



**PERAN MANAJEMEN WAKTU, GAYA BELAJAR, DAN MOTIVASI BELAJAR  
DALAM MENINGKATKAN INDEKS PRESTASI KUMULATIF MAHASISWA  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**Navila Ayu Anggraini<sup>1</sup>, Puja Dewiarni<sup>2</sup>, Hanifan Firasyanidhar<sup>3</sup>, Tsara Rahadiyan<sup>4</sup>  
Wahyu Lestari<sup>5</sup>**

Program Studi Pendidikan Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis,  
Universitas Negeri Jakarta<sup>1,2,3,4</sup>  
e-mail: [nnavilaayu@gmail.com](mailto:nnavilaayu@gmail.com)

Diterima: 17/12/2025; Direvisi: 8/ 1/2026; Diterbitkan: 15/1/2026

**ABSTRAK**

Prestasi akademik mahasiswa merupakan indikator penting dalam keberhasilan pendidikan, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan menguji tiga faktor internal yaitu manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi belajar terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Sampel penelitian berjumlah 66 responden yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner berskala Likert dan dianalisis dengan regresi linear berganda. Hasil analisis menghasilkan model yang signifikan dan mampu menjelaskan 57.6% variasi IPK ( $\text{Adj.R}^2$ : 0.576). Manajemen waktu merupakan prediktor IPK paling dominan ( $=0.429$ ) disusul dengan motivasi belajar sebesar ( $=0.370$ ), sehingga keduanya berpengaruh positif dan signifikan terhadap IPK mahasiswa. Sedangkan gaya belajar dengan nilai ( $=-0.039$ ) tidak memberi kontribusi positif terhadap IPK. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik pengelolaan waktu, serta semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa, maka semakin tinggi pula IPK yang diperoleh.

**Kata Kunci:** *Manajemen Waktu, Gaya Belajar, Motivasi Belajar, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)*

**ABSTRACT**

Student academic achievement is an important indicator of educational success, which is influenced by various factors. This study aims to analyze and examine three internal factors, namely time management, learning style, and learning motivation, on the Grade Point Average (GPA) of students at the Faculty of Economics and Business, Jakarta State University. This study uses a quantitative approach with a survey method. The research sample consisted of 66 respondents selected using simple random sampling. Primary data were collected through a Likert scale questionnaire and analyzed using multiple linear regression. The analysis results produced a significant model and were able to explain 57.6% of the variation in GPA ( $\text{Adj.R}^2$ : 0.576). Time management was the most dominant predictor of GPA ( $=0.429$ ), followed by learning motivation ( $=0.370$ ), so that both had a positive and significant effect on student GPA. Meanwhile, learning style with a value of ( $=-0.039$ ) did not contribute positively to GPA. This indicates that the better the time management and the higher the learning motivation of students, the higher their GPA will be.

**Keywords:** *Time Management, Learning Style, Learning Motivation, Grade Point Average (GPA)*

## PENDAHULUAN

Prestasi akademik mahasiswa merupakan salah satu indikator fundamental yang paling sering digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan proses pendidikan di lingkungan perguruan tinggi. Indikator ini umumnya dikuantifikasi dalam bentuk Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), yang berfungsi sebagai representasi numerik dari performa mahasiswa selama menempuh studi. Nilai IPK ini sejatinya tidak hanya sekadar menggambarkan seberapa dalam tingkat pemahaman mahasiswa terhadap materi perkuliahan yang telah diajarkan, tetapi juga menjadi cerminan dari efektivitas sistem pembelajaran dan kurikulum yang diterapkan oleh sebuah institusi pendidikan tinggi (Aruan, 2020; Sari & Kurniawati, 2020). Meskipun demikian, pencapaian IPK yang tinggi atau memuaskan tidak semata-mata ditentukan oleh faktor kecerdasan intelektual atau *hard skill* saja. Terdapat dimensi lain yang sering kali luput dari perhatian namun memiliki dampak yang sangat signifikan, yaitu faktor nonkognitif. Faktor-faktor psikologis dan perilaku seperti kemampuan manajemen waktu, preferensi gaya belajar, serta tingkat motivasi belajar terbukti memiliki kontribusi yang sangat vital dalam menentukan efektivitas proses belajar. Sinergi antara kapasitas intelektual dan kematangan aspek nonkognitif inilah yang pada akhirnya menentukan kualitas hasil akademik seorang mahasiswa secara keseluruhan (Amry, 2020; Marhamah et al., 2021).

