

Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan *Self Efficacy* Pada Siswa SMA Sinar Husni Medan

The Relationship Between Time Management and Self-Efficacy in Sinar Husni High School Students in Medan

Aisyah Syafitri^{a,1}, Oktariani^{b,2}

^{a,b} Program Studi Psikologi, Universitas Potensi Utama, Jl. KL. Yos Sudarso Km.6,5 No. 3-A, Medan, 20241, Indonesia

syafitriaisyah9@gmail.com¹, oktariani1610@gmail.com²

ABSTRAK

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 yang menekankan pentingnya pendidikan sebagai sarana pembentukan karakter dan peradaban bangsa yang bermartabat untuk meningkatkan kualitas kehidupan. Observasi menunjukkan tingkat kehadiran siswa yang rendah dan memiliki tugas sekolah yang belum terselesaikan. Hal ini dipengaruhi karena sebagian siswa bekerja part time. Tujuannya untuk membayar uang sekolah setiap bulannya. Faktor utama yang mendorong mereka bekerja yaitu keterbatasan ekonomi keluarga serta kondisi orang tua yang bercerai. Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan populasi terdiri 120 siswa dan sampel sebanyak 60 siswa yang bersekolah sambil bekerja di SMA Sinar Husni. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dengan self efficacy, dengan nilai korelasi 0,686 dan signifikansi 0,000. Hal ini berarti semakin baik kemampuan siswa dalam mengelola waktu, maka semakin tinggi pula tingkat self efficacy yang dimilikinya, sebaliknya, manajemen waktu yang kurang baik akan berdampak pada rendahnya self efficacy. Hasil ini dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0,686 dengan signifikansi 0,000, yang menunjukkan hubungan cukup kuat.

Kata Kunci: Manajemen Waktu; Self Efficacy

ABSTRACT

Law Number 20 of 2003 concerning the National Education System Article 3 emphasizes the importance of education as a means of shaping the character and civilization of a dignified nation to improve the quality of life. Observations show low student attendance rates and unfinished school assignments. This is influenced by the fact that some students work part-time. Their goal is to pay their monthly school fees. The main factors that drive them to work are their families' economic limitations and their parents' divorce. This study applied a quantitative method with a population of 120 students and a sample of 60 students who attend school while working at Sinar Husni High School. Data analysis was performed using product moment correlation. The results show that there is a significant positive relationship between time management and self-efficacy, with a correlation value of 0.686 and a significance of 0.000. This means that the better the students' ability to manage time, the higher their level of self-efficacy, and conversely, poor time management will result in low self-efficacy. This result is evidenced by a correlation value of 0.686 with a significance of 0.000, which indicates a fairly strong relationship.

Keywords: Time Management; Self-Efficacy

Disubmit: 10 September 2025

Info Artikel :
Direview: 14 Oktober 2025

Diterima : 11 November 2025

Copyright © 2025 – senadimu. All rights reserved.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan suatu proses yang berfungsi membentuk sikap, perilaku, serta kepribadian individu maupun kelompok dalam upaya mencapai kedewasaan. Hasil ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 yang menekankan pentingnya peran

pendidikan sebagai sarana pembentukan karakter dan peradaban bangsa yang bermartabat untuk meningkatkan kualitas kehidupan. Pada masa remaja, pendidikan sangat dibutuhkan agar siswa mampu mengembangkan kepribadian, memperbaiki perilaku, dan meningkatkan kualitas belajar lebih baik (Maulidiyah et al., 2024).

Menurut Himmah & Shofiah (2021) sekolah berperan dalam mengembangkan potensi siswa. Selama proses pendidikan, siswa dituntut dengan berbagai beban akademik seperti banyaknya tugas, jadwal belajar yang padat, tuntutan untuk meraih prestasi, serta kewajiban mengikuti kegiatan sekolah. Jika beban akademik sekolah tidak bisa diimbangi dengan kemampuan siswa maka hal ini dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa.

Tujuan belajar dapat diraih secara maksimal apabila didalamnya terdapat proses pembelajaran yang baik. Sasaran pembelajaran dapat tercapai jika siswa berusaha dengan giat untuk meraihnya. Aktivitas siswa dapat diamati melalui partisipasi mereka selama dalam proses belajar, misalnya dengan menyelesaikan tugas tepat waktu serta berinteraksi aktif selama kegiatan pembelajaran (Pane & Darwis Dasopang, 2017).

