

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

MANAJEMEN WAKTU, KOMUNIKASI DAN MANAJEMEN STRESS PADA PRODUKTIVITAS MAHASISWA YANG BEKERJA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Jundi Ahnaf Fakhruudin¹, Hasan Ubaidillah², Kumara Adji khusuma³

Univerisitas Muhammadiyah Sidoarjo

Email: ubaid@umsida.ac.id

Abstrak

Salah satu aset terpenting bagi suatu perusahaan atau lembaga adalah sumber daya manusia. Setiap orang memiliki tingkat kemampuan, keahlian, dan kreativitas yang berbeda-beda. Namun, kemampuan, keterampilan, dan kreativitas tersebut tidak dapat dioptimalkan tanpa adanya pengembangan dan pembinaan sumber daya manusia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi dampak tingkat manajemen waktu, komunikasi dan manajemen stres yang berpengaruh signifikan terhadap produktivitas mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan analisis kausal dengan pendekatan kuantitatif, yang artinya data penelitian berupa angka-angka dan dianalisis menggunakan statistik. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Manajemen Waktu, Komunikasi dan Stres Kerja, sedangkan variabel dependennya adalah Produktivitas. Lokasi penelitian adalah Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Manajemen kelas malam angkatan 2020 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat manajemen waktu, komunikasi dan manajemen stres berpengaruh signifikan terhadap produktivitas mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Kata kunci: Manajemen waktu, Komunikasi, Stres kerja

Abstract

One of the most important assets for a company or institution is human resources. Everyone has different levels of ability, expertise and creativity. However, these abilities, skills and creativity cannot be optimized without the development and development of human resources. The aim of this research is to evaluate the impact of the level of time management, communication and stress management which significantly influence the productivity of students working part time at Muhammadiyah University of Sidoarjo. This research uses causal analysis with a quantitative approach, which means the research data is in the form of numbers and analyzed using statistics. The variables used in this research are Time Management, Communication and Work Stress, while the dependent variable is Productivity. The research location is Muhammadiyah University of Sidoarjo. The population of this study were Management students in the 2020 evening class at Muhammadiyah University of Sidoarjo. The research results show that the level of time management, communication and stress management have a significant effect on the productivity of students working part time at Muhammadiyah University of Sidoarjo.

Keywords: Communication, Time management, Work stress



This is an open access article under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

PENDAHULUAN

Salah satu aset terpenting bagi perusahaan atau lembaga adalah sumber daya manusia. Setiap orang memiliki tingkat kemampuan, keahlian, dan kreativitas yang berbeda-beda. Namun kemampuan, keahlian, dan kreativitas ini tidak dapat dioptimalkan tanpa pengembangan dan pengembangan sumber daya manusia (Ismawati et al., 2020). Mahasiswa adalah masa dewasa awal yang mana merupakan fase transisi dimana setiap individu akan mulai memiliki rasa tanggung jawab (Rahmah 2023). Kuliah sambil bekerja merupakan fenomena yang sering terjadi apa lagi banyak kampus kampus yang

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

menyediakan kelas malam yaitu untuk mahasiswa yang kuliah sambil bekerja., yang memberikan tantangan tertentu bagi mahasiswa yang menjalani peran ganda tersebut (Tarigan et al., 2021) pengalaman kerja serta kemandirian ekonomi. Namun, disisi lain mahasiswa juga dapat melalaikan tugas utamanya yaitu belajar (Oktavian et al., 2022) Tuntutan zaman dan kebutuhan masyarakat juga menjadi salah satu alasan mendasar bagi generasi muda untuk melanjutkan studi ke perguruan tinggi. Saat ini, pendidikan juga dianggap sebagai penentu masa depan, gelar sarjana mampu mengubah status ekonomi, kelas sosial, bahkan meningkatkan status keluarga. Tidak dapat dipungkiri, banyak mahasiswa saat ini yang terpaksa melanjutkan studi ke perguruan tinggi karena keterbatasan keuangan pribadi dan keluarga. dari segi keuangan yang berbeda (Ismawati et al. 2020) Pekerjaan mahasiswa paruh waktu dapat membawa banyak manfaat bagi mahasiswa Mempersiapkan siswa untuk berkarir di bidang kerja profesional. kerja paruh waktu Dapat mengembangkan pengalaman, wawasan dan tanggung jawab pribadi siswa Hal ini akan bermanfaat bagi mereka ketika memasuki dunia kerja profesional. Pekerjaan paruh waktu adalah sesuatu yang dapat dilakukan siswa Bersiaplah untuk dunia kerja. Pekerjaan paruh waktu yang tidak perlu Keterampilan tingkat tinggi, seperti yang dimiliki oleh pelayan di restoran dan kafe, atau barista di pub Kopi, pedagang, dan lain-lain banyak diminati kalangan pelajar. Ini berarti lebih banyak jam kerja Jam kerja lebih pendek dibandingkan pekerjaan penuh waktu dan lebih banyak fleksibilitas dalam jadwal dibandingkan pekerjaan penuh waktu waktu. Manajemen waktu adalah menjadikan belajar dan bekerja lebih profesional Porsi. Jika Anda tidak memiliki motivasi dan manajemen waktu yang baik, Anda bisa Stres yang berujung pada produktivitas mahasiswa. (Kusumo and Afandi 2020) semakin banyak mahasiswa yang memutuskan untuk bekerja selama kuliah untuk memenuhi kebutuhan finansial mereka atau untuk memperoleh pengalaman praktis di lapangan kerja. Namun, seiring dengan pertumbuhan jumlah mahasiswa yang bekerja, masih ada pertanyaan yang belum terjawab tentang dampak pekerjaan ini terhadap produktivitas akademis dan kesejahteraan umum mereka (Miftachul and Alkadri 2023).