Dalam dinamika kehidupan akademik modern yang serba cepat dan penuh tuntutan, manajemen waktu atau *time management* telah bertransformasi menjadi salah satu keterampilan paling esensial yang wajib dimiliki oleh setiap mahasiswa. Kemampuan untuk mengatur waktu belajar secara efisien, menyusun skala prioritas antara kegiatan akademik dan non-akademik, serta komitmen untuk menghindari perilaku menunda-nunda tugas atau yang dikenal dengan istilah *procrastination*, terbukti secara empiris berpengaruh langsung terhadap peningkatan perolehan IPK. Mahasiswa yang memiliki kemampuan untuk merencanakan jadwal hariannya dan mengontrol durasi belajar secara efektif cenderung memiliki prestasi akademik yang jauh lebih unggul dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang menjalankan aktivitas perkuliahan tanpa perencanaan yang matang. Hal ini mengindikasikan bahwa keterampilan manajemen waktu bukan hanya sekadar alat bantu teknis untuk menata jadwal harian, melainkan juga merupakan cerminan dari tingkat kedisiplinan diri, kematangan emosional, dan orientasi jangka panjang mahasiswa terhadap tujuan pendidikan yang ingin mereka capai di masa depan (ID, 2024; Khamalia et al., 2023; Muluk et al., 2021).

Selain aspek pengelolaan waktu, gaya belajar atau *learning style* juga memegang peranan yang sangat krusial dalam menentukan keberhasilan proses penyerapan ilmu pengetahuan oleh mahasiswa. Setiap individu pada dasarnya memiliki karakteristik unik dan cara yang berbeda-beda dalam menerima, memproses, menyimpan, dan mengingat informasi baru yang mereka terima di kelas. Preferensi gaya belajar ini secara umum dapat dikategorikan menjadi tipe visual yang mengandalkan penglihatan, auditori yang mengandalkan pendengaran, dan kinestetik yang mengandalkan gerakan atau praktik langsung. Variasi preferensi ini memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat motivasi dan prestasi belajar mahasiswa. Ketidaksesuaian antara metode pengajaran yang diterapkan dosen dengan gaya belajar dominan mahasiswa dapat menyebabkan hambatan kognitif, menurunkan minat partisipasi di kelas, serta mengurangi tingkat pemahaman terhadap materi kuliah yang kompleks. Oleh karena itu, pemahaman mengenai gaya belajar ini sangat penting untuk menciptakan efektivitas proses pembelajaran yang optimal dan mendukung pencapaian IPK yang maksimal bagi setiap individu dengan karakteristik yang beragam (Farman et al., 2021; Kurniati et al., 2023).

Sementara itu, motivasi belajar berfungsi sebagai mesin penggerak utama atau faktor internal yang mendorong mahasiswa untuk terus berupaya meraih prestasi terbaik. Motivasi ini

dapat muncul dalam dua bentuk utama, yaitu motivasi intrinsik yang berasal dari dalam diri sendiri berupa keinginan murni untuk menguasai kompetensi dan mencapai kepuasan intelektual, serta motivasi ekstrinsik yang timbul akibat adanya dorongan eksternal seperti keinginan mendapatkan penghargaan, nilai tinggi, atau memenuhi harapan orang tua. Kedua jenis motivasi ini, jika dikelola dengan baik, secara signifikan mampu meningkatkan prestasi akademik mahasiswa di berbagai bidang studi. Mahasiswa yang memiliki tingkat motivasi yang tinggi umumnya menunjukkan disiplin belajar yang lebih konsisten, memiliki daya juang atau resiliensi yang lebih kuat dalam menghadapi kesulitan materi akademik, dan cenderung memperoleh IPK yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang belajar tanpa arah atau kurang termotivasi. Motivasi menjadi bahan bakar yang menjaga konsistensi usaha mahasiswa dalam menghadapi tantangan perkuliahan yang panjang dan melelahkan (Palupi et al., 2025).

Berbagai kajian literatur dan studi terdahulu telah banyak menyoroti hubungan antara variabel-variabel tersebut secara simultan dan menemukan adanya keterkaitan yang kompleks. Diketahui bahwa gaya belajar dan dukungan sosial lingkungan dapat mempengaruhi capaian IPK melalui mediasi manajemen waktu yang baik. Artinya, mahasiswa yang memahami gaya belajarnya dan didukung lingkungan kondusif akan lebih mudah mengatur waktunya. Selain itu, manajemen waktu dan motivasi belajar yang berjalan beriringan terbukti memberikan dampak positif yang signifikan terhadap prestasi belajar. Bahkan, mahasiswa yang memiliki beban ganda seperti bekerja sambil kuliah sekalipun, tetap dapat mempertahankan prestasi akademik yang gemilang asalkan mereka mampu mengelola waktu dengan presisi dan memelihara motivasi belajar yang tinggi. Penerapan model pembelajaran inovatif seperti *Project-Based Learning* juga akan semakin efektif jika didukung oleh manajemen waktu dan motivasi yang kuat dari mahasiswa (Rohmiyati & Tuhuteru, 2024; Tumirah et al., 2025). Temuan-temuan ini menegaskan bahwa keterpaduan harmonis antara manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi merupakan komponen utama yang tidak terpisahkan dalam ekosistem pencapaian prestasi akademik (Shala et al., 2024; Shirvani et al., 2024).

