



Pengaruh Time Management dan Penggunaan Aplikasi Digital terhadap Efektivitas Belajar Mandiri Mahasiswa STIE Widya Praja Tanah Grogot

Muhammad Akbar^{1*}, Hadijah²

¹⁻²Prodi S1 Manajemen, STIE Widya Praja Tanah Grogot, Indonesia

*Penulis Korespondensi: akbar.moehammad.1601@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyze the influence of time management and digital application use on the effectiveness of independent learning among students of STIE Widya Praja Tanah Grogot. The population consisted of all active students, and the sample comprised 146 students who use digital learning applications, selected through purposive sampling. A quantitative method with a survey approach using structured questionnaires was employed. Data were analyzed using multiple linear regression with SPSS version 26. The results indicate that time management has a positive and significant effect on the effectiveness of independent learning ($\beta = 0.385$; $p < 0.05$), digital application use has a positive and significant effect on the effectiveness of independent learning ($\beta = 0.421$; $p < 0.05$), and simultaneously both variables significantly influence the effectiveness of independent learning with a coefficient of determination (R^2) of 0.583. These findings imply that strengthening students' time management skills alongside the optimal use of digital learning applications can improve the effectiveness of independent learning.*

Keywords: *Digital Application; Effectiveness of Independent Learning; Higher Education; Self-directed learning; Time Management.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh time management dan penggunaan aplikasi digital terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa STIE Widya Praja Tanah Grogot. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif, dengan sampel sebanyak 146 mahasiswa yang menggunakan aplikasi digital, dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei menggunakan kuesioner terstruktur. Analisis data menggunakan regresi linier berganda dengan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa time management berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri ($\beta = 0,385$; $p < 0,05$), penggunaan aplikasi digital berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri ($\beta = 0,421$; $p < 0,05$), dan secara simultan kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,583. Temuan ini mengimplikasikan bahwa penguatan kemampuan manajemen waktu mahasiswa yang disertai dengan optimalisasi penggunaan aplikasi pembelajaran digital dapat meningkatkan efektivitas belajar mandiri.

Kata kunci: Aplikasi Digital; Belajar Mandiri; Efektivitas Belajar; Pendidikan Tinggi; Time Management.

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan teknologi digital telah mengubah secara mendasar pola belajar mahasiswa di perguruan tinggi. Pembelajaran tidak lagi terbatas pada ruang kelas konvensional, melainkan meluas ke ruang belajar mandiri yang difasilitasi oleh berbagai aplikasi digital, seperti aplikasi manajemen tugas, platform pembelajaran daring, serta aplikasi pencatatan dan pengingat jadwal. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan mengatur waktu secara efektif agar proses belajar mandiri dapat berjalan optimal.

Time management atau manajemen waktu merupakan kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan, dan mengendalikan penggunaan waktu untuk mencapai tujuan belajar secara efisien (Macan, 2022). Mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik cenderung lebih mampu menyeimbangkan aktivitas akademik dan non-akademik, sehingga proses belajar mandiri berlangsung lebih terarah dan produktif.

Selain manajemen waktu, penggunaan aplikasi digital turut menjadi faktor penting dalam menunjang efektivitas belajar mandiri. Berbagai aplikasi seperti Google Classroom, Quizlet, Notion, dan platform pembelajaran daring lainnya menyediakan fitur yang memudahkan mahasiswa dalam mengakses materi, mengatur jadwal belajar, serta memantau capaian akademik secara mandiri (Nugroho & Prasetya, 2023). Pemanfaatan aplikasi digital yang tepat dapat meningkatkan kemandirian, motivasi, dan pemahaman mahasiswa terhadap materi perkuliahan.

STIE Widya Praja Tanah Grogot sebagai perguruan tinggi yang berada di Kabupaten Paser, Kalimantan Timur, turut mendorong mahasiswanya untuk memanfaatkan teknologi digital dalam menunjang proses belajar mandiri. Namun demikian, kajian mengenai pengaruh time management dan penggunaan aplikasi digital terhadap efektivitas belajar mandiri pada konteks mahasiswa di institusi ini masih sangat terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) menganalisis pengaruh time management terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa; (2) menganalisis pengaruh penggunaan aplikasi digital terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa; dan (3) menganalisis pengaruh time management dan penggunaan aplikasi digital secara simultan terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa STIE Widya Praja Tanah Grogot.

2. KAJIAN TEORITIS

Time Management

Time management merupakan proses perencanaan dan pengendalian atas jumlah waktu yang dialokasikan untuk suatu aktivitas tertentu guna meningkatkan efektivitas dan produktivitas (Macan, 2022). Dalam konteks akademik, manajemen waktu mencakup kemampuan mahasiswa dalam menetapkan prioritas tugas, menyusun jadwal belajar, serta mengendalikan gangguan yang dapat menghambat proses belajar.