Produktivitas mahasiswa yang bekerja paruh waktu dapat dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam mengelola waktu dengan baik. Mahasiswa yang bekerja perlu memberikan kompensasi diri untuk mengatur waktu secara efisien, sehingga mereka dapat fokus pada pembelajaran meskipun waktu mereka terbatas. Mereka harus melaksanakan tugas dan tanggung jawab dengan baik, baik dalam urusan perkuliahan maupun pekerjaan, serta menjaga kedisiplinan dalam kedua aspek tersebut. Manajemen waktu yang efektif diperlukan untuk membagi waktu antara belajar dan bekerja.

Mahasiswa yang bekerja paruh waktu menjalani dua aktivitas sekaligus dalam kehidupan sehari-hari mereka. Di satu sisi, mereka bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup, termasuk biaya kuliah, dan di sisi lain, mereka menjalankan tanggung jawab akademik. Hal ini dapat mengganggu aktivitas belajar karena sebagian waktu mereka digunakan untuk bekerja. Mahasiswa perlu memotivasi diri mereka sendiri untuk menggunakan waktu dengan lebih efisien, seperti menetapkan target. Hal ini berbeda dengan mahasiswa yang tidak bekerja atau hanya bekerja dalam jumlah jam tertentu, karena hanya sedikit orang yang dapat menghadiri perkuliahan tanpa mengalami stres (Tarigan et al. 2021) bermakna dan dapat menyebabkan perilaku menunda-nunda. Terlihat dari uraian ini Kesimpulannya, mahasiswa malah mempunyai jam kerja lebih banyak Penundaan juga bisa terjadi karena kurangnya komunikasi yang baik ada banyak tekanan antara proses belajar dan pekerjaan. mahasiswa yang memilih untuk belajar dan

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

bekerja secara bersamaan akan didorong Kesadaran yang mampu mengatur segala aktivitasnya, yaitu. Memenuhi kebutuhan belajar untuk kuliah dan bekerja (Anon 2023). Mahasiswa paruh waktu perlu mengatur waktu mereka agar sesuai dengan pekerjaan mereka Rencanakan kegiatan di luar pekerjaan secara seimbang, untuk mengelola produktivitas akademiknya, mahasiswa dipengaruhi oleh kondisi fisik dan psikis yang menghambat produktivitas mahasiswa dan berkurangnya konsentrasi dapat menurunkan produktivitas dan kualitas akademiknya. waktu belajar Mahasiswa karena bisa tidak terfokus pembelajaran (Auliya 2020).

Sebagai mahasiswa, penyelesaian studi di kampus melibatkan berbagai tahapan yang harus dilalui. Untuk menyelesaikan studi dengan baik, mahasiswa perlu mengatur waktu secara efektif agar kegiatan dan target yang telah ditetapkan dapat tercapai tanpa mengalami keterlambatan, terutama dalam hal perkuliahan. Manajemen waktu yang efektif (manajemen kehidupan) memerlukan pencapaian tujuan utama dengan mengalokasikan waktu dan energi secara efisien pada aktivitas yang lebih penting. Perencanaan, pengorganisasian, penjadwalan, dan pemantauan produktivitas waktu merupakan empat pilar utama dalam manajemen waktu. Sebagai sumber daya, waktu harus dikelola secara efisien dan efektif. Kemampuan manajemen waktu melibatkan pemahaman bagaimana memprioritaskan tanggung jawab dan mendahulukan tugas yang berdampak besar pada kesuksesan.

Manajemen waktu adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan waktu dengan menjadwalkan dan memprioritaskan tugas secara efektif dan efisien. Metode manajemen waktu mengungkapkan bagaimana mahasiswa mengalokasikan waktunya untuk berbagai tugas dan aktivitas, baik yang mendasar maupun tambahan. Mahasiswa harus memiliki keterampilan manajemen waktu dalam aktivitas sehari-hari dan belajar. Merencanakan studi, memprioritaskan pekerjaan penting, dan mempersiapkan ujian adalah kunci untuk mencapai prestasi akademik yang baik. Mahasiswa yang bekerja harus siap dengan keterampilan tertentu di tingkat pendidikan tinggi dan dapat memperoleh imbalan dengan menawarkan bakat mereka kepada atasan.

Komunikasi adalah aspek vital dalam kehidupan manusia. Ia memainkan peran penting dalam interaksi dengan orang lain dan terus berkembang menjadi semakin kompleks dan modern. Pentingnya komunikasi saat ini terlihat dari kompleksitas dan umumnya perangkat komunikasi di masyarakat. Penyesuaian diri mencerminkan berbagai aktivitas yang dilakukan individu untuk menyesuaikan diri dengan situasi eksternal dan kondisi sosial (Fhadillah et al. 2016).

