

**MANAJEMEN WAKTU MAHASISWA YANG
MENGUNAKAN *SMARTPHONE***

SKRIPSI

Oleh :

Regina Francisca Agustira

NIM : (06071381924057)

Program Studi Bimbingan dan Konseling



FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

TAHUN 2023

Universitas Sriwijaya

**MANAJEMEN WAKTU MAHASISWA YANG MENGGUNAKAN
SMARTPHONE**

SKRIPSI

Oleh :

Regina Francisca Agustira

NIM : 06071381924057

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan :

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd

NIP. 199301252019032017

Pembimbing,



Ratna Sari Dewi S.Pd, M.Pd

NIP. 198704262020122007



Universitas Sriwijaya

**MANAJEMEN WAKTU MAHASISWA YANG MENGGUNAKAN
SMARTPHONE**

SKRIPSI

Oleh :

Regina Francisca Agustira

Nim : 06071381924057

Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 31 Mei 2023

TIM PENGUJI

Ketua : Ratna Sari Dewi S.Pd., M.Pd

(*Ratna*)

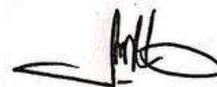
Anggota : Sigit Dwi Sucipto, M.Pd

(*Sigit*)

Palembang, Mei 2023

Mengetahui

Koordinator program studi



Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd.

NIP. 199301252019032017



Universitas Sriwijaya

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Regina Francisca Agustira

Nim : 06071381924057

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Manajemen Waktu Masiswa Yang Menggunakan *Smartphone*" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, terdapat pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, Mei 2023

Yang membuat pernyataan



Regina Francisca Agustira

Nim. 06071381924057

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Manajemen Waktu Mahasiswa Yang Menggunakan Smartphone” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ratna Sari Dewi, S.Pd., M.Pd sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A Dekan FKIP Unsri, Dr. Azizah Husin, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan, Ibu Fadhlina Rozaqqyah, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada dosen penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis menempuh pendidikan S1, dan terima kasih kepada mahasiswa angkatan 2020, 2021, 2022 sekaligus teman-teman seperjuangan angkatan 2019 yang telah mendukung dan membantu penulis selama menempuh pendidikan S1 BK di Universitas Sriwijaya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.

Palembang, Mei 2023

Penulis

Regina Francisca Agustira

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah Subhanuhu Wata'ala atas segala rahmat, nikmat, kesehatan dan kemudahan yang Allah Subhanuhu Wata'ala berikan sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Shalawat dan salam saya junjungkan kepada nabi Muhammad Shallallahu alaihi wa salam.

Skripsi ini saya persembahkan kepada orang-orang yang selalu memberikan dukungan serta bantuan kepada saya baik secara langsung maupun tidak langsung.

- Kepada kedua orang tua saya, Bapak Agus Syakroni Ariyanto dan Mamak Yunda Maryani yang sangat saya banggakan, yang tak pernah lelah berusaha memberikan yang terbaik untuk saya baik dari segi materil, moril serta psikologis. Terima kasih kepada Bapak dan mamak yang selalu memberikan support untuk ayuk, yang selalu mendoakan ayuk, yang selalu berusaha memberikan yang terbaik untuk ayuk, yang selalu menghargai apapun keputusan ayuk. Berkat doa dan dukungan Bapak dan mamak ayuk mampu menyelesaikan skripsi ini dan mampu menyelesaikan pendidikan S1 ayuk di salah satu Perguruan Tinggi di negeri ini. Rasa bangga yang tak bisa ayuk ungkapkan kepada Bapak dan mamak atas perjuangan selama ini sudah kita lewati, semoga Allah senantiasa memberikan kesehatan, kemudahan dan perlindungan untuk Bapak dan mamak.
- Kepada kedua adikku tersayang, Aqilah Luthfiyyah Kaltsum dan Azkia Maheswari Romeesa karena sudah memberikan dukungan, doa kepada ayuk dan menjadi alasan ayuk untuk semangat menyelesaikan pendidikan ini. Ayuk sayang kalian.
- Kepada Ibu Ratna Sari Dewi S.Pd.,M.Pd selaku dosen pembimbing, terima kasih banyak kepada ibu atas ilmu, bimbingan, saran, nasehat dan doa

tulus dan banyaknya waktu yang ibu berikan kepada saya selama proses pembuatan skripsi ini.

