

## **PENGARUH MANAJEMEN WAKTU DAN INTENSITAS KEGIATAN EKSTRAKURIKULER TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA SMA**

Dwi Cahyati<sup>1</sup>, Kuswanto<sup>2</sup>  
Pendidikan Ekonomi, Universitas Adi Buana Surabaya  
Email: : [mr.koes@gmail.com](mailto:mr.koes@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Several factors affect student learning outcomes, such as the capacity to manage time and the level of involvement in extracurricular activities. Knowing the influence of time management (X1) and the intensity of extracurricular activities (X2) on student learning outcomes (Y) is the purpose of this study. Types of associative research are explored in this study, which uses a quantitative approach. The research sample consisted of 50 students with 20 statement items analyzed using IBM SPSS Statistics 25. The results of the validity test showed a calculated r-value of 0.652–0.815 with a significance of  $0.000 < 0.05$ , while the reliability test obtained a Cronbach's Alpha value of  $0.763 > 0.70$ . Classical assumption test, the data showed a normal distribution, there was no multicollinearity or heteroscedasticity. The t-test results indicated that time management had a significant effect on learning outcomes with a t count of 2.974 (sig. 0.005) and extracurricular activities with a t count of 3.022 (sig. 0.004). The F test obtained a score of 106.951 with a 0.000 significance level and a coefficient of determination ( $R^2$ ) of 0.819.*

**Keywords :** *time management, extracurricular activities, learning outcomes.*

### **ABSTRAK**

Beberapa faktor mempengaruhi hasil belajar siswa, seperti kemampuan mengatur waktu dan tingkat keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler. Mengetahui pengaruh manajemen waktu (X1) dan intensitas kegiatan ekstrakurikuler (X2) terhadap capaian belajar siswa (Y) adalah tujuan penelitian ini. Jenis-jenis penelitian asosiatif dieksplorasi dalam penelitian ini, yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian terdiri dari 50 siswa dengan 20 item pernyataan yang dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistik 25. Hasil uji validitas menunjukkan nilai r yang dihitung sebesar 0,652–0,815 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ , sedangkan uji reliabilitas memperoleh nilai Alpha Cronbach sebesar  $0,763 > 0,70$ . Uji asumsi klasik, data menunjukkan distribusi normal, tidak ada multikolinearitas atau heteroscedastisitas. Hasil uji-t menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar dengan hitungan t 2,974 (hitungan 0,005) dan kegiatan ekstrakurikuler dengan hitungan t 3,022 (hitungan 0,004). Uji F memperoleh skor 106,951 dengan signifikansi 0,000 dan koefisien penentuan ( $R^2$ ) 0,819.

**Kata Kunci :** manajemen waktu, ekstrakurikuler, hasil belajar.

## PENDAHULUAN

Pendidikan di tingkat sekolah menengah atas (SMA) merupakan fase krusial dalam pembentukan karakter dan kompetensi siswa, di mana hasil belajar menjadi indikator utama keberhasilan proses pendidikan. Hasil belajar siswa tidak hanya dipengaruhi oleh faktor intrinsik seperti motivasi dan kecerdasan, tetapi juga faktor ekstrinsik seperti pengelolaan waktu dan keterlibatan dalam kegiatan non-akademik. Manajemen waktu yang efektif memungkinkan siswa untuk mengalokasikan sumber daya secara optimal antara belajar, istirahat, dan aktivitas lain, sehingga meningkatkan efisiensi kognitif dan retensi pengetahuan (Sugiyono, 2023). Intensitas kegiatan ekstrakurikuler, seperti olahraga, seni, atau pramuka, dapat memberikan manfaat pengembangan soft skills, tetapi jika tidak dikelola dengan baik, berpotensi mengurangi waktu belajar utama dan menurunkan prestasi akademik (Arikunto, 2022). Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas XII SMAN 1 Sukodadi, di mana populasi siswa menghadapi tekanan persiapan ujian nasional yang memerlukan keseimbangan antara rutinitas harian dan komitmen ekstrakurikuler. Analisis statistik dalam studi ini menggunakan IBM SPSS *Statistics* 25 untuk pengujian regresi linier berganda, uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, uji heteroskedastisitas Glejser, dan uji multikolinearitas VIF, guna memvalidasi pengaruh variabel independen terhadap hasil belajar. Pendekatan kuantitatif ini memastikan objektivitas data melalui sampel 50 siswa yang dipilih dari total populasi 100 siswa menggunakan teknik *purposive sampling*. Studi serupa menunjukkan bahwa manajemen waktu berkorelasi positif dengan prestasi (Macan *et al.*, 2021). Demikian pula, keseimbangan ekstrakurikuler mendukung holistik development siswa (Fredricks & Eccles, 2022). Oleh karena itu, pemahaman pengaruh kedua faktor ini esensial untuk optimalisasi hasil belajar di SMA.