Komunikasi selalu terjadi melalui pengembangan hubungan timbal balik. Karena Pada hakikatnya komunikasi merupakan tolok ukur tercapainya tujuan perusahaan. Menurut penjelasannya, komunikasi diartikan sebagai penyampaian informasi dari seseorang ke orang lain Lainnya (Hanafi and Widjaja 2021). Komunikasi yang baik dapat membantu mahasiswa dalam menciptakan keseimbangan antara pekerjaan, studi, dan kehidupan pribadi. Pemahaman yang jelas tentang ekspektasi di tempat kerja dan di kampus dapat membantu mencegah kelelahan dan stres. Mahasiswa yang bekerja mungkin menghadapi tekanan dan tantangan tambahan. Komunikasi yang terbuka dengan teman sekelas, teman kerja, atau konselor kampus dapat membantu mereka mengatasi stres dan menjaga kesejahteraan emosional. Mahasiswa yang bekerja mungkin belajar menghargai pentingnya komunikasi di lingkungan profesional. Keterampilan ini dapat

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

membantu mereka dalam berbagai situasi, termasuk dalam presentasi, pertemuan, dan negosiasi di dunia kerja.

Untuk melakukan pengendalian atau pengelolaan stres yang bertujuan untuk mengenal penyebab daripada stres dan mengetahui teknik-teknik mengatasi stress (Prasetia and Fahmi 2020). Mahasiswa adalah masa dewasa awal yang mana merupakan fase transisi dimana setiap individu akan mulai memiliki rasa tanggung jawab (Oktavian et al. 2022) Stres terkait pekerjaan di kalangan mahasiswa yang bekerja paruh waktu bukanlah hal baru di perusahaan. Oleh karena itu, stres kerja merupakan suatu kondisi emosional manusia yang diakibatkan oleh adanya ketidakseimbangan antara beban kerja dengan kemampuan seorang mahasiswa yang bekerja paruh waktu dalam mengatasi stres, sehingga mempengaruhi suasana hati, proses berpikir, dan keadaan mahasiswa yang bekerja paruh waktu tersebut (Hanafi and Widjaja 2021). Mahasiswa yang bekerja paruh waktu mungkin saja stres karena permasalahan perusahaan. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu juga mengalami stres di tempat kerja Ketika mereka diminta untuk menyelesaikan suatu tugas tetapi gagal melakukannya. Contoh pemicu stres adalah tanggung jawab Tanggung jawab pekerjaan yang tidak jelas, waktu yang tidak mencukupi untuk menyelesaikan tugas, dan dukungan yang tidak memadai Cukup untuk menyelesaikan pekerjaan dan tugas-tugas yang saling bertentangan Intinya adalah, orang perlu berbicara satu sama lain dalam hidup. Oleh karena itu, masyarakat perlu berinteraksi Dengan orang lain, kelompok atau komunitas dan yang terpenting keluarga mereka. dalam kehidupan sehari-hari Di tempat kerja atau di dalam kampus (Lusi 2021).

Sehingga diketahui besarnya kontribusi variabel manajemen waktu, komunikasi stress kerja pada produktivitas Penelitian ini berawal dari adanya kesenjangan dalam penelitian sebelumnya yang mengaitkan produktivitas mahasiswa. Penelitian ini mengatasi kesenjangan tersebut dengan menghubungkan manajemen waktu dan komunikasi. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pengambilan sampel dengan pertimbangan khusus, serta teknik total sampling, di mana seluruh populasi digunakan sebagai sampel tanpa memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota. Perbedaan utama dalam penelitian ini terletak pada objek dan subjek penelitian, yang fokus pada produktivitas siswa. Penulis juga mengubah topik penelitian untuk berfokus pada produktivitas siswa dan, meskipun penelitian ini menggunakan metode kualitatif, ada peluang untuk menerapkan metode kuantitatif dalam studi ini.

Berdasarkan latar belakang di atas dan penelitian penelitian terdahulu, dapat disimpulkan jika masih dibutuhkan penelitian lebih lanjut guna mengetahui secara detail, maka dengan adanya penelitian yerdahulu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang sama dengan judul “Tingkat manajemen waktu, komunikasi, dan stres kerja pada produktivitas mahasiswa yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan analisis kualitatif dengan pendekatan kuantitatif, dimana data penelitian terdiri dari poin dan persentase, kemudian dianalisis menggunakan statistik. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Manajemen Waktu, Komunikasi, dan Stres Kerja, sedangkan variabel terikatnya adalah Produktivitas. Lokasi penelitian adalah Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Manajemen kelas malam angkatan 2020 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah non-probability sampling

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

dengan teknik total sampling, di mana seluruh populasi dijadikan sampel tanpa memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi. Jumlah sampel penelitian ini adalah responden dari populasi yang terdiri dari variabel seperti usia, jabatan, dan pendidikan terakhir. Populasi mahasiswa Manajemen angkatan 2020 berjumlah 130 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan rumus Slovin untuk menghitung jumlah sampel

Jumlah sampel yang dihitung menurut rumus Slovin adalah 98. Untuk menghindari hilangnya informasi, peneliti membulatkan jumlahnya menjadi 100 responden dari kelas malam mahasiswa Manajemen angkatan 2020. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Respons dari kuesioner diukur menggunakan skala interval dan skala Likert, yang dirancang untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji validitas dan uji reliabilitas. Selain itu, pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linear berganda, uji t, dan uji koefisien determinasi berganda. Pengolahan data dilakukan menggunakan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 24.