- Kepada Ibu Fadhlina Rozzaqyah M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling atas bantuan, bimbingan serta ilmu yang ibu berikan kepada saya.
- Kepada seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya tanpa terkecuali.
- Kepada seluruh staff administrasi program studi Bimbingan dan Konseling kampus Palembang.
- Kepada sahabatku Elsa Dela Amanda, yang selalu memberikan bantuan kepada saya selama proses pembuatan skripsi ini. Terima kasih banyak mbakek.
- Kepada pasukan Honeymoon ku, Renti Acehlina, Restu Dyah Kusuma Dewi, Rima Desi Rahmadani, Feby Aprliana yang sudah kebersamai dari maba sampai saat ini. Terima kasih banyak ya untuk support dan hiburan yang kalian berikan.
- Kepada sahabatku Intan Eliza dan Joan Indah Thresia terima kasih sudah memberikan dukungan dan doa kepada saya selama ini.
- Kepada para penghuni kos biru, Mba Ica, Vina, Ntuk, Rimex, Kak Fifah, Nabila yang selalu menjadi tempat untuk saling menguatkan satu sama lain.
- Kepada Mas Api terima kasih sudah kebersamai selama proses ini, atas doa dan dukungan yang selalu diberikan kepada saya, yang selalu menjadi tempat untuk saling bertukar cerita dan saling berkeluh kesah.
- Terima kasih banyak untuk semua orang yang sudah memberikan doa, semangat dan dukungan yang tidak bisa saya ungkapkan satu persatu.
- Teruntuk rekan-rekan seperjuangan BK 2019 Universitas Sriwijaya tanpa terkecuali.
- Teruntuk mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020, 2021, 2022 terima kasih karena telah membantu saya selama proses penelitian.

- Terima kasih untuk almamater UNSRI tercinta.
- Dan tak kalah penting, terima kasih untuk diri saya sendiri karena sudah kuat dan mampu berusaha sampai sejauh ini. Terima kasih EGI kamu hebat!

MOTTO HIDUP

“Nothing is Impossible”

“Allah SWT tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PRAKATA.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO HIDUP	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis	5
1.4.2. Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Manajemen waktu	6
2.1.1. Pengertian Manajemen Waktu	6
2.1.2. Aspek-aspek Manajemen Waktu	7
2.1.3. Tujuan Manajemen waktu	8
2.1.4. Empat kuadran aktivitas dalam Manajemen Waktu	9
2.1.5. Dampak manajemen waktu yang baik	10
2.1.6. Dampak manajemen waktu yang buruk.....	10
2.1.7. Hambatan manajemen waktu.....	11
2.2. <i>Smartphone</i>	11

2.2.1.	Pengertian <i>Smartphone</i>	11
2.2.2.	Aspek-Aspek Penggunaan <i>Smartphone</i>	12
2.2.3.	Fungsi <i>Smartphone</i>	13
2.2.4.	Jenis-jenis <i>smartphone</i>	15
2.2.5.	Dampak dari penggunaan <i>smartphone</i>	17
BAB III METODE PENELITIAN.....		21
3.1.	Metode Penelitian	21
3.2.	Variabel Penelitian	21
3.3.	Definisi Operasional	21
3.3.1.	Manajemen waktu	21
3.4.	Populasi dan Sampel	22
3.4.1.	Populasi	22
3.4.2.	Sampel	22
3.5.	Waktu dan Tempat Penelitian	24
3.5.1.	Waktu Penelitian	24
3.5.2.	Tempat Penelitian	24
3.6.	Teknik Pengumpulan data	25
3.7.	Instrument Penelitian	25
3.8.	Validitas dan Reabilitas	27
3.8.1.	Validitas	27
3.8.2.	Reliabilitas	30
3.9.	Teknik Analisis data	31
3.9.1	Metode Analisis Persentase	31
3.9.3.	Teknik Analisis Persentase	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		34
4.1	Hasil Penelitian	34
4.1.1.	Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i>	34
4.1.2.	Gambaran Manajemen Waktu Mahasiswa Yang Menggunakan <i>Smartphone</i> Berdasarkan Aspek	35
4.1.3.	Gambaran Manajemen Waktu Mahasiswa Yang Menggunakan <i>Smartphone</i> Tiap Angkatan	37