Meskipun urgensi ketiga faktor tersebut telah banyak dibahas, berdasarkan hasil pemetaan literatur terkini, masih ditemukan kelangkaan penelitian yang menguji pengaruh ketiga variabel tersebut—manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi belajar—secara bersamaan atau simultan terhadap IPK mahasiswa dalam satu kerangka studi yang komprehensif. Kekosongan ini terutama terlihat dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia, khususnya pada studi kasus di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta (FEB UNJ). Mayoritas penelitian terdahulu cenderung bersifat parsial, hanya berfokus pada hubungan dua variabel saja, atau dilakukan dalam konteks bidang studi yang berbeda karakteristiknya. Oleh karena itu, penelitian ini hadir dengan nilai kebaruan untuk mengisi kesenjangan penelitian atau *research gap* tersebut. Penelitian ini berupaya menganalisis secara mendalam dan simultan bagaimana manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi belajar berinteraksi dan memengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa di lingkungan FEB UNJ.

Penelitian ini dirancang dengan tujuan ganda yang mencakup aspek teoretis dan praktis yang saling melengkapi. Secara teoretis, hasil dari kajian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah literatur akademik mengenai faktor-faktor nonkognitif yang menjadi determinan prestasi akademik mahasiswa, serta dapat dijadikan referensi valid bagi penelitian-penelitian lanjutan di sektor pendidikan tinggi. Sementara itu, secara praktis, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan evaluasi bagi para mahasiswa untuk meningkatkan efektivitas belajar mereka melalui perbaikan pengelolaan waktu, identifikasi gaya belajar yang tepat, dan penguatan motivasi diri. Bagi institusi pendidikan, hasil analisis ini dapat



dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan strategis dalam merancang kurikulum dan metode pembelajaran yang lebih adaptif, inklusif, dan berpusat pada kebutuhan mahasiswa atau *student-centered learning*. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam upaya peningkatan mutu pendidikan dan kualitas lulusan perguruan tinggi di Indonesia di masa mendatang.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui desain penelitian kausal untuk mengukur hubungan sebab-akibat antarvariabel yang diteliti secara objektif. Lokasi penelitian bertempat di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta dengan durasi pelaksanaan selama tiga bulan, terhitung mulai bulan Oktober hingga Desember 2025. Populasi dalam studi ini mencakup seluruh mahasiswa aktif di fakultas tersebut, yang kemudian dipersempit menjadi sampel penelitian sebanyak 66 responden. Penentuan jumlah sampel dan pemilihan responden dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih tanpa adanya intervensi subjektif dari peneliti. Pemilihan metode ini bertujuan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh dapat merepresentasikan karakteristik populasi secara umum dan meminimalisir bias dalam pengambilan data, sehingga hasil analisis yang didapatkan memiliki tingkat generalisasi yang memadai untuk menjawab rumusan masalah mengenai faktor-faktor yang memengaruhi prestasi akademik.

Proses pengumpulan data primer dilakukan dengan menyebarkan instrumen non-tes berupa kuesioner tertutup yang didistribusikan secara daring kepada responden terpilih untuk efisiensi waktu dan jangkauan. Kuesioner ini dirancang menggunakan skala *Likert* dengan rentang nilai satu hingga lima, yang memungkinkan responden untuk mengekspresikan tingkat persetujuan mereka mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Instrumen tersebut disusun secara sistematis berdasarkan indikator-indikator dari variabel independen, yaitu manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi belajar, serta variabel dependen yaitu Indeks Prestasi Kumulatif. Sebelum data diolah lebih lanjut, instrumen telah melewati serangkaian uji kualitas data yang ketat, meliputi uji validitas menggunakan korelasi *Product Moment* untuk memastikan ketepatan butir pertanyaan, serta uji reliabilitas menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* untuk mengukur konsistensi jawaban responden. Langkah ini krusial untuk menjamin bahwa alat ukur yang digunakan benar-benar valid dan reliabel dalam menjangkau data penelitian.

