PENGARUH KETERAMPILAN BELAJAR TERHADAP KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU PADA SISWA SMA DI KOTA PALEMBANG

Naifah Safa Zafira Agung[1], Roudhatul Hafizah[2], Nadia Dewi Cahya[3], Annisa[4], Miftahul Janna[5], Putri Salsyabillah[6], Yusuf Hartono[7], Khadijah Lubis[8]

[1,2,3,4,5]*Universitas Sriwijaya*
E-mail : [1]naifahsza28@gmail.com, [2]zazahafizah123@gmail.com, [3]nadiacahya09@gmail.com, [4]icaannisa058@gmail.com, [5]miftahuljannahi1905@gmail.com, [6]putrislsbllah13@gmail.com, [7]yhartono@unsri.ac.id, [8]khadijahlubis93@fkip.unsri.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keterampilan belajar terhadap kemampuan manajemen waktu siswa SMA di Kota Palembang. Siswa yang menjadi sampel adalah siswa SMA Negeri 2 Palembang, SMA Negeri 10 Palembang, dan SMA Sriwijaya negara Palembang yang berjumlah 125 siswa. Dilakukan pada awal bulan Mei tahun 2025. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Setelah data dikumpulkan menggunakan kuesioner keterampilan belajar dan kemampuan manajemen waktu, data dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana yang sebelumnya melalui uji normalitas, uji linearitas, dan diakhiri dengan uji hipotesis. Dari uji normalitas diketahui bahwa data hasil angket penelitian berdistribusi normal. Sedangkan, berdasarkan uji linearitas disimpulkan bahwa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat bersifat linear. Dari hasil uji hipotesis akhirnya diketahui bahwa keterampilan belajar berpengaruh terhadap kemampuan manajemen waktu.

Kata Kunci : *Keterampilan Belajar, Manajemen Waktu, Penelitian Rasional, Analisis Regresi Sederhana*

PENDAHULUAN

Peserta didik yang hidup di era informasi, mendapatkan tantangan yang justru lebih kompleks dalam menempuh pendidikan di sekolah khususnya SMA. Tantangan yang dimaksud bukan hanya dalam konteks akademis, juga dalam konteks nonakademis yang menuntut mereka melakukan penyesuaian dalam menghadapi perkembangan di masa yang akan datang. Masa depan memang belum dihadapi, namun sebelumnya peserta didik perlu memiliki bekal yang cukup agar dapat eksis pada saatnya nanti. Dalam konteks akademis, di era informasi peserta didik dituntut untuk dapat mengeksplorasi informasi terutama dari sumber digital, kemudian mensintesis dan mengungkapkannya kembali secara personal melalui sudut pandangnya sendiri. Untuk dapat melakukan hal tersebut, peserta didik dituntut untuk memiliki keterampilan belajar.

Slameto (2010) mengatakan bahwa keterampilan belajar adalah kemampuan yang dipergunakan agar peserta didik dapat melakukan proses belajar secara efektif dan efisien. Keterampilan belajar mengarahkan individu agar dapat melakukan kegiatan belajar yang relevan dengan tujuan yang telah ditetapkan. Keterampilan belajar mencakup membaca, menulis atau mencatat, mendengarkan, mengingat atau menghafal, menghadapi tes, dan penggunaan teknologi modern. Oleh karena itu, siswa yang memiliki keterampilan belajar yang baik cenderung menunjukkan prestasi akademik yang lebih tinggi.

Kemudian, perlu dipahami secara sungguh-sungguh bahwa keterampilan belajar tidak diperoleh sebagai hal yang terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhinya. Pencapaian keterampilan belajar merupakan tindak lanjut dari faktor lain. Salah satunya kemampuan manajemen waktu. Hal ini terkait dengan yang dikatakan oleh TIM ia mengatakan bahwa kemampuan manajemen waktu adalah faktor yang sangat urgent dalam membentuk keterampilan belajar individu. Dengan mengelola waktu yang baik, individu dapat menempatkan diri secara tepat sesuai dengan waktu dan porsi tujuan belajar yang ingin dicapai. Hal ini adalah yang sangat fundamental agar individu memiliki keterampilan belajar.