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Hasil Penelitian

Dari hasil penyebaran kuesioner melalui *Google Form* yang dilakukan pada ,28 februari hingga 18 maret 2024, total responden yang didapatkan sebanyak 100 orang. Dari jumlah tersebut, kemudian peneliti mengklasifikasikan responden menjadi beberapa kategori seperti dampak manajemen waktu, keuntungan komunikasi, dampak stres kerja, untuk mengetahui produktivitas mahasiswa belajar.

Uji Analisis Deskriptif

Tabel 1. Uji Analisis Deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Manajemen Waktu	100	3	15	6.90	2.052
Komunikasi	100	3	15	7.25	1.946
Stres Kerja	100	4	20	10.31	3.305
Produktivitas Mahasiswa	100	4	20	8.79	2.969

Sumber: Hasil analisis

Variabel manajemen waktu menunjukkan nilai minimum sebesar 3, nilai maksimum sebesar 15, mean sebesar 6,90 dan standar sebesar 2,052. Variabel komunikasi mempunyai nilai minimum sebesar 3, nilai maksimum sebesar 15, mean sebesar 7,25, dan standar deviasi sebesar 1,946. Nilai minimum variabel stres kerja sebesar 4, nilai maksimum sebesar 20, nilai rata-rata sebesar 10,31, dan simpangan baku sebesar 3,305; nilai minimum variabel produktivitas siswa sebesar 4, nilai maksimum sebesar 20, dan nilai rata-rata sebesar 20,00 10.31. Nilainya sebesar 8,79 dan standar deviasinya sebesar 2,969.

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

Uji Validitas

Tabel 2. Uji Validitas

Variabel	Pertanyaan	r- hitung	r- tabel	Sig (2- tailed)	Deskripsi
Manajemen Waktu (X1)	1	0.662	0.196	0.001	Valid
	2	0.704	0.196	0.001	Valid
	3	0.576	0.196	0.001	Valid
Komunikasi (X2)	1	0.488	0.196	0.001	Valid
	2	0.647	0.196	0.001	Valid
	3	0.521	0.196	0.001	Valid
Stres Kerja (X3)	1	0.773	0.196	0.001	Valid
	2	0.743	0.196	0.001	Valid
	3	0.768	0.196	0.001	Valid
Produktivitas Mahasiswa (Y)	1	0.715	0.196	0.001	Valid
	2	0.743	0.196	0.001	Valid
	3	0.673	0.196	0.001	Valid
	4	0.739	0.196	0.001	Valid

Sumber: Hasil analisis

Uji validitas digunakan untuk menentukan baiknya kuesioner. Jika nilai signifikansi hasil relevan $< 0,05$ maka kuesioner dikatakan valid, maka variabel bisa diuji. saat r hitung Lebih dari tabel menunjukkan valid. Apabila simpangan lebih kecil dari tabel maka dinyatakan tidak asli. Nilai variabel Manajemen Waktu (X1), Komunikasi (X2), Stres Kerja (X3), dan Produktivitas Mahasiswa (Y) menunjukkan bahwa nilai r hitung lebih besar dari rtabel dengan nilai signifikansi (2-tailed) kurang dari 0,05. Dengan demikian, Dapat disimpulkan bahwa setiap variabel dan item data yang digunakan untuk menyesuaikan seluruh data adalah valid.

Uji Reliabilitas

Tabel 3. Uji Reliabilitas

Variabel	N of Items	Hasil Cronbach's Alpha	Koefisien standar Alpha	Deskripsi
Manajemen Waktu (X1)	3	0.729	>0.60	Reliabel
Komunikasi (X2)	4	0.715	>0.60	Reliabel
Stres Kerja (X3)	3	0.787	>0.60	Reliabel
Produktivitas Mahasiswa (Y)	5	0.789	>0.60	Reliabel

Sumber: Hasil analisis

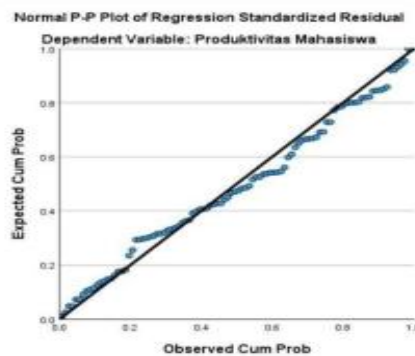
DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

Nilai variabel manajemen waktu adalah 0,671, yang lebih besar dari 0,60; variabel komunikasi memiliki nilai 0,649, juga lebih besar dari 0,60; variabel stress kerja menunjukkan nilai 0,626, yang melebihi 0,60; dan variabel produktivitas mahasiswa mencapai nilai 0,687, di atas 0,60. Dengan demikian, semua variabel tersebut dinyatakan reliabel.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah data yang diperoleh mengikuti distribusi normal. Pengujian ini menggunakan scatterplot dan uji satu sampel Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai Monte Carlo Asmp.Sig (2-tailed) lebih besar dari alpha 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dan gambar yang terlampir.