Teknik analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) melalui beberapa tahapan statistik yang terstruktur. Tahap awal dimulai dengan uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas untuk memastikan bahwa model regresi yang digunakan memenuhi persyaratan statistik dan bebas dari bias. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, analisis dilanjutkan dengan teknik regresi linear berganda untuk memprediksi pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Pengujian hipotesis dilakukan melalui uji parsial atau *t-test* untuk melihat pengaruh masing-masing variabel secara individu, serta uji simultan atau *F-test* untuk melihat pengaruh variabel secara bersama-sama. Selain itu, peneliti juga menghitung koefisien determinasi guna mengetahui seberapa besar persentase kontribusi manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi belajar dalam menjelaskan variasi naik-turunnya capaian Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa dalam model penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Manajemen Waktu, Gaya Belajar, dan Motivasi Belajar terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis regresi linier berganda untuk mengetahui pengaruh variabel secara simultan dan parsial.

### Hasil Uji Instrumen Penelitian

Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh item pernyataan pada variabel Manajemen Waktu (X1), Gaya Belajar (X2), Motivasi Belajar (X3), dan Indeks Prestasi Kumulatif (Y) memiliki nilai  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel (0,2423) serta nilai signifikansi kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh indikator yang digunakan dalam penelitian dinyatakan valid dan mampu mengukur konstruk variabel yang diteliti secara tepat.

**Tabel 1. Hasil Uji Validitas**

Variabel	Indikator	r Hitung	r Tabel	Signifikan	$\alpha$	Keterangan
Manajemen Waktu (X1)	X1.1	0.597	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.2	0.600	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.3	0.485	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.4	0.528	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.5	0.474	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.6	0.522	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.7	0.625	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.8	0.541	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.9	0.676	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X1.10	0.518	0.2423	0.000	0.05	Valid
Gaya Belajar (X2)	X2.1	0.252	0.2423	0.041	0.05	Valid
	X2.2	0.669	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X2.3	0.464	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X2.4	0.496	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X2.5	0.609	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X2.6	0.373	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X2.7	0.463	0.2423	0.002	0.05	Valid
	X2.8	0.455	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X2.9	0.316	0.2423	0.010	0.05	Valid
	X2.10	0.604	0.2423	0.000	0.05	Valid
Motivasi Belajar (X3)	X3.1	0.488	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.2	0.320	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.3	0.716	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.4	0.556	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.5	0.530	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.6	0.695	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.7	0.605	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.8	0.467	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.9	0.691	0.2423	0.000	0.05	Valid
	X3.10	0.659	0.2423	0.000	0.05	Valid
Indeks	Y.1	0.521	0.2423	0.000	0.05	Valid



Presentasi Belajar (Y)	Y.2	0.560	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.3	0.584	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.4	0.534	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.5	0.511	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.6	0.560	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.7	0.587	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.8	0.567	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.9	0.567	0.2423	0.000	0.05	Valid
	Y.10	0.506	0.2423	0.000	0.05	Valid

Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha pada keempat variabel berada di atas batas minimum 0,60. Variabel Manajemen Waktu memiliki nilai 0,741, Gaya Belajar sebesar 0,600, Motivasi Belajar sebesar 0,755, dan Indeks Prestasi Kumulatif sebesar 0,726. Dengan demikian, seluruh instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan konsisten dalam mengukur variabel penelitian.

### Uji Normalitas

**Tabel 2. Uji Normalitas**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		66
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.03919031
Most Extreme Differences	Absolute	.056
	Positive	.056
	Negative	-.053
Test Statistic		.056
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel 2 hasil uji normalitas kolmogorov-smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikan  $0,200 > 0,05$ , maka data berdistribusi normal.

### Persamaan Regresi Linier Berganda

**Tabel 3. Persamaan Regresi Linier Berganda**

Coefficients <sup>a</sup>					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	6.483	4.725		.175
	X1	.429	.118	.451	.001
	X2	-.039	.111	-.030	.730
	X3	.370	.119	.383	.003

a. Dependent Variable: Y

$$Y = 6.483 + 0.429 X_1 + (-0.039 X_2) + 0.370 X_3$$

Berdasarkan Tabel 3 hasil analisis regresi, interpretasi model statistik ini dapat dijabarkan secara rinci. Pertama, nilai konstanta sebesar 6,483 bernilai positif, yang mengimplikasikan bahwa jika variabel Manajemen Waktu (X1), Gaya Belajar (X2), dan

Motivasi Belajar (X3) diasumsikan tidak ada atau bernilai nol, maka Indeks Prestasi Kumulatif (Y) tetap memiliki nilai dasar sebesar 648,3%. Selanjutnya, variabel Manajemen Waktu (X1) memiliki koefisien beta positif 0,429; ini berarti setiap peningkatan 1% pada manajemen waktu akan menaikkan IPK sebesar 42,9% dengan asumsi variabel lain konstan, dan berlaku sebaliknya jika terjadi penurunan. Pola positif serupa ditunjukkan oleh variabel Motivasi Belajar (X3) dengan koefisien 0,370, di mana kenaikan 1% pada motivasi akan mendongkrak IPK sebesar 37%. Sebaliknya, kondisi berbeda terjadi pada variabel Gaya Belajar (X2) yang memiliki koefisien negatif -0,039. Hal ini menandakan adanya hubungan invers, di mana peningkatan 1% pada gaya belajar justru diprediksi menurunkan IPK sebesar 3,9%, sementara penurunan pada variabel ini akan meningkatkan prestasi akademik dalam proporsi yang sama.