Kemampuan manajemen waktu tidak hanya berkaitan dengan masalah pengaturan waktu. Lebih dari itu, akan mencakup hal-hal yang lebih kompleks seperti: perencanaan, pengorganisasian, penentuan skala prioritas, dan pelaksanaan tugas belajar secara efektif dan efisien. Penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh keterampilan belajar terhadap kemampuan manajemen waktu antara lain pernah dilakukan oleh Trueman & Hartley (1996) dari penelitian mereka dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kemampuan manajemen yang baik, lazimnya tercatat sebagai individu yang mampu memperoleh nilai akademik secara optimal. Dapat dijelaskan bahwa dengan kemampuan manajemen waktu yang baik, individu akan dapat mengembangkan hasil belajarnya secara maksimal yang tentunya hal itu dapat dicapai apabila individu dapat meningkatkan keterampilan belajarnya.

Operasionalisasi pendidikan di Indonesia pada umumnya kurang memberikan perhatian terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar. Kebanyakan dunia pendidikan kurang memberikan prioritas pada proses belajar. Hasil belajar yang diwujudkan dalam bentuk angka-angka, seolah menjadi yang utama. Padahal, keterampilan belajar dan kemampuan manajemen waktu adalah dua faktor esensial agar sistem memperoleh hasil belajar yang maksimal.

Keterampilan Belajar

Keterampilan belajar itu ibaratkan sebagai sebuah sistem artinya suatu keterampilan belajar dapat dicapai apabila subsistem yang melingkupinya dapat terpenuhi seperti sistem, metode, dan teknik yang berkaitan dengan kegiatan untuk memahami materi pelajaran yang disampaikan oleh guru (Gie, 1975). Tentunya dalam memahami materi pelajaran mempunyai cara masing-masing yang disesuaikan dengan gaya belajar yang dimiliki individu. Sebagai contoh ada individu yang belajar cukup dengan membaca, kemudian ada yang diikuti dengan kegiatan menulis, Ada pula yang belajar sambil mendengarkan, bahkan ada yang belajar sambil melibatkan aktivitas fisik. Zahri et al. (2017) Mengatakan bahwa keterampilan belajar merupakan suatu kecakapan yang dimiliki oleh individu untuk memaksimalkan pencapaian hasil belajarnya. Dalam kaitan itu, gaya belajar sebagai salah satu bentuk kecakapan tersebut dapat diterapkan agar individu dapat mencapai hasil belajar secara efisien dan efektif.

Keterampilan belajar itu didapatkan melalui proses latihan. Individu dapat memiliki keterampilan belajar apabila kegiatan-kegiatan yang tercakup dalam keterampilan belajar tersebut seperti : mengikuti dan menindaklanjuti hasil ujian dilakukan secara intens, berulang-ulang dan penuh kesungguhan, melalui proses latihan itu diharapkan individu akan memperoleh hasil belajar yang lebih baik (Tanjung et al., 2018).

Pendapat serupa dikemukakan oleh Zimmerman (2002) keterampilan belajar berkaitan erat dengan self-regulated learning, yakni kemampuan siswa untuk secara aktif mengatur proses belajarnya sendiri melalui perencanaan, monitoring, dan evaluasi. Dalam konteks ini, keterampilan belajar menjadi fondasi penting bagi keberhasilan akademik karena memungkinkan siswa untuk menyesuaikan strategi belajar dengan kebutuhan dan tantangan yang dihadapi.

Manajemen Waktu

Kata manajemen secara umum diartikan sebagai upaya memanfaatkan beragam sumber daya dalam mencapai suatu tujuan. Upaya pemanfaatan tersebut berkaitan dengan beragam kegiatan yang di upayakan agar hal yang sudah ditetapkan dapat dicapai sesuai target. Dengan demikian, manajemen waktu mengandung beragam kegiatan yang dilakukan oleh individu agar dapat memanfaatkan waktu sebaik mungkin secara efisien dan efektif.