Banyak hal yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran pada siswa di sekolah yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi proses pembelajaran di sekolah adalah *self efficacy*. Menurut Santrock (sebagaimana dikutip dalam Ferdiansyah et al., 2020) konsep dasar *self efficacy* yaitu kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimiliki, kemampuan mengendalikan pikiran, perasaan, dan perilaku. *Self efficacy* terbagi menjadi dua kategori, yaitu tinggi dan rendah. Siswa dengan *self efficacy* rendah cenderung menghindari tugas yang dianggap sulit, sedangkan siswa dengan *self efficacy* tinggi akan berusaha menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada siswa kelas X dan XI, ditemukan rendahnya tingkat kehadiran serta banyaknya tugas sekolah yang tidak terselesaikan. Hal ini diperkuat dengan pernyataan guru Bimbingan Konseling (BK) yang menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara kondisi siswa dengan karakteristik *self efficacy*. Faktor utamanya karena sebagian siswa bekerja part time sambil bersekolah, seperti mencuci kendaraan, berjualan makanan, hingga mengantar galon air. Jam kerja mereka pun berbeda-beda, mulai pukul 15.00–18.00 Wib untuk pekerja mencuci kendaraan, pukul 17.00–23.00 Wib untuk yang berjualan makanan, dan pukul 15.00–18.00 Wib untuk pengantar galon air. Tujuan mereka bekerja agar dapat membayar uang sekolah setiap bulannya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, siswa yang bersekolah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan khususnya pada remaja SMA karena dapat berdampak pada prestasi belajar dan motivasi belajarnya. Dalam hal ini kemampuan mengelola waktu merupakan bagian dari pemantauan diri dan pendekatan strategis dalam belajar. Apabila siswa kurang terampil dalam hal ini, hal tersebut dapat mengakibatkan penumpukan tugas akademik yang akhirnya dapat menunda pengumpulan tugas sekolah. Kemampuan siswa untuk menilai dan menyesuaikan diri antara kegiatan bekerja dan sekolah, jika siswa tidak mampu mengatur waktu antara belajar dan bekerja maka siswa hanya akan mengikuti proses pembelajaran hanya formalitas semata.

Menurut Piaget (sebagaimana dikutip dalam Usroh et al., 2022) Menurut teori perkembangan kognitif piaget, siswa Sekolah Menengah Atas berada pada tahap operasional formal. Di tahap ini, mereka sudah dapat berpikir secara abstrak dan logis serta mulai memahami realitas dengan mempertimbangkan berbagai kemungkinan di masa mendatang. Berdasarkan teori tersebut, siswa Sekolah Menengah Atas idealnya mampu mengelola jadwal belajar secara *independen* tanpa perlu diingatkan oleh orang lain, sehingga tetap menyelesaikan tugas sekolah meskipun sedang bekerja. Selain itu siswa harus menentukan dan memiliki sasaran pembelajaran yang spesifik agar dapat menyusun rencana yang komprehensif untuk menjalankan langkah-langkah yang sesuai guna meraih tujuan tersebut. Dengan

menetapkan sasaran pembelajaran yang jelas, siswa akan terdorong untuk melakukan aksi konkret yang dapat meningkatkan hasil belajar mereka.

Kemampuan *self efficacy* berkaitan dengan pengelolaan waktu yang baik dalam proses pembelajaran. Manajemen waktu diartikan sebagai pengaturan diri dalam penggunaan waktu secara efektif dan efisien, dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, memiliki kendali terhadap waktu, serta selalu memprioritas sesuai dengan kepentingan dan keinginan untuk terorganisasi. Siswa yang mampu mengelola waktu dengan baik tentu dapat mengatasi berbagai tantangan dalam proses belajarnya (Himmah & Shofiah (2021).

Pengaturan waktu berkaitan erat dengan *self efficacy*. *Self efficacy* merujuk pada tingkat keyakinan diri siswa terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas, mengatasi setiap tantangan yang terjadi selama proses pembelajaran serta dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatur waktu secara efektif. Siswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi cenderung lebih percaya diri dalam merencanakan prioritas tugas dan mengelola waktu karena telah memiliki keyakinan mampu menyelesaikan pekerjaan tugas sekolah dengan tepat waktu. Keberhasilan dalam pengelolaan waktu dapat meningkatkan *self efficacy* siswa, ketika siswa mampu mengatur waktu dengan baik dan meraih hasil belajar yang diharapkan maka hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tugas-tugas yang akan datang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Samavi (2022) berjudul “*Relationship between Time Management Behaviors and Self Efficacy with Academic Performance in E-learning Environment*”. Hasilnya menunjukkan ada korelasi positif antara manajemen waktu dan *self efficacy* dengan nilai 0,221 ($p < 0,01$). Hasil ini menegaskan bahwa kedua variabel tersebut merupakan faktor penting dalam meningkatkan prestasi akademik.