Dapat ditunjukkan normalitas juga dapat dibandingkan dengan uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov dengan melihat Asmp Monte Carlo. Sig (2-tailed) 0,085 > 0,05 yang dianggap sah dan berdistribusi normal.

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk memeriksa apakah terdapat korelasi antara variabel-variabel independen dalam model regresi. Hasil yang diinginkan dari uji ini adalah tidak adanya korelasi antar variabel independen. Jika nilai VIF (variance inflation factor) lebih dari 0,10, ini menunjukkan bahwa uji tersebut valid dan tidak ada masalah multikolinearitas. Hasil uji multikolinearitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Uji Multikolinearitas

		Coefficients						
Model		Unstandardized	Standardized		t	Sig.	Collinearity	
		Coefficients	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
		B						
1	(Constant)	2.517	1.150		2.189	.031		
	Manajemen Wak	.268	.137	.186	1.960	.053	.775	1.290
	Komunikasi	.761	.148	.498	5.150	<.001	.741	1.349
	Stres Kerja	-.106	.080	.118	1.332	.186	.883	1.133

Dependent Variable: Produktivitas Mahasiswa

Nilai VIF masing-masing variabel menunjukkan bahwa tidak terjadi perkara multikolineritas. Nilai VIF untuk variabel pendidikan adalah 1,290, untuk variabel manajemen

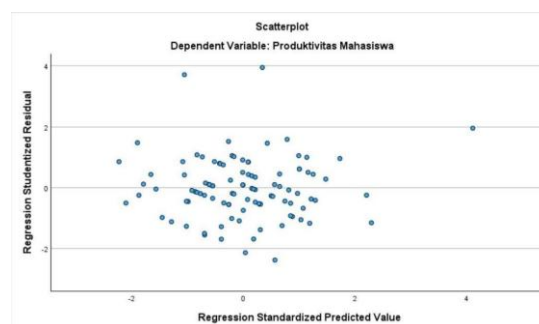
DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

waktu adalah 1,349, dan untuk variabel stres kerja adalah 1,133, semuanya lebih kecil dari 0,10. Dengan demikian, setiap variabel dalam model regresi tidak menunjukkan untuk multikolinearitas.

Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas menunjukkan adanya pola tertentu pada titik-titik yang dihasilkan, yang menandakan adanya heteroskedastisitas. Sebaliknya, jika hasil titik-titik tersebut tersebar secara acak tanpa membentuk pola, maka tidak terjadi heteroskedastisitas. Uji ini digunakan untuk menentukan apakah varian dari variabel dalam model regresi bersifat homogen atau bervariasi.

Nilai signifikansi untuk setiap variabel lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas.



Analisis Regresi Linier Berganda

Tabel 5. Analisis Regresi Linier Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	2.517	1.150		2.189	.031
	Manajemen Waktu	.268	.137	.186	1.960	.053
	Komunikasi	.761	.148	.498	5.150	<.001
	Stres Kerja	-.106	.080	-.118	-1.332	.186

Dependent Variable: Produktivitas Mahasiswa

Analisis regresi linear berganda dipergunakan untuk memahami pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, baik secara parsial maupun simultan. Dalam hal ini, variabel independen yang diteliti adalah Manajemen waktu (X1), Komunikasi (X2), dan Produktivitas mahasiswa (X3), sementara variabel dependen adalah produktivitas mahasiswa (Y). Hasil dari analisis regresi linear berganda ditampilkan dalam tabel sebagai berikut: Persamaan regresi berikut ini dibuat dengan menggunakan nilai koefisien regresi untuk masing-masing variabel, yang didasarkan pada pengolahan data pada tabel 3.6, kolom Unstandardized Coefficients bagian

$$B: Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3 + e$$

$$Y = 2,517 + 0,053 + 0,001 + 0,186 + 1,150$$

e Dimana :

Y : Produktivitas Mahasiswa X1 : Manajemen Waktu X2 : Komunikasi X3 : Stres kerja
E : Std. Error

Dari hasil persamaan tersebut, maka dapat diartikan bahwa :

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

1. Berdasarkan nilai konstanta (a) sebesar = 2,517, maka produktivitas mahasiswa sebesar = 2,517 satuan jika komunikasi, manajemen waktu, dan stres kerja masing-masing sebesar 1 satuan.
2. Berdasarkan nilai koefisien regresi sebesar 0,268 (X1), maka dapat terjadi kenaikan produktivitas mahasiswa sebesar 0,268 untuk setiap kenaikan 1 satuan pada variabel Manajemen Waktu (X1).
3. maka dapat terjadi kenaikan produktivitas mahasiswa sebesar 0,761 satuan untuk setiap kenaikan satu satuan pada variabel Komunikasi (X2).
4. maka keputusan mengenai produktivitas mahasiswa dapat naik sebesar -0,106 satuan untuk setiap kenaikan satu satuan pada variabel Stres Kerja (X3).