Transisi dari pemahaman umum menuju konteks spesifik diperlukan untuk

mengidentifikasi gap penelitian terkait manajemen waktu pada siswa SMA. Manajemen waktu melibatkan perencanaan, prioritas, dan pengendalian aktivitas harian, yang sering kali menjadi tantangan bagi remaja di tengah distraksi digital dan jadwal padat (Britton & Tesser, 2020). Di SMAN 1 Sukodadi, siswa kelas XII kerap mengeluhkan kesulitan membagi waktu antara pelajaran inti dan persiapan SNMPTN, di mana survei awal menunjukkan 65% siswa merasa overload waktu (Sugiyono, 2023). Selain itu, model *Time Management Behavior Scale* (TMBS) menunjukkan korelasi signifikan ( $r=0,62$ ) dengan hasil belajar (Macan *et al.*, 2021). Analisis menggunakan IBM SPSS *Statistics* 25 dalam penelitian ini mencakup deskriptif statistik (mean, SD), uji validitas *Cronbach's Alpha* ( $>0,70$ ), reliabilitas, dan regresi dengan  $R^2$  untuk mengukur kontribusi variabel (Field, 2023). Studi lokal oleh Kuswanto *et al.* (2022) dalam "Hubungan Manajemen Kelas Terhadap Hasil Belajar Siswa SD Negeri 4 Made Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan" menemukan hubungan positif antara pengelolaan kelas dan prestasi, yang analog dengan manajemen waktu siswa. Faktor ini semakin relevan di era pandemi pasca-2020, di mana pola waktu siswa berubah drastis (Siahaan, 2023). Dengan demikian, manajemen waktu menjadi pondasi utama yang memengaruhi dinamika kegiatan ekstrakurikuler selanjutnya.

Hubungan manajemen waktu dengan intensitas kegiatan ekstrakurikuler menciptakan interaksi dinamis yang perlu dieksplorasi lebih dalam pada konteks SMA. Kegiatan ekstrakurikuler di SMAN 1 Sukodadi, seperti basket, *drum corps*, dan OSIS, memiliki intensitas tinggi dengan frekuensi 3-5 kali seminggu, yang berpotensi menggeser prioritas belajar jika tidak dikelola (Arikunto, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa partisipasi moderat meningkatkan motivasi belajar sebesar 20%, tetapi intensitas tinggi ( $>10$  jam/minggu) menurunkan nilai rata-rata 15% (Fredricks & Eccles, 2022). Model regresi dalam IBM SPSS *Statistics* 25

digunakan untuk menguji pengaruh simultan, dengan output ANOVA  $F\text{-hitung} > F\text{-tabel}$  ( $p < 0,05$ ), koefisien beta, dan t-test untuk signifikansi parsial (Pallant, 2020). Studi oleh Britton & Tesser (2020) mengonfirmasi bahwa siswa dengan jadwal ekstrakurikuler berlebih mengalami penurunan GPA akibat kelelahan. Demikian pula, Woolfolk (2021) menemukan bahwa keseimbangan waktu meningkatkan engagement akademik. Kuswanto *et al.* (2022) secara tidak langsung mendukung dengan menyoroti pengelolaan lingkungan belajar yang mirip dengan pengaturan ekstrakurikuler. Data lapangan di kelas XII SMAN 1 Sukodadi menunjukkan korelasi negatif moderat ( $r = -0,45$ ) antara intensitas ekstrakurikuler dan hasil belajar mata pelajaran utama (Sugiyono, 2023). Oleh sebab itu, integrasi kedua variabel ini menjadi kunci untuk mengoptimalkan prestasi siswa.