2. TINJAUAN PUSTAKA

A. *Self Efficacy*

1. Pengertian *Self Efficacy*

Secara etimologis, istilah *self efficacy* berasal dari dua kata, yaitu *self* yang berarti diri yang merujuk pada individu sendiri dan *efficacy* yang mengindikasikan kapasitas untuk menciptakan sesuatu. *self efficacy* yaitu keyakinan seseorang terhadap potensi dirinya dalam mengelola semua tindakannya. Konsep ini pertama kali diperkenalkan dalam teori kognitif sosial (*Social Cognitive Theory*) oleh Albert Bandura. Menurut Albert Bandura (1997) *self efficacy* merupakan keyakinan individu mengenai kemampuannya untuk melakukan tindakan tertentu demi mencapai hasil yang diinginkan.

Menurut Fauziana (2022) *self efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan diri yang dimiliki untuk menghadapi rintangan agar mencapai apa yang diinginkan. Tingkat keyakinan diri ini berbeda-beda untuk masing-masing individu.

Menurut Athia Mayalianti, Laili Fatimahtuzzahro (2024) *self efficacy* adalah bagaimana seseorang menilai kemampuannya sendiri atau seberapa percaya diri individu dalam melakukan tugas tertentu untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.

Dari penjelasan di atas, disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap dirinya sendiri saat berhadapan dengan berbagai tantangan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Menurut Albert Bandura (1997) *self efficacy* memiliki tiga aspek yaitu:

a. *Level*

Bagian ini berkaitan dengan seberapa sulit tugas yang harus dilakukan. Individu dengan *self efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri saat mengerjakan tugas, meskipun sulit. Sementara, individu dengan *self efficacy* rendah merasa pesimis walaupun tugas yang diberikan sebenarnya cukup mudah.

b. *Strength*

Bagian ini berhubungan dengan seberapa yakin individu dalam menghadapi sebuah tantangan. Individu yang memiliki *self efficacy* tinggi tidak akan mudah menyerah sedangkan individu dengan *self efficacy* rendah maka akan cepat mudah putus asa.

c. *Generality*

Aspek ini mengenai seberapa besar keyakinan individu dalam menghadapi kesulitan diberbagai situasi. Individu dengan *self efficacy* tinggi merasa lebih mampu untuk menyelesaikan tugas, sedangkan individu yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung merasa pesimis.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Menurut Albert Bandura (1997) ada beberapa hal yang mempengaruhi *self efficacy* yaitu:

a. Pengalaman penguasaan (*Mastery experience*)

Ketika individu berhasil dalam menyelesaikan tugas sebelumnya maka akan dapat memperkuat keyakinan diri seseorang dalam menghadapi tugas yang akan datang

b. Pengalaman perwakilan (*Vicarious experience*)

Individu dapat meningkatkan keyakinan diri melalui observasi terhadap keberhasilan orang lain

c. Persuasi sosial (*Verbal persuasion*)

Dukungan, motivasi dan dorongan yang diberikan oleh orang lain dapat menambah keyakinan individu dalam menyelesaikan tugas

d. Keadaan fisiologis (*Physiological states*)

Kondisi emosional memiliki pengaruh terhadap keyakinan individu dalam menghadapi situasi tertentu.

B. Manajemen Waktu

1. Pengertian Manajemen Waktu

Menurut Leman (sebagaimana dikutip dalam Imani et al., 2024) menjelaskan bahwa manajemen waktu yaitu kemampuan untuk mengelola waktu dan sumber daya dengan baik agar mencapai tujuan yang melibatkan perencanaan dan menggunakan waktu seefisien mungkin.

Menurut Asmariyani (sebagaimana dikutip dalam Faqihuddin et al., 2024) Manajemen waktu adalah usaha dan tindakan seseorang dalam mengatur dirinya sendiri dengan memanfaatkan waktu dengan cara yang paling efektif dan efisien. Hal ini mencakup perencanaan kegiatan dan mengatur waktu agar bisa mencapai tujuan dan memprioritaskan hal yang lebih penting.

Menurut Florence Aduke (2015) Manajemen waktu adalah keterampilan untuk mengatur, merencanakan, menjadwalkan, dan menggunakan waktu seseorang dengan baik. Tujuannya adalah untuk menghasilkan pekerjaan yang lebih baik dan produktif.