Uji hipotesis

Uji t

Tabel 7. Uji t Coefficients

Model		Unstandardized Coefficients	Std. Error	Standardized Coefficients	t	Sig.
1	(Constant)	2.517	1.150		2.189	.031
	Manajemen Waktu	.268	.137	.186	1.960	.053
	Komunikasi	.761	.148	.498	5.150	<.001
	Stres Kerja	-.106	.080	-.118	-1.332	.186

Dependent Variable: Produktivitas Mahasiswa

- a) Uji H1 Variabel Manajemen Waktu variabel Manajemen Waktu (X1) mempunyai pengaruh signifikan dan positif terhadap variabel dependen Produktivitas Mahasiswa (Y) di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Nilai t hitung untuk variabel Manajemen Waktu (X1) adalah 4.046, sementara nilai t tabel adalah 1.661 dan tingkat signifikansi adalah 0.000, yang kurang dari 0.05. Dengan pengaruh senilai 0.403, bisa disimpulkan bahwa hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima
- b) H1 Variabel Komunikasi mengindikasikan bahwa nilai t hitung untuk variabel Komunikasi (X2) adalah 2.918, sementara nilai t tabel adalah 1.661. Karena t hitung lebih besar dari t tabel ($2.918 > 1.661$) dan nilai signifikansi adalah 0.004, yang kurang dari 0.05, serta pengaruh sebesar 0.313, maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Ini mengindikasikan bahwa variabel Komunikasi (X2) memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap variabel Produktivitas Mahasiswa (Y) di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo secara parsial
- c) H1 Stres Kerja Pada tabel, nilai t hitung untuk variabel Stress kerja (X3) adalah 2.892, sementara nilai t tabel adalah 1.661. Karena nilai t hitung $> t$ tabel ($2.892 > 1.661$) dan nilai signifikansi $0.005 < 0.05$, dengan pengaruh sebesar 0.244, maka H0 ditolak dan Ha diterima. Ini berarti bahwa secara parsial, variabel Stres kerja (X3) memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap variabel produktivitas mahasiswa (Y) universitas Muhammadiyah Sidoarjo

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

Uji f

Uji F dipergunakan untuk menguji signifikansi hubungan antara variabel X dan Y, guna menentukan apakah variabel X1, X2, dan X3 (manajemen waktu, komunikasi, dan stres kerja) secara bersama-sama atau simultan mempengaruhi variabel Y (produktivitas mahasiswa). Hipotesis yang dipergunakan dalam pengujian ini adalah:

- Ho: Variabel bebas, yaitu manajemen waktu, komunikasi, dan stres kerja, tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel terikat, yaitu produktivitas mahasiswa.
- Ha: Variabel bebas, yaitu manajemen waktu, komunikasi, dan stres kerja, memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel terikat, yaitu produktivitas mahasiswa.

Dasar pengambilan keputusan didasarkan pada angka probabilitas signifikansi: a. Jika angka probabilitas signifikansi $> 0,05$, maka Ho diterima dan Ha ditolak. b. Jika angka probabilitas signifikansi $< 0,05$, maka Ho ditolak dan Ha diterima.

Tabel 8. Analisis Regresi Linear Berganda

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	269.815	3	89.945	15.988	<.001
	Residual	540.135	96	5.626		
	Total	872.950	99			

a. Dependent Variable: Produktivitas Mahasiswa

b. Predictors: (Constant), Stres Kerja, Manajemen Waktu, Komunikasi

Hasil uji F ditampilkan pada tabel berikut:

H4 Variabel Manajemen Waktu, Komunikasi, dan Stres Kerja

Tabel 3.8 mengindikasikan bahwa Ho diterima dan Ha ditolak karena nilai F hitung sebesar 15,998 lebih tinggi dari F tabel sebesar 2,70 dan nilai signifikansi sebesar 0,001b lebih kecil dari 0,05. Temuan analisis mengindikasikan bahwa manajemen waktu, komunikasi, dan stres kerja secara bersama-sama berpengaruh positif dan signifikan terhadap Produktivitas Mahasiswa.

Uji Koefisien Kolerasi berganda

Uji korelasi berganda dipergunakan untuk mengukur seberapa besar kontribusi variabel independen secara bersamaan terhadap variabel dependen, yang dinyatakan dalam persentase. Semakin tinggi nilai korelasi berganda, semakin besar kemampuan variabel independen tersebut. Hasil uji korelasi berganda ditampilkan dalam tabel berikut: Koefisien Determinasi

Tabel 3 9 Koefisien Kolerasi Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.577 ^a	.333	.312	2.462

a. Predictors: (Constant), Stres Kerja, Manajemen Waktu, Komunikasi

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

Berdasarkan Tabel 9. bisa disimpulkan bahwa nilai korelasi berganda (R) adalah 0,577, koefisien determinasi berganda (R^2) adalah 0,333, dan koefisien determinasi yang disesuaikan (Adj R^2) adalah 0,312. Ini mengindikasikan bahwa variabel tingkat pendidikan, pengalaman kerja, dan penempatan kerja dapat menjelaskan 57,7% dari pengaruh terhadap Produktivitas Mahasiswa. Sisanya, yaitu 42,3%, dijelaskan oleh faktor lain. Untuk koefisien determinasi berganda (R^2), 33,3% dapat dijelaskan oleh variabel-variabel tersebut, sementara 66,7% dijelaskan oleh variabel lain. Sedangkan untuk koefisien determinasi yang disesuaikan (Adj R^2), 31,2% dijelaskan oleh variabel-variabel ini, dan 68,8% dijelaskan oleh faktor lain.