4.1.4. Gambaran Manajemen Waktu Mahasiswa Yang Menggunakan Smartphone Berdasarkan Jenis Kelamin	39
4.2. Pembahasan Hasil Penelitian.....	42
4.3. Keterbatasan Penelitian	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
5.1. Kesimpulan `	46
5.2. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Daftar jumlah populasi mahasiswa Bimbingan dan Konseling	23
Tabel 3. 2 Pembagian sampel mahasiswa BK perangkatan	24
Tabel 3. 3 Pembagian sampel mahasiswa BK perkelas	24
Tabel 3. 4 Format pemberian skor alternatif jawaban.....	25
Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrument Manajemen Waktu sebelum uji coba	26
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala Manajemen Waktu	28
Tabel 3. 7 Kisi-Kisi Instrumen Manajemen Waktu (Setelah Uji Coba)	30
Tabel 3. 8 Penentuan Interpretasi Data Hasil Penelitian.....	32
Tabel 3. 9 Kriteria Penilaian Hasil Persentase	33
Tabel 4. 1 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> secara keseluruhan.....	34
Tabel 4. 2 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berdasarkan aspek.....	35
Tabel 4. 3 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone angkatan 2019</i>	37
Tabel 4. 4 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone angkatan 2020</i>	37
Tabel 4. 5 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone angkatan 2021</i>	37
Tabel 4. 6 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone angkatan 2022</i>	37
Tabel 4. 7 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berdasarkan nilai rata-rata total dari jenis kelamin	39
Tabel 4. 8 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berdasarkan skor rata-rata aspek-aspek dari jenis kelamin	40
Tabel 4. 9 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berjenis kelamin perempuan.....	40
Tabel 4. 10 Gambaran manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berjenis kelamin Laki-laki.....	41

DAFTAR GAMBAR

Grafik 4. 1 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i>	35
Grafik 4. 2 Nilai mean manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berdasarkan aspek-aspek	36
Grafik 4. 3 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> angkatan 2019	38
Grafik 4. 4 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> angkatan 2020	38
Grafik 4. 5 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> angkatan 2021	38
Grafik 4. 6 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> angkatan 2022	38
Grafik 4. 7 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berjenis kelamin perempuan.....	42
Grafik 4. 8 Persentase manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan <i>smartphone</i> berjenis kelamin laki-laki.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Judul	52
Lampiran 2 Lembar Pengesahan Proposal	53
Lampiran 3 SK Pembimbing.....	54
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	56
Lampiran 5 Undangan Seminar Proposal	57
Lampiran 6 Hasil Validasi Ahli 1	59
Lampiran 7 Hasil Validasi Ahli 2	60
Lampiran 8 Studi Pendahuluan	63
Lampiran 9 Instrumen Penelitian	64
Lampiran 10 Instrumen Penelitian (Google Form).....	66
Lampiran 11 Jawaban salah satu Responden	67
Lampiran 12 Surat persetujuan review	69
Lampiran 13 Bukti Perbaikan Review	70
Lampiran 14 Hasil Cek Plagiasi.....	71
Lampiran 15 Kartu Bimbingan	72
Lampiran 16 Tabulasi Uji coba Penelitian.....	74
Lampiran 17 Tabulasi Data Instrumen Penelitian.....	76