Dari penjelasan diatas tersebut, disimpulkan bahwa manajemen waktu adalah kemampuan individu untuk menggunakan waktu secara baik dan efisien untuk mencapai hasil yang diinginkan.

2. Aspek-Aspek Manajemen Waktu

Menurut T. Macan & Hoffmann (2016) aspek-aspek dari manajemen waktu yaitu:

a. Menetapkan tujuan yang lebih penting

Berkaitan dengan kemampuan individu dalam memprioritaskan hal yang penting

b. Mekanisme dan manajemen waktu

Meliputi perencanaan yang disusun untuk menyelesaikan tugas.

c. Kontrol terhadap waktu

Bagaimana cara individu dalam menggunakan waktu dalam menyelesaikan tugas.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Manajemen Waktu

Menurut Prameswari et al (2020) faktor-faktor yang memengaruhi manajemen waktu meliputi:

a. Pengaturan Diri

Individu yang bisa mengatur dirinya sendiri dengan baik akan lebih mampu memanfaatkan waktu mereka dengan sebaik-baiknya.

b. Motivasi

Motivasi yang tinggi akan mendorong seseorang dalam mengelola waktu dengan lebih baik.

c. Pencapaian Tujuan

Individu yang memiliki tujuan akan lebih disiplin dalam mengatur waktu demi mencapai tujuan belajar yang lebih baik lagi.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut WHO (World Health Organization) (2018) remaja adalah kelompok orang yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Masa remaja yang sering disebut sebagai masa adolesens adalah waktu peralihan dari anak-anak ke menuju dewasa dan ditandai dengan perubahan fisik, mental, emosional dan sosial.

Menurut Putro (sebagaimana dikutip dalam Ismatuddiyana et al., 2023) ciri-ciri dari remaja yaitu sebagai berikut:

a. Remaja mulai berbicara tentang hak mereka dan menyampaikan pendapat mereka sendiri

b. Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-teman sebaya mereka.

c. Remaja mengalami perubahan fisik yang besar, baik dalam pertumbuhan tubuh maupun hal seksual.

d. Remaja kadang menjadi terlalu percaya diri (*over confidence*) hal ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya lebih kuat membuat mereka sulit menerima nasihat dan arahan dari orang tua.

D. Hubungan Manajemen Waktu dengan *Self Efficacy*

Manajemen waktu merupakan keterampilan dasar yang berhubungan dengan keberhasilan akademik siswa terutama bagi mereka yang bersekolah sambil bekerja. Kemampuan dalam mengatur waktu secara optimal memungkinkan siswa untuk menyelesaikan berbagai tugas dan kewajibannya secara efisien tanpa menimbulkan stress yang berlebihan. Manajemen waktu yang baik menjadi fondasi dalam membangun kepercayaan diri siswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi berbagai tantangan didalam proses belajar.

Dalam konteks siswa SMA yang bekerja, manajemen waktu tidak hanya berdampak terhadap pencapaian tugas akademik saja melainkan juga berkaitan dengan tingkat *self efficacy* atau kepercayaan diri mereka dalam menjalankan berbagai aktivitas. Siswa yang mampu membagi waktu secara efektif cenderung merasa mempunyai percaya diri, karena mereka yakin dapat menyelesaikan pekerjaan mereka dengan tepat waktu. Kepercayaan diri muncul dari pengalaman langsung dalam mengelola waktu antara bekerja dan bersekolah.

Kemampuan mengelola waktu membantu siswa dalam mencapai keberhasilan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Pencapaian tertentu secara psikologis akan meningkatkan *self efficacy* siswa karena mereka akan merasa mampu mengatasi tekanan yang muncul dari dua aspek kehidupan yaitu pendidikan dan pekerjaan. Ketika rasa percaya diri meningkat maka siswa akan lebih termotivasi untuk terus mengembangkan kemampuannya dalam mengatur waktu secara lebih baik lagi.

Manajemen waktu memiliki keterkaitan dengan *self efficacy*. Keyakinan diri siswa untuk menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan belajar dapat mempengaruhi cara siswa mengatur waktu dengan baik. Siswa memiliki *self efficacy* tinggi akan lebih yakin ketika merencanakan, menentukan mana yang lebih penting dan menyelesaikan pekerjaan sekolah tepat waktu tanpa kesulitan. Keberhasilan dalam mengelola waktu akan semakin meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Samavi (2022) berjudul “*Relationship between Time Management Behaviors and Self Efficacy with Academic Performance in E-learning Environment*”. Hasilnya menunjukkan ada korelasi positif antara manajemen waktu dan *self efficacy* dengan nilai 0,221 ($p < 0,01$). Hasil ini menegaskan bahwa kedua variabel tersebut merupakan faktor penting dalam meningkatkan prestasi akademik.

3. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang bersifat korelasional. Menurut Ph.D. Ummul Aiman et al (2022) Penelitian kuantitatif adalah langkah sistematis untuk melihat suatu fenomena dengan mengukur dan menganalisis data menggunakan teknik statistika.

Penelitian ini diadakan di sekolah SMA Sinar Husni yang terletak di Jl. Veteran Gg. Utama Pasar V Helvetia, Kecamatan . Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang Medan, Sumatera Utara. Pelaksanaan penelitian akan dilakukan pada bulan Juni 2025.

Populasi yang terlibat dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMA Sinar Husni yang jumlahnya mencapai 120 orang. Populasi ini dipilih karena mewakili karakteristik yang sesuai dengan fokus penelitian yaitu siswa yang bersekolah sambil bekerja.

Sampel yang diambil untuk penelitian terdiri dari 60 siswa dari kelas X dan XI SMA Sinar Husni. Pemilihan sampel ini dilakukan berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan dari penelitian ini.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Ph.D. Ummul Aiman et al (2022) *purposive sampling* adalah cara menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria untuk memilih sampel adalah:

- Siswa yang bekerja sambil bersekolah
- Siswa yang masih aktif mengikuti kegiatan belajar di sekolah
- Siswa yang mau ikut serta sebagai responden penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Ph.D. Ummul Aiman et al (2022) menjelaskan bahwa kuesioner merupakan alat untuk pengumpulan data yang terdiri dari serangkaian tertulis yang harus dijawab responden, dengan tujuan memperoleh data yang sesuai, terpecaya dan konsisten. Pilihan jawaban yang digunakan menggunakan skala *likert*. Menurut Sugiyono (2019) skala *likert* berfungsi untuk menilai sikap dan pandangan seseorang mengenai peristiwa sosial. Kuesioner yang dibagikan dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*. skala yang digunakan dalam penelitian ini dijabarkan menjadi 4 pilihan jawaban terdiri dari berupa pernyataan– pernyataan yang mendukung (*favourable*) dan tidak mendukung (*unfavourable*).

- Skala *self efficacy* berdasarkan aspek yang diutarakan oleh Albert Bandura (1997) yaitu *level*, *generality*, dan *strength*.
- Skala manajemen waktu berdasarkan aspek yang dijelaskan oleh T. Macan & Hoffmacan (2016) yaitu penetapan tujuan dan prioritas, cara mengatur waktu serta kontrol terhadap waktu.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25.0 *for windows*. Metode ini untuk melihat kevalidan pernyataan dalam penelitian ini. Jika nilai *r* tabel dengan taraf signifikan 5% untuk 60 responden yaitu sebesar 0,254, maka nilai *r* hitung > 0,254 atau memiliki tingkat signifikansi < untuk dikatakan valid.

Berdasarkan hasil uji validitas skala manajemen waktu menunjukkan tidak terdapat butir pernyataan yang gugur dari 36 butir pernyataan. Dengan nilai *pearson correlation* bergerak rhitung 0,346 sampai rhitung 0,748. Hasil yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa skala manajemen waktu ini valid dan dapat digunakan untuk mengukur skala manajemen waktu. Hasil uji validitas skala *self efficacy* menunjukkan bahwa terdapat 2 butir pernyataan yang gugur dan 34 pernyataan yang valid dari 36 butir pernyataan. Dengan nilai *pearson correlation* bergerak dari rhitung 0,262 sampai rhitung 0,652. Hasil yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa skala *self efficacy* ini valid.

Uji reliabilitas pada variabel manajemen waktu dilakukan dengan *Cronbach Alpha* terhadap 36 aitem yang telah dinyatakan valid sebelumnya. Berdasarkan tabel diatas untuk uji relibilitas skala manajemen waktu diketahui bahwa nilai *Cronbach Alpha* diperoleh 0,928. Maka dapat dinyatakan reliabel karena $0,928 > 0,70$ yang berarti bahwa sebanyak 36 butir aitem pernyataan dinyatakan reliabel. Dan untuk uji reliabilitas skala *self efficacy* diketahui bahwa nilai *Cronbach Alpha* diperoleh 0,890. Maka dapat dinyatakan reliabel karena $0,890 > 0,70$ yang artinya bahwa 34 butir aitem pernyataan dinyatakan reliabel. Berikut adalah hasil uji reliabilitas variabel manajemen waktu dan *self efficacy* sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas

Alat Ukur Penelitian		
Alat Ukur	Nilai Reliabilitas (<i>Crocbach Alpha</i>)	Keterangan
Manajemen Waktu	0,928	Reliabel
<i>Self Efficacy</i>	0,890	Reliabel

Metode analisa data dalam penelitian ini menggunakan metode statistika dengan beberapa pertimbangan yaitu sebagai berikut:

- Statistik bersifat objektif
- Statistik berupa angka-angka
- Statistik adalah alat yang bisa digunakan di semua jenis penelitian

Metode untuk menganalisis data yang dapat digunakan pada penelitian ini adalah korelasi *product moment*. Peneliti memilih metode korelasi *product moment* dari Karl Pearson dikarenakan tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara variabel Manajemen waktu dengan *Self Efficacy*. Sebelum dilakukan analisis data maka perlu dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu yaitu:

- Uji normalitas untuk melihat sebaran skor variabel. Uji normalitas dianalisis dengan menggunakan *kolmogorov-smirnov* dengan program SPSS for Windows versi 25.0
- Uji linieritas untuk memastikan apakah ada hubungan linear antara variabel bebas (Manajemen waktu) dan variabel terikat (*Self efficacy*)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Dilihat dari besar kecilnya nilai SD masing-masing variabel, jika rata-rata/mean hipotetik lebih kecil dari nilai rata-rata/mean empirik, jika selisihnya lebih dari SD, maka dinyatakan bahwa variabel tersebut tergolong baik. Apabila nilai rata-rata/mean hipotetik lebih besar dari nilai rata-rata/mean empirik, dimana selisihnya melebihi nilai SD, maka dinyatakan bahwa variabel tersebut tergolong buruk. Selanjutnya jika nilai rata-rata/mean hipotetik dengan nilai rata-rata/mean empirik tidak melebihi bilangan SD maka variabel tersebut tergolong sedang.

Tabel 2. Nilai Rata Rata Hipotetik dan Nilai Rata Rata Empirik

Variabel	Nilai Rata-Rata			Keterangan
	SD	Hipotetik	Empirik	
Manajemen Waktu	14,20	90	110,70	Tinggi
<i>Self Efficacy</i>	12,65	85	105,65	Tinggi

Berdasarkan perbandingan antara kedua nilai rata rata masing masing variabel, maka dapat dinyatakan bahwa manajemen waktu disekolah SMA Sinar Husni cenderung tinggi karena mean hipotetik senilai 90 dan mean empirik senilai 110,700 dengan nilai SD sebesar 14,20 yang artinya tergolong tinggi dan *self efficacy* tergolong tinggi karena mean hipotetiknya senilai 85 dan mean empirik 105,650 dengan nilai SD sebesar 12,65.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian dianalisis dengan menggunakan uji normalitas *kolmogorov-smirnov*. Uji *kolmogorov-smirnov* digunakan jika jumlah sampel diatas 50 yaitu berjumlah 60 responden. Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data memiliki distribusi normal atau tidak. Data dianggap berdistribusi normal jika memenuhi syarat nilai sig > 0,05. Sebaliknya jika nilai sig < 0,05 maka data penelitian dianggap tidak berdistribusi normal (Imam, 2021).

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Manajemen Waktu	Self Efficacy
N		60	60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	.0000000
	Std. Deviation	10.33141528	10.33141528
Most Extreme Differences	Absolute	.108	.108
	Positive	.108	.108
	Negative	-.072	-.072
Test Statistic		.108	.108
Asymp. Sig. (2-tailed)		.081 ^c	.081 ^d

Berdasarkan hasil tabel diatas, diketahui bahwa nilai df (derajat kebebasan) untuk manajemen waktu dan *self efficacy* adalah 60 artinya jumlah responden dalam penelitian lebih dari 50 responden. Dengan demikian, teknik *kolmogorov-smirnov* sudah tepat untuk melihat data dalam penelitian ini normal.