Hopotesis Pertama : Manajemen Waktu terhadap Produktivitas Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis dari penelitian ini, terbukti bahwa manajemen waktu berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap produktivitas mahasiswa. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan baik cenderung lebih produktif dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik dan kegiatan lainnya.

Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa produktivitas mahasiswa sangat dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam mengelola waktu. Mahasiswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik mampu menyelesaikan lebih banyak tugas dan berpartisipasi dalam berbagai kegiatan akademik dan non-akademik dengan lebih efisien.

Hal ini membuktikan bahwa manajemen waktu sangat penting bagi mahasiswa untuk meningkatkan produktivitas mereka. Dengan pengelolaan waktu yang efektif, mahasiswa dapat memprioritaskan tugas-tugas penting, menghindari penundaan, dan mencapai hasil yang lebih baik dalam studi mereka. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas individu. Teori juga mendukung hasil ini dengan menyatakan bahwa kemampuan mengelola waktu dengan baik akan meningkatkan efisiensi dan efektivitas dalam menyelesaikan tugas-tugas. Oleh karena itu, penguasaan keterampilan manajemen waktu sangat penting bagi mahasiswa untuk mencapai produktivitas yang lebih tinggi.

Hopotesis Kedua : Komunikasi terhadap Produktivitas Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis dari penelitian ini, terbukti bahwa komunikasi berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap produktivitas mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik cenderung lebih produktif dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik dan berpartisipasi dalam kegiatan lainnya.

Komunikasi dalam penelitian ini dibangun dengan tiga indikator yaitu efektivitas penyampaian pesan, tingkat keterbukaan dalam berkomunikasi, dan kemampuan mendengarkan. Kontribusi tertinggi ada pada efektivitas penyampaian pesan, yang dilihat dari banyaknya responden yang sangat setuju dengan pernyataan: "komunikasi yang efektif membantu saya dalam memahami dan menyelesaikan tugas dengan lebih baik." Mahasiswa yang mampu berkomunikasi dengan jelas dan efektif dapat menyelesaikan tugas dengan lebih efisien dan mendapatkan hasil yang lebih baik.

Hal ini membuktikan bahwa komunikasi yang baik sangat penting bagi produktivitas mahasiswa. Dengan kemampuan komunikasi yang efektif, mahasiswa dapat berbagi informasi dengan jelas, menghindari kesalahpahaman, dan bekerja sama dengan lebih baik dalam tim. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

bahwa komunikasi berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas individu. Teori juga mendukung hasil ini dengan menyatakan bahwa keterampilan komunikasi yang baik mengindikasikan sejauh mana seseorang memahami dan menyampaikan informasi dengan tepat, serta seberapa baik mereka dapat mendengarkan dan merespons orang lain. Semakin baik keterampilan komunikasi yang dimiliki seseorang, semakin tinggi juga kemungkinan tingkat produktivitas yang ditunjukkan dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka. Komunikasi yang efektif memberikan kontribusi positif terhadap produktivitas mahasiswa, yang pada gilirannya akan mempengaruhi kualitas hasil belajar mereka

Stres Kerja terhadap Produktivitas Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis dari penelitian ini, terbukti bahwa stres kerja berpengaruh secara negatif dan signifikan terhadap produktivitas mahasiswa. Jadi, tingkat stres yang tinggi dapat menurunkan motivasi dan kepuasan belajar mahasiswa, mengurangi semangat mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, dan secara keseluruhan berdampak negatif terhadap hasil belajar mereka.

Stres kerja pada penelitian ini diukur dengan empat indikator: beban tugas, tekanan waktu, konflik peran, dan dukungan sosial. Kontribusi tertinggi berasal dari beban tugas, yang ditunjukkan oleh banyaknya responden yang sangat setuju dengan pernyataan: "beban tugas yang berlebihan membuat saya sulit menyelesaikan tugas dengan baik." Hal ini membuktikan bahwa beban tugas yang tidak seimbang tidak hanya merugikan mahasiswa, tetapi juga menghambat pencapaian akademik mereka.