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya sebanyak 328 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 180 responden dengan teknik *Simple Random Sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan Skala Manajemen Waktu, yang dianalisis dengan teknik Analisis Persentase. Adapun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah secara keseluruhan manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya berada pada kategori Sedang (S) sebanyak 123 orang mahasiswa dengan persentase 68%, hal ini berarti mahasiswa sudah mampu untuk mengatur waktu yang dimiliki. Aspek menetapkan tujuan menjadi aspek tertinggi dengan nilai rata-rata 81.37 dan aspek meminimalkan waktu yang terbuang menjadi aspek terendah dengan nilai rata-rata 59.00. Kemudian berdasarkan jenis kelamin mahasiswa secara keseluruhan berada pada kategori Sedang (S) sebanyak 108 orang mahasiswa dari total mahasiswa perempuan dengan persentase 69% dengan nilai rata-rata 70,73. Dan sebanyak 15 orang mahasiswa dari total mahasiswa laki-laki dengan persentase 63% dengan nilai rata-rata 69.91, tidak ada perbedaan nilai rata-rata yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Kata Kunci : Manajemen Waktu, *Smartphone*, Mahasiswa.

ABSTRACT

This study aims to determine how students' time management using smartphones on Guidance and Counseling students at Sriwijaya University. This type of research is quantitative descriptive research. The population in this study is all Guidance and Counseling students at Sriwijaya University as many as 328 students. Sample as many as 180 respondents in this research with the simple random sampling technique. Data collection techniques using the time management scale, which was analyzed using the percentage analysis technique. The results obtained in this study are overall time management students who use smartphones as Guidance and Counseling students Sriwijaya University in the Moderate category (M) with 123 students with a percentage of 68%, this means that students can manage their time. Setting goals is the highest aspect, with an average value of 81.37, and aspect minimizing wasted time is the lowest aspect, with an average value of 59.00. Then based on gender, the students as a whole are in the Medium category (M) as many as 108 students from the total female students, with a percentage of 69% and an average value of 70.73. and as many as 15 students of the entire male students as a whole with an average value of 69.91, there is no significant difference in average scores between male and female students.

Keywords : Time Management, Smartphone, Student.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Perkembangan teknologi sangat berpengaruh terhadap perkembangan dunia. Perkembangan teknologi memberikan dampak yang sangat besar terhadap peradaban manusia, karena dengan teknologi mengubah peradaban yang tradisional menuju peradaban yang lebih modern dan digital, seperti pada era ini hampir semua kegiatan menggunakan teknologi, masyarakat sangat bergantung pada teknologi dan alat-alat komunikasi yang lahir dari kemajuan teknologi ini, penggabungan berbagai fungsi dari alat-alat komunikasi telah menyatu pada sebuah alat komunikasi yang disebut dengan *Smartphone*. *Smartphone* memudahkan manusia untuk berkomunikasi dengan manusia lainnya yang ada diberbagai belahan dunia dengan mudah, cepat, dan tanpa batas. Dengan adanya *smartphone* juga memudahkan manusia untuk mendapatkan dan mengakses informasi dan berita secara cepat. Didalam *smarthphone* terdapat berbagai macam fitur pintar yang memiliki fungsi berbeda-beda sebagai pelengkap, seperti Al-Quran digital, alarm, kamera untuk mengambil foto dan video, kalender, telepon, internet, pemutar musik dan video, SMS dan beberapa fitur lainnya yang mana semuanya tergabung dalam satu alat komunikasi.

Smartphone memberikan dampak positif dan negatif bagi penggunanya, dampak positif yang diberikan seperti membuat pengguna lebih mudah mencari dan mendapatkan informasi, memudahkan dalam berkomunikasi dengan pengguna lain, menghemat waktu pengguna, sebagai media hiburan, untuk menambah pengetahuan baru dan masih banyak lainnya. Selain itu juga *smartphone* tentu memberikan dampak negatif bagi penggunanya jika digunakan secara berlebihan, yaitu menyebabkan pengguna kecanduan menggunakan *smartphone*, lebih boros, mengganggu kesehatan, kurangnya interaksi sosial di dunia nyata dan masih banyak lagi.