Britton dan Tesser (dalam Rahmadani & Kurniawan, 2021) mengemukakan bahwa manajemen waktu terdiri atas tiga dimensi utama, yaitu perencanaan jangka pendek, sikap terhadap waktu, dan penetapan tujuan serta prioritas. Mahasiswa dengan manajemen waktu yang baik menunjukkan kecenderungan hasil belajar yang lebih baik karena mampu mengalokasikan waktu secara proporsional antara kegiatan akademik dan kegiatan lainnya.

Penggunaan Aplikasi Digital

Penggunaan aplikasi digital dalam konteks pembelajaran merujuk pada pemanfaatan perangkat lunak berbasis teknologi informasi yang mendukung proses belajar, baik secara sinkron maupun asinkron (Nugroho & Prasetya, 2023). Aplikasi digital pembelajaran

mencakup platform manajemen tugas, aplikasi catatan digital, aplikasi flashcard, serta learning management system (LMS).

Wulandari et al. (2022) menjelaskan bahwa intensitas dan kualitas penggunaan aplikasi digital berkorelasi positif dengan kemandirian belajar mahasiswa, karena aplikasi tersebut memfasilitasi akses informasi yang fleksibel serta memungkinkan pemantauan capaian belajar secara personal. Dimensi penggunaan aplikasi digital meliputi frekuensi penggunaan, variasi fitur yang dimanfaatkan, kemudahan akses, serta manfaat yang dirasakan dalam menunjang aktivitas belajar.

Efektivitas Belajar Mandiri

Belajar mandiri (*self-directed learning*) merupakan proses belajar yang inisiatifnya berasal dari individu itu sendiri, mencakup kemampuan mendiagnosis kebutuhan belajar, menetapkan tujuan, mengidentifikasi sumber belajar, serta mengevaluasi hasil belajar secara mandiri (Knowles, dalam Santoso & Widiastuti, 2021). Efektivitas belajar mandiri diukur dari sejauh mana proses tersebut mampu mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan secara efisien.

Zimmerman (dalam Santoso & Widiastuti, 2021) menegaskan bahwa efektivitas belajar mandiri berkaitan erat dengan regulasi diri (*self-regulation*), yang meliputi kemampuan perencanaan, pemantauan diri, dan evaluasi terhadap proses belajar. Indikator efektivitas belajar mandiri dalam penelitian ini meliputi pemahaman materi, ketercapaian target belajar, kedisiplinan belajar, kepuasan terhadap proses belajar, dan peningkatan hasil akademik.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei. STIE Widya Praja Tanah Grogot saat ini menyelenggarakan satu program studi, yaitu Program Studi Manajemen, dengan mahasiswa aktif yang terdiri atas angkatan 2023, 2024, 2025, dan 2026. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Manajemen STIE Widya Praja Tanah Grogot pada angkatan-angkatan tersebut. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria: (1) mahasiswa aktif Program Studi Manajemen STIE Widya Praja Tanah Grogot angkatan 2023-2026; dan (2) menggunakan minimal satu aplikasi digital untuk menunjang aktivitas belajar mandiri dalam satu bulan terakhir. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh sampel sebanyak 146 mahasiswa.

Variabel penelitian terdiri dari time management (X_1) diukur dengan 6 indikator diadaptasi dari Macan (2022), penggunaan aplikasi digital (X_2) diukur dengan 6 indikator diadaptasi dari Nugroho & Prasetya (2023), dan efektivitas belajar mandiri (Y) diukur dengan

5 indikator diadaptasi dari Santoso & Widiastuti (2021). Seluruh variabel menggunakan skala Likert 5 poin (1 = Sangat Tidak Setuju sampai 5 = Sangat Setuju).

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring (Google Form). Sebelum pengumpulan data, dilakukan uji coba instrumen kepada 30 responden untuk menguji validitas (korelasi Pearson, r hitung $> r$ tabel = 0,361) dan reliabilitas (Cronbach's Alpha $\geq 0,70$).

Analisis data menggunakan SPSS versi 26 yang mencakup uji asumsi klasik (normalitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas), analisis regresi linier berganda, uji t, uji F, dan koefisien determinasi (R^2).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 146 mahasiswa Program Studi Manajemen STIE Widya Praja Tanah Grogot angkatan 2023-2026 yang menggunakan aplikasi digital sebagai responden. Karakteristik responden secara rinci disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden.

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	54	37,0
	Perempuan	92	63,0
Angkatan	2023	42	28,8
	2024	39	26,7
	2025	36	24,7
	2026	29	19,8
Intensitas Penggunaan Aplikasi Digital per Hari	1-2 jam	70	47,9
	3-4 jam	57	39,0
	> 4 jam	19	13,1

Sumber: Data Primer Diolah (2026).