Mahasiswa yang mengalami stres kerja yang tinggi cenderung mengindikasikan penurunan produktivitas, kesulitan berkonsentrasi, dan penurunan kualitas kerja. Persaingan yang semakin ketat dalam dunia akademik mendorong mahasiswa untuk terus meningkatkan prestasi dan kinerja mereka, namun stres yang tidak terkendali dapat menghambat pencapaian tujuan ini. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan manajemen stres dan memberikan dukungan yang memadai kepada mahasiswa agar mereka dapat berprestasi dan memberikan hasil belajar yang optimal sesuai dengan kebutuhan akademik mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 100 mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang bekerja paruh waktu, dapat disimpulkan bahwa variabel manajemen waktu, komunikasi, dan stres kerja secara parsial maupun simultan memiliki pengaruh positif terhadap produktivitas mahasiswa. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan baik cenderung lebih mampu menyeimbangkan antara pekerjaan dan studi, sehingga berdampak pada peningkatan produktivitas. Selain itu, kemampuan komunikasi yang efektif memungkinkan mahasiswa menyelesaikan tugas lebih efisien dan membina hubungan kerja yang baik. Stres kerja, meskipun bersifat menekan, ternyata dalam intensitas tertentu dapat memacu produktivitas mahasiswa. Secara keseluruhan, produktivitas mahasiswa yang bekerja paruh waktu dipengaruhi oleh kombinasi dari ketiga faktor tersebut, yang menegaskan pentingnya strategi manajemen diri dalam mendukung keberhasilan akademik dan profesional mahasiswa.

Melihat hasil penelitian ini, implikasi yang dapat diambil adalah perlunya institusi pendidikan tinggi, khususnya pihak kampus dan fakultas, untuk memberikan dukungan dalam bentuk pelatihan manajemen waktu, komunikasi efektif, dan pengelolaan stres

DOI: <https://doi.org/10.24127/jp>

guna meningkatkan produktivitas mahasiswa, khususnya bagi mereka yang menjalani pekerjaan paruh waktu. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar menambahkan variabel lain seperti motivasi belajar, dukungan sosial, atau kepuasan kerja guna mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi produktivitas mahasiswa. Selain itu, pemilihan subjek penelitian dari latar belakang program studi atau universitas yang berbeda juga dapat memberikan kontribusi dalam memperluas generalisasi temuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- A. H. Z. Tarigan, Y. A. Appulembang, and I. P. Nugroho, "Pengaruh Stress Management Terhadap Resiliensi Mahasiswa Semester Akhir Di Palembang," *J. Bimbing. Dan Konseling Ar-Rahman*, vol. 7, no. 1, p. 12, 2021, doi: 10.31602/jbkr.v7i1.4989.
- H. A. Rahmah, "Coping Stress Pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja Coping Stress for Students Who Studying While Working Abstrak," vol. 10, no. 01, pp. 18–28, 2023.
- I. Ismawati, M. Ilham, and M. Nia, "MANAJEMEN WAKTU MAHASISWA YANG BEKERJA (Studi pada Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Halu Oleo)," *J. Online Progr. Stud. Pendidik. Ekon.*, vol. 5, no. 1, p. 17, 2020, doi: 10.36709/jopspe.v5i1.13334.
- S. A. Prasetya and M. Fahmi, "Jurnal tarbawi stai al fithrah | 21," *J. Tarbawi Stai Al Fithrah*, vol. 9, no. 1, pp. 21–37, 2020.
- H. A. P. Miftachul and K. S. Alkadri, "Pengaruh Motivasi Kerja, Manajemen Waktu, dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Pekerja Paruh Waktu yang Berstatus Mahasiswa di Magelang," *J. Ekon. Kreat. dan Manaj. Bisnis Digit.*, vol. 1, no. 3, pp. 403–413, 2023, [Online]. Available: <https://transpublika.co.id/ojs/index.php/JEKOMBITAL>
- E. Yuliza, L. Izzah, W. Kurniawan, and L. Adewila Putri, "Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Pekerja Tingkat Akhir STAI Diniyah Pekanbaru," *Al-Mutharahah J. Penelit. dan Kaji. Sos. Keagamaan*, vol. 19, no. 2, pp. 354–370, 2022, doi: 10.46781/al-mutharahah.v19i2.580.
- M. Auliya, "Pengaruh Aktivitas Kerja Sambil Kuliah Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar," *Soc. Landsc. J. Pendidik. Ilmu Pengetah. Sos.*, vol. 1, no. 2, pp. 52–58, 2020.
- "Problematika Mahasiswa Kuliah Sambil Bekerja Pada Mahasiswa Prodi Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin AR Rainy Banda Aceh," pp. 1–14, 2023, [Online]. Available:
- A. A. Fhadillah, R. Umar, M. Indra, and F. Ilyas, "Kerja Karyawan Pada Pt Bumi Sarana Beton," pp. 114–119, 2016.
- C. N. Hanafi and Y. Widjaja, "Kemampuan manajemen waktu mahasiswa tahap profesi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara," *Tarumanagara Med. J.*, vol. 3, no. 1, pp. 18–28, 2021, doi: 10.24912/tmj.v3i2.11740.
- R. A. Lusi, "Penyesuaian diri mahasiswa yang kuliah sambil bekerja," *Mediapsi*, vol. 7, no. 1, pp. 5–16, 2021, doi: 10.21776/ub.mps.2021.007.01.2.
- D. Kholifah and V. Firdaus, "Pengaruh Stres Kerja, Kedisiplinan dan Reward Terhadap Kinerja Pegawai (PERUMDAM Mojopahit Mojokerto)," *Innov. Technol. Methodical Res. J.*, vol. 3, no. 1,
- D. Kusumo and R. Afandi, "Table Of Content Article information Rechtsidee," *Indones. J. Innov. Stud.*, vol. 13, no. 2, pp. 1–12, 2020.