### Uji Hipotesis

**Tabel 4. Uji Koefisien Determinasi**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.772 <sup>a</sup>	.596	.576	3.11185

a. Predictors: (Constant), X3, X2, X1

Berdasarkan tabel 4 nilai Adjusted R Square sebesar 0.576 atau 57.6%. Nilai koefesien determinasi tersebut menunjukkan bahwa variabel Manajemen Waktu (X1), Gaya Belajar (X2), Motivasi Belajar (X3) mampu menjelaskan variabel Indeks Prestasi Kumulatif (Y) sebesar 57.6% sedangkan sisanya, yaitu 42.4% dijelaskan oleh variabel lain.

### Pembahasan

Analisis mendalam terhadap data statistik penelitian mengungkapkan bahwa secara simultan, variabel manajemen waktu, gaya belajar, dan motivasi belajar memiliki kontribusi yang substansial terhadap pencapaian Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi, ketiga variabel independen ini mampu menjelaskan variasi prestasi akademik sebesar 57,6%, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal lain yang tidak tercakup dalam model penelitian ini. Tingginya persentase kontribusi ini mengindikasikan bahwa faktor internal psikologis dan manajerial mahasiswa memegang peranan krusial dalam ekosistem pendidikan tinggi. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan akademik di perguruan tinggi tidak semata-mata bergantung pada kecerdasan intelektual, melainkan merupakan hasil sinergi dari kemampuan mengelola diri, dorongan internal, serta adaptabilitas dalam proses pembelajaran. Konstanta positif dalam persamaan regresi juga menyiratkan bahwa tanpa intervensi variabel-variabel tersebut, mahasiswa tetap memiliki potensi akademik dasar, namun optimalisasinya sangat bergantung pada pengelolaan aspek-aspek psikologis tersebut (Cahyani & Triyono, 2025; Hasibuan et al., 2025; Satwika et al., 2025).

Fokus utama dari temuan ini menyoroti peran manajemen waktu sebagai prediktor yang sangat dominan dalam menentukan keberhasilan studi mahasiswa. Data menunjukkan bahwa setiap peningkatan kualitas manajemen waktu berbanding lurus dengan kenaikan prestasi akademik secara signifikan. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui konsep *self-regulated learning*, di mana mahasiswa yang mampu menyusun prioritas, menjadwalkan aktivitas belajar, dan meminimalisir distraksi cenderung memiliki performa akademik yang lebih unggul. Kemampuan manajemen waktu yang baik memungkinkan mahasiswa untuk menghindari perilaku *academic procrastination* atau penundaan tugas yang sering menjadi penyebab utama penurunan nilai. Dalam konteks perkuliahan yang padat dengan tenggat waktu tugas dan ujian,

keterampilan mengalokasikan sumber daya waktu menjadi mekanisme pertahanan diri yang efektif untuk menjaga konsistensi performa belajar dan mengurangi tingkat stres akademik yang dapat mengganggu kognisi (Wolters et al., 2025; ZAHWA & HANIF, 2024).

Relevansi temuan mengenai manajemen waktu ini memperkuat berbagai literatur terdahulu yang menempatkan disiplin diri sebagai kunci kesuksesan akademik. Sejalan dengan pandangan Sarnoto dan rekan-rekannya, serta studi dari Alyami, penelitian ini mengonfirmasi bahwa kecerdasan tanpa perencanaan yang matang sering kali tidak menghasilkan *outcome* yang maksimal. Mahasiswa yang terampil dalam merencanakan studi mereka memiliki peta jalan yang jelas dalam menuntaskan kewajiban akademik, mulai dari persiapan materi sebelum kelas hingga revidi pasca perkuliahan. Implikasinya, manajemen waktu bukan sekadar keterampilan teknis administratif, melainkan cerminan dari kematangan pribadi dan tanggung jawab mahasiswa sebagai pembelajar dewasa. Oleh karena itu, kemampuan ini menjadi aset vital yang membedakan mahasiswa berprestasi tinggi dengan mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik, terlepas dari potensi intelektual yang mereka miliki (Fadilah et al., 2021; Rozaini & Panjaitan, 2020; Saufi et al., 2022).