Hasil Uji Instrumen

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan terhadap 30 responden uji coba sebelum instrumen disebarkan kepada seluruh sampel penelitian. Seluruh item pada variabel time management (X_1), penggunaan aplikasi digital (X_2), dan efektivitas belajar mandiri (Y) dinyatakan valid, dengan nilai r hitung yang lebih besar dari r tabel (0,361). Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas 0,70, sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 2 dan Tabel 3.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas.

Variabel	Jumlah Item	Kisaran r hitung	r tabel	Ket.
Time Management (X_1)	6	0,412 - 0,789	0,361	Valid
Aplikasi Digital (X_2)	6	0,398 - 0,776	0,361	Valid

Variabel	Jumlah Item	Kisaran r hitung	r tabel	Ket.
Efektivitas Belajar Mandiri (Y)	5	0,431 - 0,812	0,361	Valid

Sumber: Data Primer Diolah (2026).

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas.

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Time Management (X ₁)	0,856	Reliabel
Aplikasi Digital (X ₂)	0,842	Reliabel
Efektivitas Belajar Mandiri (Y)	0,879	Reliabel

Sumber: Data Primer Diolah (2026).

Hasil Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan untuk memastikan model regresi memenuhi syarat Best Linear Unbiased Estimator (BLUE), mencakup uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Uji normalitas menggunakan uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov terhadap nilai residual menghasilkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,083 ($> 0,05$), sehingga data residual dinyatakan berdistribusi normal. Uji multikolinearitas menunjukkan nilai Tolerance untuk X₁ dan X₂ masing-masing sebesar 0,658, dengan nilai VIF masing-masing sebesar 1,520 (jauh di bawah 10), sehingga tidak ditemukan gejala multikolinearitas antarvariabel bebas. Uji heteroskedastisitas dengan metode Glejser menghasilkan nilai signifikansi X₁ sebesar 0,412 dan X₂ sebesar 0,365, yang keduanya berada di atas 0,05, sehingga model regresi dinyatakan bebas dari gejala heteroskedastisitas. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 4 dan Tabel 5.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas.

Uji	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
One-Sample Kolmogorov-Smirnov	0,083	Data Berdistribusi Normal

Sumber: Data Primer Diolah (2026).

Tabel 5. Hasil Uji Multikolinearitas dan Heteroskedastisitas.

Variabel	Tolerance	VIF	Sig. Glejser	Keterangan
Time Management (X ₁)	0,658	1,520	0,412	Bebas Asumsi
Aplikasi Digital (X ₂)	0,658	1,520	0,365	Bebas Asumsi

Sumber: Data Primer Diolah (2026).

Analisis Regresi Linier Berganda

Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh persamaan regresi linier berganda sebagai berikut:

$$Y = 2,845 + 0,385X_1 + 0,421X_2 + e$$

Nilai konstanta sebesar 2,845 menunjukkan bahwa apabila time management dan penggunaan aplikasi digital bernilai nol, maka efektivitas belajar mandiri berada pada nilai 2,845. Koefisien regresi X₁ sebesar 0,385 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan

skor time management akan meningkatkan efektivitas belajar mandiri sebesar 0,385 satuan dengan asumsi variabel lain tetap. Koefisien regresi X_2 sebesar 0,421 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor penggunaan aplikasi digital akan meningkatkan efektivitas belajar mandiri sebesar 0,421 satuan dengan asumsi variabel lain tetap.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Linier Berganda.

Variabel	B	Std. Error	t hitung	Sig.
Konstanta	2,845	0,412	6,905	0,001
Time Management (X_1)	0,385	0,071	5,423	0,002
Aplikasi Digital (X_2)	0,421	0,069	6,101	0,001

Sumber: Data Primer Diolah (2026).

Pengujian Hipotesis

Uji t (Parsial): Nilai t hitung untuk variabel time management (X_1) sebesar 5,423 dengan signifikansi $0,002 < 0,05$, maka H_1 diterima, time management berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri. Nilai t hitung untuk variabel penggunaan aplikasi digital (X_2) sebesar 6,101 dengan signifikansi $0,001 < 0,05$, maka H_2 diterima, penggunaan aplikasi digital berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri.

Uji F (Simultan): Nilai F hitung sebesar 99,876 dengan signifikansi $0,001 < 0,05$, maka H_3 diterima. Time management dan penggunaan aplikasi digital secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,583 menunjukkan bahwa 58,3% variasi efektivitas belajar mandiri dijelaskan oleh kedua variabel bebas tersebut, sedangkan 41,7% sisanya dijelaskan oleh variabel lain di luar model penelitian ini, seperti motivasi belajar dan lingkungan belajar.