Kementrian Komunikasi Dan Informatika (KOMINFO) menyebutkan bahwa pengguna *smartphone* di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 162 juta jiwa atau 89% dari total penduduk Indonesia. Sementara itu berdasarkan Perusahaan Riset Data Reportal, menyebutkan bahwa hingga tahun 2022 di Indonesia jumlah perangkat seluler yang terkoneksi atau terhubung mencapai 307,1 juta. Jumlah penggunaan *smartphone* sendiri lebih tinggi daripada jumlah keseluruhan populasi penduduk Indonesia karena satu orang saja bisa menggunakan dua *smartphone* bahkan lebih untuk kepentingan pribadi dan kepentingan pekerjaan. Pengguna *smartphone* sendiri muncul dari berbagai macam kalangan usia, baik dari orang tua, orang dewasa, remaja bahkan anak-anak sekalipun sudah menggunakannya. Selain itu juga terdapat beberapa jenis *smartphone*, yaitu *Android*, *Iphone*, *Ipad*, *Iwatch*, dan *tablet*.

Tidak dapat dipungkiri bahwa kemunculan *smartphone* memberikan manfaat dan berbagai kemudahan untuk penggunanya, karena didalam *smartphone* terdapat berbagai macam fitur pintar, aplikasi dan juga adanya jaringan internet. Berdasarkan data yang didapatkan dari laporan *We Are Sosial*, pengguna Internet di Indonesia pada awal tahun 2022 tercatat sebanyak 204,7 juta dari total jumlah populasi penduduk Indonesia ditahun 2022 sebanyak 277,7 juta jiwa. Saat ini *smartphone* dan jaringan internet merupakan dua hal yang saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Karena didalam *smartphone* terdapat berbagai macam aplikasi yang dapat berfungsi apabila sudah tersambung dengan jaringan internet. Dengan jaringan internet juga pengguna *smartphone* bisa menjelajahi media sosial yang terhubung ke seluruh Indonesia bahkan dunia, hal ini tentu memudahkan pengguna internet untuk saling terhubung satu sama lain, selain itu juga banyaknya pengguna *smartphone* yang mencari hiburan melalui media sosial.

Teknologi memiliki peran yang sangat penting, apalagi di masa pandemi covid-19 yang mengharuskan semua kegiatan dilakukan di rumah. *Smartphone* sangat membantu dan memberikan kemudahan pada saat itu, karena semua hal dapat diselesaikan dan dikerjakan dengan menggunakan

smartphone, seperti pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan *work from home* (WFH) yang dilakukan dengan zoom meeting. Selain itu juga saat pandemi pengguna *smartphone* menjadi lebih kreatif dalam menggunakan media sosial dan aplikasi yang ada pada *smartphone*, karena dimasa itu hanya teknologi yang menjadi hiburan bagi penggunanya. Terdapat berbagai aplikasi dan media sosial yang dapat diakses dengan menggunakan *smartphone*, berdasarkan data statistik penggunaan aplikasi dengan jumlah unduhan terbanyak di seluruh dunia pada tahun 2021 yang didapatkan oleh Perusahaan analitik Apptopia yaitu *Tiktok, Instagram, Facebook, Whatsapp, Telegram, Snapchat, Zoom meeting, Messenger, Capcut* dan *Spotify*, yang mana setiap aplikasi tersebut memiliki manfaat dan kegunaan yang berbeda-beda.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya, didapatkan data bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling merupakan pengguna *Smartphone* dengan hasil persentase sebesar 100% dan hal tersebut merupakan hal yang lumrah, karena manusia dan teknologi merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan di era ini. Para mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk mengakses media sosial dan mencari hiburan dari media sosial yang mereka miliki, selain itu *smartphone* digunakan sebagai media pembelajaran dan juga untuk mencari informasi yang terbaru. Dari hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan juga didapatkan data bahwa 86,1% mahasiswa BK rata-rata mengakses *smartphone* lebih dari 4 jam dalam sehari, dengan intensitas waktu yang berbeda-beda 31,3% mahasiswa menggunakan *smartphone* selama 3 sampai 8 jam, 35 % mahasiswa menggunakan *smartphone* selama 7 sampai 11 jam, dan 19,8% menggunakan *smartphone* selama 11 sampai 15 jam.