Berbeda dengan manajemen waktu, analisis terhadap variabel gaya belajar menunjukkan hasil yang menarik dan kontrainuitif, di mana variabel ini tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan IPK, bahkan menunjukkan arah koefisien yang negatif. Temuan ini mengindikasikan bahwa preferensi cara belajar—baik visual, auditori, maupun kinestetik—tidak secara otomatis menjamin tingginya nilai akademik jika tidak disertai dengan strategi adaptasi yang tepat. Dalam lingkungan perguruan tinggi, metode pengajaran dosen sangat bervariasi dan sering kali tidak mengakomodasi satu gaya belajar spesifik. Mahasiswa dituntut untuk memiliki fleksibilitas kognitif agar dapat menyerap informasi dari berbagai format penyajian, baik itu kuliah ceramah, studi kasus, maupun praktik lapangan. Ketergantungan kaku pada satu gaya belajar justru dapat menjadi hambatan ketika metode pengajaran yang diterima tidak selaras dengan preferensi pribadi mahasiswa tersebut (Dermawan et al., 2025; Farman et al., 2021; Side & Munawwarah, 2025; Yuniarto et al., 2024).

Ketidaksignifikanan pengaruh gaya belajar dalam penelitian ini menjadi antitesis bagi beberapa studi sebelumnya, seperti yang dikemukakan oleh Madhu dan Bhattacharyya, yang menekankan pentingnya kesesuaian gaya belajar. Perbedaan hasil ini kemungkinan besar disebabkan oleh pergeseran lanskap pendidikan di era digital, di mana akses terhadap materi pembelajaran menjadi sangat multimodal. Mahasiswa modern memiliki kebebasan untuk mengonversi materi kuliah ke dalam format yang mereka sukai secara mandiri berkat bantuan teknologi, sehingga dampak langsung dari gaya belajar bawaan terhadap hasil ujian menjadi bias atau berkurang. Selain itu, kurikulum pendidikan tinggi ekonomi dan bisnis yang menuntut kemampuan analitis logis mungkin lebih membutuhkan kemampuan berpikir kritis daripada sekadar preferensi sensorik dalam menerima informasi. Hal ini menegaskan bahwa adaptabilitas belajar jauh lebih bernilai daripada sekadar identifikasi gaya belajar personal.

Sementara itu, variabel motivasi belajar terbukti menjadi elemen pendorong yang sangat vital dengan pengaruh positif yang signifikan terhadap pencapaian akademik. Motivasi berfungsi sebagai bahan bakar psikologis yang menjaga konsistensi usaha mahasiswa dalam menghadapi tantangan perkuliahan yang kompleks. Mahasiswa dengan motivasi tinggi, baik yang bersumber dari dorongan internal (*intrinsic motivation*) maupun target eksternal, menunjukkan ketekunan yang lebih besar dalam memecahkan masalah akademik yang sulit (Kotera et al., 2022; Shengyao et al., 2024). Temuan ini selaras dengan penelitian Mahrous, Hasibuan, dan Toni, yang menyimpulkan bahwa motivasi adalah determinan utama yang mengarahkan perilaku belajar menuju pencapaian tujuan. Tanpa adanya motivasi yang kuat,





strategi belajar dan manajemen waktu yang baik sekalipun akan kehilangan arah dan daya tahannya, sehingga hasil belajar menjadi tidak optimal.

Sebagai sintesis akhir, penelitian ini menyimpulkan bahwa formula keberhasilan akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis lebih didominasi oleh kombinasi antara manajemen waktu yang disiplin dan motivasi belajar yang kuat, dibandingkan dengan faktor gaya belajar. Implikasi praktis dari temuan ini menyarankan agar institusi pendidikan tidak hanya berfokus pada penyampaian materi kurikulum, tetapi juga aktif memfasilitasi pengembangan *soft skills* mahasiswa. Program-program yang dirancang untuk meningkatkan regulasi diri, pelatihan manajemen waktu, serta seminar motivasi perlu diintegrasikan ke dalam kegiatan kemahasiswaan. Dengan memperkuat aspek internal ini, universitas dapat membantu mahasiswa untuk tidak hanya menjadi cerdas secara intelektual, tetapi juga tangguh dan terorganisasi, yang pada akhirnya akan bermuara pada peningkatan kualitas lulusan dan prestasi akademik secara menyeluruh.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis komprehensif yang telah dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta, penelitian ini menyimpulkan bahwa manajemen waktu dan motivasi belajar merupakan dua determinan paling krusial dalam pencapaian Indeks Prestasi Kumulatif yang tinggi. Bukti empiris mengonfirmasi bahwa mahasiswa yang memiliki kapabilitas untuk menyusun jadwal secara terstruktur, menentukan skala prioritas tugas akademik, dan meminimalisir prokrastinasi menunjukkan performa akademik yang jauh lebih unggul. Demikian pula, motivasi belajar yang tinggi, baik yang bersumber dari dorongan internal maupun eksternal, terbukti menjadi bahan bakar efektif yang mendorong mahasiswa untuk memahami materi perkuliahan secara lebih mendalam. Menariknya, penelitian ini menemukan fakta bahwa variasi gaya belajar, baik visual, auditori, maupun kinestetik, tidak memiliki korelasi signifikan terhadap prestasi akademik dalam konteks ini. Hal ini mengimplikasikan bahwa metode penyerapan informasi menjadi kurang relevan dibandingkan dengan kedisiplinan dalam pengaturan waktu serta besarnya dorongan semangat untuk berprestasi, menjadikan faktor perilaku dan psikologis sebagai fondasi utama kesuksesan akademik di fakultas ini.