Dari tabel diatas juga dapat dilihat bahwa nilai sig untuk variabel manajemen waktu dan *self efficacy* adalah 0,081. Karena nilai sig dari masing-masing variabel > 0.05 dapat disimpulkan bahwa data dari skala manajemen waktu dan *self efficacy* adalah berdistribusi secara normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel x yaitu manajemen waktu dan variabel y yaitu *self efficacy* dalam penelitian ini bisa dianalisis secara *korelasional*. Berdasarkan uji linearitas diperoleh hasil kedua variabel linear yang artinya hasil analisis menunjukkan bahwa variabel manajemen waktu mempunyai hubungan linear dengan variabel *self efficacy*. Hubungan tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Hasil Penelitian	
	Sig	Keterangan
Manajemen Waktu * Self Efficacy	0,057	Linear

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikasi 0,057. Dimana $0,057 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data dari skala manajemen waktu dan skala *self efficacy* memiliki hubungan yang linear.

3. Uji Hipotesis

Tujuan analisis korelasi *Product Moment* adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel manajemen waktu dan variabel *self efficacy*. Berikut hasil dari uji hipotesis yaitu:

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi *Product Moment*

Correlations			
		Manajem en Waktu	<i>Self Efficacy</i>
Manajemen Waktu	Pearson Correlation	1	.686**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	60	60
<i>Self Efficacy</i>	Pearson Correlation	.686**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	60	60

Berdasarkan hasil dari analisis korelasi *product moment*, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dengan *self efficacy*. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pengelolaan yang dimiliki siswa maka akan semakin baik *self efficacy* siswa dan sebaliknya jika pengelolaan siswa rendah maka semakin rendah *self efficacy* siswa. Temuan ini didukung oleh nilai *pearson correlation* senilai 0,686 signifikansi sebesar 0,000 maka hasil tersebut dapat dikatakan terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan *self efficacy* cukup kuat. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan diterima.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan dari analisis korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara manajemen waktu dengan *self efficacy*. Artinya semakin tinggi manajemen waktu siswa maka semakin baik *self efficacy* siswa sebaliknya jika manajemen waktu siswa rendah maka *self efficacy* pada siswa rendah. Temuan ini didukung oleh nilai *pearson correlation* senilai 0,686 sig 0,000 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang cukup kuat antara manajemen waktu dengan *self efficacy*. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan diterima.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Samavi (2022) dengan judul “*Relationship between time management behaviors and self efficacy with academic performance in e-learning environment*”. Hasil penelitian menunjukkan manajemen waktu dengan *self efficacy* berkorelasi positif dengan nilai 0.221, $p < 0.01$ secara keseluruhan kedua variabel tersebut merupakan faktor penting dalam meraih prestasi akademik.

Hasil penelitian berdasarkan pada fenomena yang terjadi saat peneliti melakukan observasi dan wawancara di tempat penelitian diketahui bahwa sebagian siswa yang berada disekolah sinar husni adalah siswa yang sedang belajar sambil bekerja. Dalam konteks siswa SMA yang bekerja, manajemen waktu tidak hanya berdampak terhadap pencapaian tugas akademik saja melainkan juga berkaitan dengan tingkat *self efficacy* atau kepercayaan diri mereka dalam menjalankan berbagai aktivitas sekolah. Kemampuan mengelola waktu dapat membantu siswa mencapai keberhasilan mengerjakan tugas dengan tepat waktu. Pencapaian tertentu secara psikologis akan meningkatkan *self efficacy* siswa karena mereka akan merasa mampu mengatasi tekanan yang muncul dari dua aspek kehidupan yaitu pendidikan dan pekerjaan. Ketika rasa percaya diri meningkat maka siswa akan lebih termotivasi untuk terus mengembangkan kemampuannya dalam mengatur waktu secara lebih baik lagi.

5. KESIMPULAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan positif signifikan antara manajemen waktu dengan *self efficacy* pada siswa SMA Sinar Husni. Hal ini menunjukkan bahwa semakin terampil siswa dalam mengatur waktu, maka tingkat *self efficacy* yang dimilikinya juga akan semakin meningkat. Kurangnya keterampilan manajemen waktu akan menyebabkan tingkat *self efficacy* yang rendah. Temuan ini didukung dengan nilai 0,686 dengan nilai signifikansi 0,000 yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan.
2. Kedua variabel manajemen waktu dan *self efficacy* pada siswa SMA Sinar Husni berada pada kategori tinggi. Untuk variabel manajemen waktu mean hipotetik sebesar 90 dan mean empirik 110,70 serta standar deviasi 14,20 dan untuk variabel *self efficacy* mean hipotetik sebesar 85 mean empirik 105,65 serta standar deviasi 12,65.