Dari sisi lain, manajemen waktu juga dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengatur dan mengelola waktu sebaik mungkin relevan dengan hal yang ingin dicapainya. Kemampuan dalam manajemen waktu menjadi sangat penting mengingat dalam kenyataannya bahwa banyak individu yang membuang waktunya dengan sia-sia. Padahal dengan manajemen waktu yang baik hidup akan menjadi terencana dan punya kendali agar hal yang direncanakan dapat terwujud sesuai dengan target (Yulyani, 2022).

Atikson (1990) menyatakan bahwa manajemen waktu akan dapat diimplementasikan dengan baik dalam kehidupan apabila dilakukan melalui suatu perencanaan. Melalui perencanaan yang baik, individu akan dapat menentukan hal yang akan dilakukan dalam konteks waktu pelaksanaan secara matang, otomatis dan terorganisir sehingga tidak ada hal yang luput dari perkiraan.

Menurut Saksana (2024) pengelolaan waktu yang efektif memiliki peranan penting dalam mendukung keberhasilan siswa di berbagai aspek, seperti prestasi akademik, pemahaman materi, serta kemandirian dalam belajar. Siswa yang mampu mengatur waktu dengan baik umumnya dapat menyusun rencana, menentukan skala prioritas tugas, serta memantau perkembangan belajar mereka,

yang semuanya berdampak positif terhadap pencapaian akademik. Dalam hal perencanaan, siswa yang memahami pentingnya manajemen waktu cenderung lebih terampil dalam menyusun jadwal belajar, mengalokasikan waktu untuk aktivitas akademik, dan menetapkan target tertentu. Persiapan yang dilakukan sejak dini memungkinkan siswa untuk menghadapi tantangan akademik secara sistematis dan meminimalisasi stres serta kebingungan akibat banyaknya tugas dan tenggat waktu. Penetapan prioritas juga menjadi aspek krusial dalam manajemen waktu, karena secara langsung berpengaruh pada hasil belajar. Siswa akan lebih efektif dalam menyelesaikan tugas jika mereka dapat mengurutkan pekerjaan berdasarkan urgensi dan tingkat kesulitannya. Kejelasan dalam menetapkan prioritas membantu siswa fokus pada kegiatan yang memberikan dampak besar terhadap keberhasilan akademik, seperti menyelesaikan tugas utama, persiapan ujian, atau memahami materi penting. Akibatnya, siswa mampu memanfaatkan waktu secara optimal tanpa merasa kewalahan oleh tugas-tugas yang kurang penting. Komponen lain dari manajemen waktu yang berkontribusi pada keberhasilan akademik adalah kemampuan untuk memantau atau mengevaluasi diri. Siswa yang memantau perkembangan belajar mereka secara berkala akan lebih siap dalam mengarahkan proses belajar ke arah yang lebih efektif.

METODE

Pada waktu melaksanakan penelitian. Peneliti biasanya memiliki cara berpikir dan kerangka kerja yang akan menentukan cara mengumpulkan, menganalisis dan cara menginterpretasi data yang sudah diperoleh. Hal inilah yang disebut dengan pendekatan penelitian. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Dengan pendekatan kuantitatif, pengumpulan dan analisis data bersifat numerik (menggunakan angka) dan bertujuan untuk mengukur dan menguji hipotesis, mengidentifikasi pola hubungan antar variabel cara objektif dan terukur (Sugiyono, 2019).

Jenis penelitian digunakan penelitian ini adalah penelitian korelasional, memakai teknis analisis regresi linier sederhana. Dengan penelitian Korelasional, peneliti bermaksud ingin mengetahui pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain, tanpa adanya manipulasi terhadap salah satu atau seluruh variabelnya. Kemudian, teknik analisis regresi sederhana merupakan teknik analisis data yang dilakukan untuk melihat hubungan antara satu variabel independen (X) dengan suatu variabel dependen (Y) dengan asumsi bahwa perubahan dalam varibel X akan berdampak proporsional pada variabel Y.