Mengacu pada temuan tersebut, implikasi praktis menyarankan agar pihak fakultas segera menyelenggarakan program mentoring rutin yang tidak hanya berfokus pada teknik belajar semata, melainkan secara spesifik menyasar pengembangan keterampilan manajemen waktu dan penanaman motivasi belajar yang kuat. Mahasiswa didorong untuk secara aktif membangun motivasi intrinsik mereka dengan cara terlibat dalam kelompok belajar kolaboratif serta membangun koneksi yang jelas antara materi kuliah saat ini dengan cita-cita karier di masa depan untuk menjaga antusiasme belajar. Selain itu, penguasaan manajemen waktu menjadi mutlak diperlukan guna memerangi kecenderungan menunda pekerjaan yang sering menghambat performa. Bagi komunitas akademik, mengingat penelitian ini terbatas pada lingkup satu fakultas, peneliti selanjutnya sangat disarankan untuk memperluas cakupan studi ke fakultas lain dengan karakteristik keilmuan berbeda guna memverifikasi pola yang terbentuk. Eksplorasi lebih lanjut mengenai variabel gaya belajar juga diperlukan untuk memahami mengapa aspek tersebut tidak berpengaruh signifikan, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih holistik dan komprehensif mengenai faktor prestasi mahasiswa di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA



- Amry, S. (2020). Proses belajar efektif dalam membentuk kecerdasan intelektual dan motivasi belajar pada mahasiswa di Mahad Ali bin Abi Thalib Yogyakarta. *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*, 11(2), 96. [https://doi.org/10.21927/literasi.2020.11\(2\).96-103](https://doi.org/10.21927/literasi.2020.11(2).96-103)
- Aruan, J. (2020). Pengaruh regulasi diri dan lingkungan belajar terhadap prestasi belajar. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 83. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i1.4862>
- Cahyani, W. N., & Triyono, T. (2025). Kesiapsiagaan psikologis dewasa akhir di daerah rawan bencana erupsi Merapi. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(2), 622. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i2.4728>
- Dermawan, G., Saputra, H. N., & Razilu, Z. (2025). Implementation of expert systems in mapping the learning styles of high school students. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 806. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i2.4770>
- Fadilah, A. N., Tayeb, T., Nur, F., Suharti, S., & Sriyanti, A. (2021). Pengaruh kemandirian belajar dan regulasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa. *JIPMat*, 6(1), 100. <https://doi.org/10.26877/jipmat.v6i1.7494>
- Farman, F., Arbain, A., & Hali, F. (2021). Learning style preferences based on class and gender. *AL-ISHLAH Jurnal Pendidikan*, 13(1), 164. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i1.368>
- Hasibuan, H. P. Z., Monisca, L., Ginting, L., & Saragih, V. G. (2025). Pengaruh gaya hidup tidak sehat dan tingkat stres terhadap kesehatan mental pada mahasiswi di Kota Medan. *PAEDAGOGY Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(4), 1639. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i4.8113>
- Id, D. A. (2024). Hubungan antara manajemen waktu dengan self regulated learning pada mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 2(1), 43. <https://doi.org/10.15294/epj.v2i1.9366>
- Khamalia, N. A. N., Yusuf, A., Zuhroh, N. E., & Jannah, R. R. (2023). Pengaruh pendidikan soft skills terhadap jenjang karir mahasiswa. *EDUKATIF JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 5(6), 2386. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v5i6.5800>
- Kotera, Y., Aledeh, M., Barnes, K., Rushforth, A., Adam, H., & Riswani, R. (2022). Academic motivation of Indonesian university students: Relationship with self-compassion and resilience. *Healthcare*, 10(10), 2092. <https://doi.org/10.3390/healthcare10102092>
- Kurniati, A., Yuniati, S., Rahmi, D., & Risnawati, R. (2023). Gaya belajar: Identifikasi dan pengelompokan mahasiswa. *Suska Journal of Mathematics Education*, 9(1), 53. <https://doi.org/10.24014/sjme.v9i1.21512>
- Marhamah, S., Yolanda, A., Sari, R. A., & Nurismilida, N. (2021). Pengaruh fasilitas belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa pada perguruan tinggi. *Edu Cendikia Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 1(2), 40. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v1i2.1023>
- Muluk, S., Akmal, S., Andriana, D., Habiburrahim, H., & Safrul, M. S. (2021). Understanding students' self-management skills at State Islamic University in Indonesia. *The Qualitative Report*. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2021.4817>
- Palupi, R. D., Damayanti, D., Kristina, D., & Loreta, A. F. (2025). Analisis motivasi mahasiswa dalam pelaporan prestasi mahasiswa untuk capaian indikator kinerja utama Universitas Negeri Semarang. *MANAJERIAL Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan*, 5(3), 782. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i3.7038>