Apalagi dimasa pandemi covid-19 yang membuat perkuliahan dilaksanakan secara online, *smartphone* merupakan benda yang tidak dapat dipisahkan dari mahasiswa, mahasiswa mencari informasi mengenai perkuliahan melalui media sosial yang mereka miliki dan juga mahasiswa mengandalkan *zoom meeting* sebagai media pembelajaran mereka. Meskipun

saat ini perkuliahan sudah dilaksanakan secara Hybrid, *smartphone* tetap menjadi hal yang penting bagi mahasiswa untuk saling berkomunikasi satu sama lain. *Smartphone* banyak memberikan kemudahan bagi penggunaannya, *smartphone* yang praktis dan mudah untuk dibawa kemana-mana menjadi alasan *smartphone* semakin di gandrungi oleh banyak orang, tak terkecuali mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya.

Selain banyaknya manfaat dan kemudahan yang diberikan, *smartphone* juga memberikan dampak negatif bagi penggunaannya dan hal ini dirasakan langsung oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling seperti *smartphone* membuat seseorang menjadi lupa waktu, membuat seseorang kecanduan menggunakannya dan juga kerap begadang karena terlalu asik menggunakan *smartphone*. Jika mahasiswa tidak bisa memanfaatkan *smartphone* secara bijak maka akan timbullah dampak negatif tersebut.

Menurut hasil penelitian dari *University Of Oxford* dalam (Fajriah : 2019) disebutkan bahwa dalam sehari durasi atau waktu ideal untuk melakukan aktivitas online atau menggunakan *smartphone* adalah sepanjang 257 menit atau sekitar 4 jam 17 menit. Namun tidak sedikit mahasiswa yang rela menghabiskan waktu berjam-jam untuk menggunakan *smartphone*, Hal ini tentu melanggar waktu ideal penggunaan *smartphone* dalam sehari, yang menyebabkan lebih banyak waktu digunakan mahasiswa untuk menggunakan *smartphone*, terkadang juga karena terlalu asik menggunakan *smartphone* membuat mahasiswa lupa akan tugas dan tanggung jawab yang mereka miliki. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparan diatas, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

“Bagaimana manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone*?”

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone*.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini, adalah sebagai berikut.

1.4.1. Manfaat Teoritis

Menambah pemahaman mahasiswa agar dapat mengevaluasi diri dalam mengatur manajemen waktu.

1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, menjadi pemahaman agar mahasiswa dapat mengontrol dan mengevaluasi diri dalam mengatur manajemen waktu.
- b. Bagi dosen, dapat digunakan sebagai bahan informasi baru tentang manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone*.
- c. Bagi peneliti lain, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan dapat dikembangkan lebih lanjut bagi penelitian selanjutnya mengenai manajemen waktu mahasiswa yang menggunakan *smartphone*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, L.A., dkk. (2020). *Human Capital Management*. Medan : Yayasan Kita Menulis.
- Amalea, R. (2022). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2020 Universitas Sriwijaya. *Skripsi*. Indralaya : Universitas Sriwijaya.
- Andari, N. D., & Nugraheni, R. (2016). Analisis Pengaruh Manajemen Waktu, Motivasi Kuliah, Dan Aktualisasi Diri Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. *Dipenogoro Journal Of Management*. 5(2), 124-133.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Asror, M. (2019). Analisis Pengaruh Manajemen Waktu Dan Motivasi Kuliah Terhadap Keberhasilan Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. *Skripsi*. Semarang : Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Azizah, M. N., & Muslikah. (2021). Hubungan Antara Manajemen Waktu Dan Regulasi Diri Dengan Kecanduan Smartphone. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*. 12(1), 31-38.
- Christin, G. N. (2019). *Pengaruh Penggunaan Ponsel Cerdas Terhadap Perilaku Perjalanan Professional Bergerak*. Pasuruan : Qiara Media.
- Efendi, S. (2016). *My Enemy Is Me : Seni Mengatur Waktu Untuk Sukses Di Usia Muda*. Yogyakarta : Penerbit WR.
- Hidayanto, D. N. (2019). *Manajemen waktu : Filosofi-Teori-Implementasi*. Depok : Rajawali Pers.