Uji Normalitas

Setelah data peneliti didapatkan, untuk mengetahui apakah data tersebut memiliki penyebaran (distribusi) yang normalitas. Dengan demikian, uji normalitas dapat diartikan sebagai prosedur statistik yang digunakan untuk mengetahui apakah data yang diamati berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Indikator yang digunakan untuk menggolongkan suatu data berdistribusi normal sebagai berikut (Juliansyah, 2014).

1. Signifikansi > 0,05, maka data berdistribusi normal.
2. Signifikansi < 0,05, maka data tidak berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang bersifat linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini, uji linearitas dilakukan dengan menggunakan metode Test for Linearity melalui bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 27. Pengujian dilakukan dengan tingkat signifikansi 0,05. Jika hasil signifikansi menunjukkan nilai kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linear. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka hubungan antara kedua variabel dianggap tidak linear (Sugiyono, 2019).

Uji Hipotesis

Pengambilan keputusan didasarkan pada analisis data. Pengujian hipotesis merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian karena menentukan arti yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian (Nazir, 2003). Uji hipotesis ini menggunakan analisis regresi sederhana dengan menguji pengaruh variabel keterampilan belajar dan manajemen waktu.

Program yang digunakan analisis regresi penelitian adalah IBM SPSS 27 yaitu dengan cara membandingkan nilai signifikansi dengan probabilitas 0,05. Adapun indikator yang digunakan adalah : apabila nilai signifikansi < 0,05 maka variabel bebas berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat. Sebaliknya apabila nilai signifikansi > 0.05; maka variabel bebas tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keterampilan belajar berpengaruh terhadap manajemen waktu siswa SMA di Kota Palembang. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Dalam proses pelaksanaannya, peneliti menghubungkan data dari angket keterampilan belajar dengan data dari angket manajemen waktu. Teknik yang digunakan untuk menganalisis data adalah regresi linier, yang bertujuan untuk

melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Sebelum melakukan analisis regresi, peneliti terlebih dahulu melakukan uji prasyarat analisis, yaitu uji normalitas dan uji linearitas.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Unstandardized Residual			
N			125
Normal Parameters [a.b]	Mean		.0000000
	Std. Deviation		7.31932773
Most Extreme Differences	Absolute		.050
	Positive		.050
	Negative		-.040
Test Statistic			.050
Asymp. Sig. (2-tailed) [c]			.200[d]
Monte Carlo Sig. (2-tailed) [e]	Sig.		.626
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.613
		Upper Bound	.638

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada data hasil angket keterampilan belajar dan angket manajemen waktu masing masing adalah dan 0,200 > 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa kedua data hasil angket penelitian berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

			Sum of square	df	Mean Square	F	Sig.
Manajemen waktu Keterampilan Belajar	Between Groups	Combined	6526.806	50	130.536	2.732	<.001
		Linearity	3419.803	1	3419.803	71.568	<.001
		Deviation from linearity	3107.004	49	63.408	1.327	.134
	Within Groups		3535.994	74	47.784		
	Total		10062.800	124			

Selanjutnya, hasil uji lineritas data diketahui bahwa nilai koefisien signifikansi linieritasnya adalah sebesar 0.134 > 0.05 maka terdapat hubungan yang linear antara variabel keterampilan belajar dan manajemen waktu pada siswa SMA di Kota Palembang.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Sederhana

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3419.803	1	3419.803	63.320	<.001[b]
	Residual	6642.997	123	54.008		
	Total	10062.800	124			

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai F hitung sebesar 63,320 dengan tingkat signifikansi 0,001 < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa variabel keterampilan belajar berpengaruh secara signifikan terhadap variabel manajemen waktu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keterampilan belajar memiliki kontribusi yang bermakna dalam memengaruhi manajemen waktu.