- Rohmiyati, A., & Tuhuteru, L. (2024). Model pembelajaran berbasis masalah (problem based learning) pada pembelajaran Pendidikan Kewarganegaraan. *SOCIAL Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 4(2), 99. <https://doi.org/10.51878/social.v4i2.3136>
- Rozaini, N., & Panjaitan, P. (2020). Pengaruh self regulated learning dan karakter terhadap prestasi belajar mahasiswa pendidikan bisnis Universitas Negeri Medan. *Niagawan*, 9(1), 14. <https://doi.org/10.24114/niaga.v9i1.17651>
- Sari, W. F., & Kurniawati, T. (2020). Pengaruh motivasi belajar dan pemanfaatan e-learning terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan pendidikan ekonomi. *Jurnal Ecogen*, 3(1), 176. <https://doi.org/10.24036/jmpe.v3i1.8536>
- Satwika, Y. W., Oktaviana, M., Simatupang, R. M., Andriana, E. A., & Muliaba, M. O. H. (2025). Manajemen stres bagi mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi (STT) Sola Gratia. *COMMUNITY Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 731. <https://doi.org/10.51878/community.v5i2.7577>
- Saufi, M., Budiono, A. N., & Mutakin, F. (2022). Self regulated dengan resiliensi akademik mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1), 67. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i1.1244>
- Shala, D. S., Thaçi, E., & Shala, A. (2024). Learning styles and motivation: Their role in academic performance. *Journal of Educational and Social Research*, 14(3), 258. <https://doi.org/10.36941/jesr-2024-0071>
- Shengyao, Y., Jenatabadi, H. S., Mengshi, Y., Minqin, C., Xuefen, L., & Mustafa, Z. (2024). Academic resilience, self-efficacy, and motivation: The role of parenting style. *Scientific Reports*, 14(1), 5571. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-55530-7>
- Shirvani, E., Mirsolymani, Z., Parvin, H., & Mosavi, S. (2024). Strategies for enhancing academic motivation: Insights from successful students. *Psych Nexus*, 2(1), 42. <https://doi.org/10.61838/kman.psychnexus.2.1.7>
- Side, S., & Munawwarah, M. (2025). Pembelajaran berbasis studi kasus dalam pendidikan kimia: Pemahaman dan analisis, evaluasi motivasi, keterlibatan mahasiswa. *SCIENCE Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan IPA*, 5(1), 321. <https://doi.org/10.51878/science.v5i1.4616>
- Tumirah, T., Sari, D. K., & Martusyilia, R. (2025). Integrasi pendekatan teaching at the right level (TaRL) dan culturally responsive teaching (CRT) melalui model PBL untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa pada materi sifat larutan garam. *SCIENCE Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan IPA*, 5(3), 1340. <https://doi.org/10.51878/science.v5i3.5654>
- Wolters, C. A., Brady, A. C., & Lee, H. J. (2025). Time management and achievement motivation: A review of what we know and directions for where to go. *Educational Psychology Review*, 37(2). <https://doi.org/10.1007/s10648-025-10032-4>
- Yuniarto, E., Rahayuningsih, S., Wulandari, Y. O., & Widayanti, F. D. (2024). Analisis kemampuan mahasiswa calon guru matematika dalam memecahkan masalah berdasarkan gaya belajar. *SCIENCE Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan IPA*, 4(4), 310. <https://doi.org/10.51878/science.v4i4.3376>
- Zahwa, F. K., & Hanif, M. (2024). Strategi efektif mengatasi stres akademik melalui manajemen waktu untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP)*, 2(4), 142. <https://doi.org/10.61116/jipp.v2i4.35>