- Ilham. M., dkk (2022). *Kesadaran Runtuh Teknologi Bergemuruh*. Semarang : Alinea Media Dipantara.
- Ikhwan, M. dkk. (2019). Pengaplikasian Smartphone Sebagai Media Komunikasi Interpersonal Dikalangan Pegawai Di Kementrian Agama Kabupaten Aceh Barat. *Islam Universalia*. 1(2), 343-369.
- Janna, N. M., & Herianto, H. (2021). Konsep Uji Validitas dan Reliabilitas dengan menggunakan SPSS.
- Khumaedi, M. (2012). Reliabilitas Instrumen Penelitian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*. 12(1), 25-30.
- Kusumastuti, A., dkk. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Deepublish.
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal Of Psychological Perspective*. 1(1), 29-34.
- Pane, S. F., dkk. (2020). *Membangun aplikasi peminjaman jurnal menggunakan aplikasi oracle apex online*. Bandung : Kreatif Industri Nusantara.
- Paramitha, D.S., dkk. (2022). *Meraih Mimpi Merajut Cita-Cita : I Become A Great Nurse*. Cirebon : Yayasan Wisata Bastari Samasta.
- Priatna, D.K., & Nandan,L. (2021). *Buku Referensi : Intellectual Capital Management Building Your Employee Passion And Happiness*. Yogyakarta : Deepublish.
- Putra, M.D. (2015). Hubungan Antara Penggunaan Smartphone Dengan Ketergantungan Berinteraksi Di Dunia Maya (Studi Pada Mahasiswa Pengguna Smartphone Jurusan Sosiologi Angkatan Tahun 2011-2014 FISIP Universitas Lampung). *Skripsi*. Lampung : Universitas Lampung.
- Riduwan. (2018). *Pengantar Statistika Sosial*. Bandung : Alfabeta.

- Safuni, N., Hidayanti, H., & Fitriani, N. (2020). Manajemen Waktu Selama Pandemic Covid 19 Pada Mahasiswa Keperawatan Di Kotamadya Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*. 11(1), 6-11.
- Sandra, K.I., & Djalali, M.A. (2013). Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. 2(3), 217-222.
- Sari, M. I., Lisiswanti, R., & Oktafany, O. (2017). Manajemen Waktu Pada Mahasiswa: Studi Kualitatif Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Kedokteran Univesitas Lampung*. 1(3), 525-529.
- Setiawan, B., dkk. (2021). *Generasi Digital*. Yogyakarta : Alineaku Publisher.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suryana, N. K., dkk. (2021). *Komunikasi Bisnis: Konstruksi Teoretis Dan Praktis*. Aceh : Syiah Kuala University Press.
- Sukardi, S., Darmadi, E. A., & Santoso, L. H. (2021). Prefensi Konsumen Dalam Pemilihan Smartphone Berdasarkan Sistem Operasinya. *Ikraith-Ekonomika*. 4(3), 175-180.
- Wae, A. (2020). Penelitian Deskriptif Kuantitatif.
<https://youtu.be/OAw5wwHMyj4>. Diakses pada 8 November 2021.
- Wilson, R. (2019). Perancangan Informasi Manajemen Waktu Melalui Media Buku Ilustrasi. *Laporan Pengantar Tugas Akhir*. Bandung : Fakultas Desain Universitas Komputer Indonesia.
- Yulianto, A., & Roby, S. (2022). *Digital Marketing : Revolusi Pemasaran Tradisional Menuju Masa Depan*. Yogyakarta : Gosyen Publishing.