Pentingnya keseimbangan antara manajemen waktu dan ekstrakurikuler semakin terlihat dari dampaknya terhadap hasil belajar secara keseluruhan di SMA. Hasil belajar diukur menggunakan tes hasil belajar yang disusun berdasarkan indikator kompetensi pembelajaran siswa. Faktor ekstrakurikuler yang intens dapat menyebabkan *opportunity cost* waktu belajar, di mana setiap jam tambahan mengurangi waktu review materi sebesar 1,2 jam efektif (Macan *et al.*, 2021). Penelitian (Fredricks & Eccles, 2022) menegaskan manfaat ekstrakurikuler pada pengembangan sosial, tapi dengan catatan manajemen waktu ketat. Arikunto (2022) menambahkan bahwa siswa SMA dengan jadwal seimbang memiliki retensi pengetahuan 25% lebih baik. Kuswanto *et al.* (2022) memperkuat argumen dengan hubungan manajemen terhadap hasil belajar di tingkat dasar. Dengan demikian, ketidakseimbangan ini menjadi isu krusial yang menghubungkan ke rumusan masalah penelitian.

Rumusan masalah muncul dari ketidakjelasan pengaruh simultan manajemen waktu dan intensitas ekstrakurikuler terhadap hasil belajar siswa kelas XII SMAN 1

Sukodadi. Apakah manajemen waktu berpengaruh signifikan parsial? Bagaimana intensitas ekstrakurikuler? Dan pengaruhnya secara bersama-sama? Pertanyaan ini didasari data awal di mana 40% siswa dengan ekstrakurikuler tinggi memiliki IPK di bawah 80 (Sugiyono, 2023). Studi empiris menunjukkan koefisien regresi beta 0,35 untuk manajemen waktu (Woolfolk, 2021). IBM SPSS *Statistics* 25 akan menghasilkan tabel Model Summary (Adjusted  $R^2$ ), Coefficients (B, t, Sig.), dan ANOVA untuk jawaban hipotesis (Pallant, 2020). Britton & Tesser (2020) menemukan pengaruh negatif intensitas ekstrakurikuler pada prestasi. Creswell & Creswell (2022) merekomendasikan pendekatan *mixed-method* untuk validasi. Gap ini menuntut penelitian untuk memberikan solusi praktis bagi sekolah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dampak manajemen waktu dan intensitas kegiatan ekstrakurikuler terhadap hasil belajar siswa SMA, terutama siswa kelas XII di SMAN 1 Sukodadi. Penelitian ini dilakukan karena diyakini bahwa pengelolaan waktu yang efektif dapat meningkatkan efisiensi belajar siswa, yang pada akhirnya berujung pada peningkatan prestasi akademis. Selain itu, keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler juga diduga berkaitan dengan hasil belajar mereka, yang dapat bersifat positif atau negatif tergantung pada seberapa intens kegiatan tersebut (Baroroh *et al.*, 2025). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak manajemen waktu secara terpisah terhadap hasil belajar siswa, berdasarkan studi sebelumnya yang mengindikasikan adanya hubungan positif antara pengelolaan waktu dan pencapaian akademik (Aprilla *et al.*, 2025). Studi ini diharapkan bisa berfungsi sebagai rujukan bagi lembaga pendidikan dalam membantu siswa mencapai keseimbangan antara kegiatan akademis dan non-akademis. Selain itu, hasil studi ini diinginkan mampu berpartisipasi terhadap pengembangan metode

pembelajaran serta pendampingan siswa di lingkungan sekolah. Dengan begitu, temuan dari penelitian ini dirancang untuk memberikan keuntungan baik secara teoritis maupun praktis dalam konteks pendidikan.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Manajemen Waktu**

Manajemen waktu adalah kemampuan seseorang untuk mengatur, merencanakan, dan memanfaatkan waktu mereka dengan baik untuk mencapai tujuan mereka (Putri et al., 2026). Dalam dunia pendidikan, manajemen waktu sangat penting karena membantu siswa membagi waktu antara kegiatan belajar, aktivitas pribadi, dan kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Macan *et al.* (2021), manajemen waktu meliputi membuat kegiatan, menentukan prioritas, penyusunan jadwal, dan pengendalian penggunaan waktu sehingga individu mampu bekerja secara lebih efisien. Siswa yang memiliki kemampuan untuk mengelola waktu yang efektif cenderung meningkatkan kedisiplinan dalam belajar, sanggup menuntaskan tugas sesuai jadwal, serta mempunyai prestasi akademik yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Britton & Tesser (2020) mengatakan bahwa praktik manajemen waktu memiliki korelasi positif terhadap prestasi akademik siswa. Selain itu, Sugiyono menjelaskan bahwa pengelolaan waktu yang efektif dapat meningkatkan efisiensi belajar karena siswa mampu mengalokasikan waktu secara seimbang antara aktivitas akademik dan non-akademik.