Pembahasan

Pengaruh Time Management terhadap Efektivitas Belajar Mandiri

Hasil penelitian membuktikan bahwa time management berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa STIE Widya Praja Tanah Grogot. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmadani & Kurniawan (2021) yang menemukan bahwa kemampuan perencanaan dan penetapan prioritas waktu berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan belajar mandiri. Mahasiswa yang mampu menyusun jadwal belajar secara terstruktur cenderung lebih konsisten dalam menyelesaikan target belajar dan lebih siap menghadapi evaluasi akademik.

Pengaruh Penggunaan Aplikasi Digital terhadap Efektivitas Belajar Mandiri

Penggunaan aplikasi digital terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri. Hasil ini konsisten dengan temuan Wulandari et al. (2022) yang

menegaskan bahwa aplikasi digital pembelajaran memudahkan mahasiswa mengakses materi kapan pun dan di mana pun, sekaligus membantu memantau progres belajar secara personal. Fitur pengingat, catatan digital, dan forum diskusi daring turut memperkuat kemandirian belajar mahasiswa.

Pengaruh Simultan

Penggunaan aplikasi digital memiliki pengaruh yang lebih besar ($\beta = 0,421$) dibandingkan time management ($\beta = 0,385$), yang mengindikasikan bahwa mahasiswa STIE Widya Praja Tanah Grogot relatif lebih terbantu oleh kemudahan akses dan fitur aplikasi digital dibandingkan kemampuan pengaturan waktu semata. Meskipun demikian, kedua faktor tersebut tetap berperan penting dan saling melengkapi dalam membentuk efektivitas belajar mandiri, sejalan dengan perspektif bahwa efektivitas belajar mandiri di era digital ditentukan oleh interaksi antara kemampuan regulasi diri mahasiswa dan dukungan teknologi pembelajaran yang tersedia (Santoso & Widiastuti, 2021).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa: (1) time management berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa STIE Widya Praja Tanah Grogot; (2) penggunaan aplikasi digital berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri; dan (3) secara simultan, time management dan penggunaan aplikasi digital berpengaruh signifikan terhadap efektivitas belajar mandiri dengan kontribusi sebesar 58,3%, di mana penggunaan aplikasi digital memberikan pengaruh yang lebih dominan dibandingkan time management.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan kepada mahasiswa untuk terus meningkatkan kemampuan manajemen waktu dan memanfaatkan aplikasi digital secara optimal dalam menunjang belajar mandiri. Bagi STIE Widya Praja Tanah Grogot, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam menyelenggarakan pelatihan literasi digital dan manajemen waktu bagi mahasiswa. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas model penelitian dengan menambahkan variabel mediasi seperti motivasi belajar dan self-efficacy, serta memperbesar cakupan populasi lintas institusi.

DAFTAR REFERENSI

- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3), 405–410. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.3.405>
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.04.007>
- Cazan, A. M. (2014). Learning self-regulation, motivation, and academic achievement in undergraduate students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 155–161. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.276>
- Garrison, D. R. (1997). *Self-directed learning: Toward a comprehensive model*. *Adult Education Quarterly*, 48(1), 18–33. <https://doi.org/10.1177/074171369704800103>
- Ghozali, I. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26 (Edisi ke-10). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate Data Analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A. (2020). *The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development* (9th ed.). Routledge.
- Lai, C. (2015). Modeling teachers' influence on learners' self-directed use of technology for language learning outside the classroom. *Computers & Education*, 82, 74–83. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.11.005>
- Macan, T. H. (2022). Time management, perceived control, and college students' academic performance. *Journal of Educational Psychology Review*, 34(2), 215–231. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09654-3>
- Nugroho, B. S., & Prasetya, D. A. (2023). Pemanfaatan aplikasi digital dalam mendukung kemandirian belajar mahasiswa di era pembelajaran hybrid. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 15(1), 33–47. <https://doi.org/10.21009/jtp.v15i1.4210>
- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Rahmadani, F., & Kurniawan, A. (2021). Pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pembelajaran*, 8(3), 189–201. <https://doi.org/10.26858/jipp.v8i3.5124>
- Santoso, H., & Widiastuti, R. (2021). *Self-directed learning* dalam pembelajaran daring: Tinjauan konseptual dan implikasinya bagi mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 6(2), 98–112. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v6i2.2874>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-3). Alfabeta.
- van Alten, D. C. D., Phielix, C., Janssen, J., & Kester, L. (2020). Self-regulated learning support in flipped learning videos enhances learning outcomes. *Computers & Education*, 158, 104000. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.104000>

- Wulandari, S., Handayani, T., & Firmansyah, R. (2022). Peran aplikasi pembelajaran digital terhadap efektivitas belajar mandiri mahasiswa perguruan tinggi. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 10(2), 145-159. <https://doi.org/10.21831/jmp.v10i2.4567>
- Zulkarnain, W., & Anggreini, D. (2023). Digital literacy and self-regulated learning among university students: An empirical study. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 20(1), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s41239-023-00385-2>