang dialami mahasiswa yang bekerja sambil kuliah tidak serta-merta menurunkan prestasi akademik mereka. Meskipun indikator tuntutan waktu menunjukkan adanya tekanan dalam membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan, secara umum mahasiswa masih mampu mempertahankan capaian akademik yang baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa prestasi akademik tidak hanya ditentukan oleh besarnya beban kerja, tetapi juga oleh kemampuan mahasiswa dalam mengelola aktivitas dan tanggung jawab yang dijalani.
2. Beban kerja berpengaruh terhadap manajemen waktu. Semakin tinggi beban kerja yang dihadapi mahasiswa, semakin besar pula dorongan bagi mereka untuk mengatur waktu secara lebih terencana dan disiplin. Beban kerja mendorong mahasiswa untuk menyusun prioritas, mengatur jadwal, serta menyesuaikan aktivitas kerja dan akademik secara efektif. Dengan demikian, beban kerja tidak selalu berdampak negatif, melainkan dapat menjadi pemicu peningkatan keterampilan manajemen waktu mahasiswa.
3. Manajemen waktu berpengaruh terhadap prestasi akademik. Mahasiswa yang memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik, khususnya dalam hal perencanaan, penetapan prioritas, dan pengendalian penggunaan waktu, cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih optimal. Pengelolaan waktu yang efektif memungkinkan mahasiswa menyelesaikan tugas akademik tepat waktu, mengikuti proses pembelajaran dengan baik, serta menjaga konsistensi kinerja akademik meskipun memiliki keterbatasan waktu.
4. Kualitas beban kerja terhadap prestasi akademik melalui manajemen waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik terjadi secara tidak langsung melalui manajemen waktu. Artinya, beban kerja yang tinggi mendorong mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu, yang selanjutnya berdampak positif terhadap prestasi akademik. Dengan demikian, manajemen waktu berperan sebagai mekanisme penting yang menjembatani hubungan antara beban kerja dan prestasi akademik, sehingga membantu mahasiswa tetap mencapai hasil akademik yang optimal meskipun menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan.

Saran

Mengacu pada hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah disarankan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu, seperti menyusun jadwal kegiatan harian, menetapkan prioritas antara pekerjaan dan studi, serta mengurangi aktivitas yang bersifat pemborosan waktu. Dengan pengelolaan waktu yang baik,

dampak beban kerja terhadap kegiatan akademik dapat dikendalikan sehingga prestasi akademik tetap terjaga.

2. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa pekerja, seperti motivasi belajar, dukungan sosial, stres akademik, atau work-life balance. Hal ini dikarenakan masih terdapat faktor lain di luar penelitian ini yang berpotensi menjelaskan variasi prestasi akademik mahasiswa..

REFERENSI

- [1] Apriliyanti, D., Solihat, A. N., & Hermawan, Y. (2021). Pengaruh Self Efficacy, Prokrastinasi Akademik, dan Prestasi Akademik Terhadap Perilaku Kecurangan Akademik. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Indonesia*, 3.
- [2] Azizah, F. N., Mochtar, N. M., Subagyo, R., & Prasetya, E. C. (2023). Hubungan antara Burnout Kegiatan Akademik dengan Indeks Prestasi pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- [3] Blomm, B. S. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals* (Vol. 1). Longman, Green and Co.
- [4] Febrian, R., & Apriliani, A. N. (2025). Pentingnya Manajemen Waktu bagi Mahasiswa Semester Akhir di Tengah Tugas Akhir. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Kearifan Lokal*, 5, 173–184. <https://www.jipkl.com/index.php/JIPKL/article/download/221/216/431>
- [5] Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan program IBM SPSS 25* (9 ed.). Badan Penerbit-Undip.
- [6] Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., & Ray, S. (2021). *Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) Using R: A Workbook*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-80519-7>
- [7] Hart, S. G., & Staveland. (1988). *Development of NASA-TLX (Task Load Index): Results of empirical and theoretical research* (Vol. 52). North-Holland.
- [8] Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 3, 79, 381–391.
- [9] Retnowati, D. R., Fatchan, A., & Astina, I. K. (2016). Prestasi Akademik dan Motivasi Berprestasi Mahasiswa S1 Pendidikan Geografi Universitas Negeri Malang. *Jurnal Pendidikan*, 1, 521–525.
- [10] Robbins, S. P., & Judge, T. (2013). *Organizational behavior* (15th ed). Pearson.
- [11] Rosid Abdullah, A. (2019). *Capailah Prestasimu* (1 ed.). Guepedia Publisher.
- [12] Silitonga, J., Nabila, T., Sihombing, D., Luthfi, M., Rahmadayanti, N., & Arnita, V. (2025). Analysis of the Effect of Emotional Intelligence, Time Management, and Academic Stress on the Learning Behavior of Accounting Students. *Journal of Advances in Accounting, Economics, and Management*, 2(3), 14. <https://doi.org/10.47134/aaem.v2i3.573>
- [13] Sugiyono, S. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D* (19 ed.). Alfabeta.
- [14] Supartono, Sukardi, Santoso, L. H., & Darmadi, E. A. (2023). Dampak Kuliah Sambil Bekerja Terhadap Aktifitas Belajar Mahasiswa Di Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri. 2023, 7. <https://journals.upi->

.....
yai.ac.id/index.php/ikraith-
humaniora/issue/archive

- [15] Yumnanda, K., & Safitri, D. (2025).
*Analisis Dampak Kuliah Sambil Bekerja
terhadap Kualitas Belajar Mahasiswa di
Kampus (Studi Literatur)*. 2(4).
- [16] Zebua, E. K., & Santosa, M. (2023).
Pentingnya Manajemen Waktu Dalam
Meningkatkan Kualitas Belajar Mahasiswa.
Jurnal Pendidikan dan Konseling, 5.
<https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.13436>