B. Saran

1. Saran untuk siswa

Dari hasil penelitian ini diharapkan siswa dapat menerapkan teknik-teknik manajemen waktu yang efektif dalam kehidupan sehari-hari. Siswa sebaiknya mulai membiasakan diri untuk membuat jadwal belajar agar lebih terstruktur dan efisien. Selain itu, penting bagi siswa untuk menetapkan prioritas utama dalam mengerjakan tugas sekolah dan mendahulukan tugas yang paling penting

2. Saran untuk guru

Dari hasil penelitian ini diharapkan guru dapat membimbing siswa dalam menyusun jadwal belajar yang efektif, mengajarkan bagaimana cara menetapkan prioritas dalam menyelesaikan tugas serta memberikan contoh nyata tentang pentingnya disiplin waktu.

3. Saran untuk siswa

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak memiliki kekurangan, maka disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk memperluas ruang lingkup penelitian yang melibatkan subjek yang lebih banyak dan menambahkan variabel lain yang lebih relevan seperti variabel motivasi belajar dan kepercayaan diri pada siswa.

REFERENSI

- [1] Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, M., Masita, M., Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif* (N. Saputra, Ed.). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. ISBN 978- 623-5722-91-7
- [2] Albert Bandura. (1997). Albert Bandura Self-Efficacy: The Exercise of Control. In *W.H Freeman and Company New York* (Vol. 43, Issue 9, pp. 1–602).
- [3] Athia Mayalianti, Laili Fatimahtuzzahro, M. (2024). *Self-Efficacy Academic Pada Mahasiswa. Ghuftron 2018*.
- [4] Faqihuddin, A., Chusna, F. C. N., & Sholihah, K. U. (2024). Optimism and Time Management in Undergraduate Students. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(1), 17–26. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i1.4933>
- [5] Fauziana. (2022). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah. *Jurnal Pendidikan*, 11(1), 2022.

- [6] Ferdiansyah, A., Rohaeti, E. E., & Suherman, M. M. (2020). Gambaran Self Efficacy Siswa Terhadap Pembelajaran. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(1), 16. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i1.4214>
- [7] Florence Aduke, A. (2015). Time Management and Students Academic Performance in Higher Institutions, Nigeria — A Case Study of Ekiti State. *International Research in Education*, 3(2), 1. <https://doi.org/10.5296/ire.v3i2.7126>
- [8] Himmah, A. F., & Shofiah, N. (2021). Pengaruh Self efficacy dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Siswa. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 1(01), 31–38. <https://doi.org/10.18860/jips.v1i01.14920>
- [9] Imani, Z. S., Pamungkas, A. F. A., & Jamaluddin, M. (2024). Efektivitas Teknik To-Do List terhadap Time Management Mahasiswa Psikologi UIN Malang dalam Belajar. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 9. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.3136>
- [10] Ismatuddiyanah, Meganingrum, R. J. A. A., Putri, F. A., & Mahardika, I. K. (2023). Ciri dan Tugas Perkembangan Pada Masa Remaja Awal dan Menengah Serta Pengaruhnya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusa*, 7(3), 27236.
- [11] Macan, T., & Hoffmacan, T. (2016). *Time Management : Test of a Process Model Time Management : Test of a Process Model*. 79(January), 381–391.
- [12] Maulidiyah, E. F., Hidayah, M., Sholikhah, A., & Rasyada, D. A. (2024). *Peran Self Regulated Learning dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa*. 11(02), 996–1008.
- [13] Pane, A., & Darwis Dasopang, M. (2017). Belajar Dan Pembelajaran. *FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 3(2), 333–352. <https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>
- [14] Prameswari, A. A. P., Mujiyati, & Syahniati, T. (2020). Perbandingan Manajemen Waktu Mahasiswa Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Gigi Dan Mulut (JKGM)*, 2(2), 10–13.
- [15] Prof. H.Imam Ghozali, M.Com, Ph.D, CA, A. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS 26. In *Badan Penerbit Universitas Diponegoro*.
- [16] Samavi, S. A. (2022). Relationship between time management behaviors and self-efficacy with academic performance in e-learning environment. *Iranian Journal of Educational Research*, 1(1), 59–66. <https://doi.org/10.52547/ijer.1.1.59>
- [17] Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Edisi Kedu). Alfabeta, Bandung.
- [18] Usroh, L., Laily, N., & Munir, F. (2022). Manajemen Waktu dan Self Regulated Learning pada Siswa. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(1), 47–63. <https://doi.org/10.35891/jip.v9i1.2762>
- [19] World Health Organization. (2018). *Guidance on ethical considerations in planning and reviewing research studies on sexual and reproductive health in adolescents*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/273792>