Tabel 4. Model Summary

Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Eror of the Estimate
1	.583[a]	.340	.334	7.349

Tabel di atas menjelaskan besarnya nilai korelasi yaitu sebesar 0.583. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinan (R sequare) sebesar 0.340 yang berarti bahwa pengaruh variabel keterampilan belajar terhadap manajemen waktu adalah sebesar 30.4%. Jadi dengan nilai signifikansi 0,001 < 0,05 pada uji regresi sederhana maka Ha diterima dan Ho ditolak. Oleh karena Ha diterima dan Ho ditolak, maka hipotesis penelitian sudah teruji kebenarannya yaitu "Ada pengaruh keterampilan belajar terhadap manajemen waktu pada siswa SMA di Kota Palembang". Berdasarkan uraian diatas maka penelitian ini dapat membuktikan bahwa keterampilan belajar memiliki pengaruh terhadap manajemen waktu siswa SMA di Kota Palembang. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan semakin baik kemampuan siswa dalam memahami keterampilan belajar maka semakin tinggi pula kemampuan memanajemen waktu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 2 Palembang, SMA Negeri 10 Palembang, dan SMA Srijaya Negara, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara keterampilan belajar dan kemampuan manajemen waktu siswa SMA. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, yang menunjukkan bahwa keterampilan belajar yang baik berkontribusi positif terhadap kemampuan siswa dalam mengelola waktu mereka.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,001 < 0,05, mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif (Ha) diterima, sementara hipotesis nol (Ho) ditolak. Ini berarti bahwa keterampilan belajar siswa tidak hanya berperan dalam keberhasilan akademik mereka, tetapi juga berpengaruh terhadap cara mereka mengatur dan memanfaatkan waktu untuk belajar.
Dengan demikian, pengembangan keterampilan belajar dan manajemen waktu secara terintegrasi sangat penting bagi siswa SMA dalam menghadapi tantangan akademik di era digital. Penelitian ini menekankan perlunya intervensi yang tepat dari pendidik dan pemangku kepentingan pendidikan untuk mendukung siswa dalam mengoptimalkan kedua aspek ini, sehingga mereka dapat mencapai potensi akademik yang maksimal dan meraih kesuksesan di masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan rasa syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, dan petunjuk-Nya yang telah memudahkan proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Universitas Sriwijaya serta rekan-rekan yang telah berperan aktif dan memberikan kontribusi dalam mendukung terlaksananya penelitian ini hingga tuntas. Dukungan dan partisipasi yang diberikan sangat berarti dalam memperkaya isi penelitian. Semoga karya ini dapat memberikan wawasan baru serta menjadi sumber informasi yang bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

Atikson, P. E. (1990). *Manajemen Waktu yang Efektif*. Binapura Aksara.

Britton, B. K. , & Tesser, A. (1991). Effects of Time-Management Practices on College Grades. *Journal of Educational Psychology*, *83*(3), 405–410.

Gie, T. L. (1975). *Cara Belajar yang Efisien*. Gadjah Mada University Press.

Juliansyah. (2014). *Analisis Data Penelitian Ekonomi dan Manajemen*. Gramedia.

Nazir, M. (2003). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.

Saksana, J. C. (2024). Analisis Pengaruh Motivasi Belajar, Kemampuan Kognitif dan Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Nusantara*, *6*(1), 66–67.

Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya* . Rineka Cipta.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Tanjung, R. F., Neviyarni, & Firman. (2018). Layanan Informasi dalam peningkatan Keterampilan Mahasiswa STKIP PGRI Sumatera Barat. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, *3*(2).

Trueman, M. , & Hartley, J. (1996). A comparison Between The Time-Management Skills and Academic Performance of mature and traditional-entry university students. *Higher Education*, *32*(2), 199–215.

Yulyani, R. D. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar, Minat Belajar, dan Manajemen Waktu terhadap Prestasi Belajar Siswa pada Masa Pembelajaran Tatap Muka Terbatas. *Edumaspul : Jurnal Pendidikan*, *6*(1).

Zahri, T. N., Yusuf, A. M., & S, N. (2017). Hubungan Gaya Belajar dan Keterampilan Belajar dengan Hasil Belajar Mahasiswa serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. *Konselor*, *6*(1), 18. https://doi.org/10.24036/02017615734-0-00

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, *41*(2), 64–70.