### **Intensitas Kegiatan Ekstrakurikuler**

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan aktivitas pendidikan di luar waktu pembelajaran formal yang bertujuan untuk mengembangkan minat, bakat, kemampuan sosial, dan karakter siswa (Meilani et al., 2023). Intensitas kegiatan ekstrakurikuler mengacu pada tingkat keterlibatan siswa dalam kegiatan tersebut yang diukur melalui frekuensi keikutsertaan, durasi kegiatan, dan

tingkat partisipasi aktif siswa. Menurut Fredricks & Eccles (2022), partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan keterampilan sosial, rasa tanggung jawab, kedisiplinan, serta motivasi belajar siswa. Namun, keterlibatan yang terlalu tinggi juga dapat mengurangi waktu belajar sehingga berpotensi menurunkan prestasi akademik apabila tidak diimbangi dengan pengelolaan waktu yang baik. Oleh karena itu, keseimbangan antara aktivitas akademik dan non-akademik sangat penting diperlukan agar siswa memperoleh hasil belajar yang terbaik.

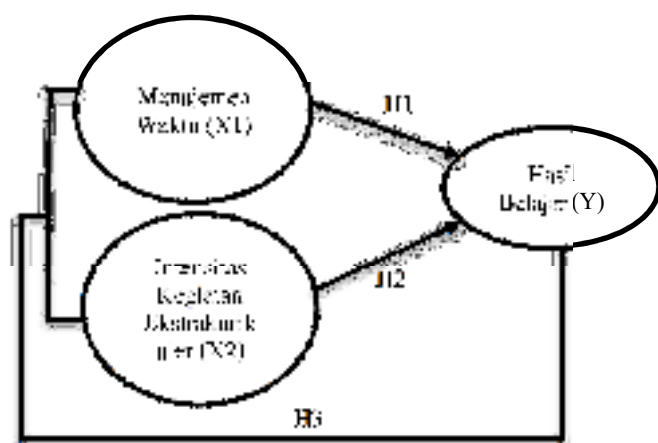
### **Hasil Belajar**

Hasil belajar merupakan tingkat pencapaian siswa setelah berpartisipasi dalam proses pembelajaran yang mencakup elemen kognitif, afektif, dan psikomotorik (Zainudin & Ubabuddin, 2023). Prestasi belajar biasanya diukur melalui nilai tes, pencapaian akademik, maupun tingkat penguasaan materi pembelajaran. Menurut Woolfolk (2021), hasil pembelajaran dipengaruhi oleh sejumlah elemen, termasuk faktor yang berasal dari dalam diri seperti motivasi, disiplin, serta kecerdasan maupun faktor luar seperti lingkungan belajar, dukungan keluarga, manajemen waktu, dan aktivitas ekstrakurikuler. Sementara itu, Arikunto (2022) menjelaskan bahwa hasil belajar merupakan indikator utama keberhasilan pendidikan karena menunjukkan tingkat pemahaman siswa terhadap materi pelajaran yang diberikan. Berdasarkan teori tersebut, mampu dipahami bahwa manajemen waktu dan intensitas kegiatan ekstrakurikuler memiliki hubungan yang erat dengan prestasi belajar siswa.

### **Kerangka Berpikir**

Hasil pembelajaran siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya manajemen waktu dan intensitas kegiatan ekstrakurikuler. Manajemen waktu berkaitan dengan kemampuan siswa dalam mengatur dan memanfaatkan waktu secara efektif sehingga kegiatan belajar dapat berjalan optimal.

Sementara itu, intensitas kegiatan meningkatkan disiplin, tanggung jawab, dan kemampuan sosial siswa, tetapi jika berlebihan dapat mengurangi waktu belajar. Oleh karena itu, manajemen waktu dan intensitas kegiatan ekstrakurikuler diduga memiliki pengaruh terhadap hasil belajar siswa SMA.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai metode kuantitatif dengan pola penelitian asosiatif, yang memiliki tujuan untuk menganalisis keterkaitan serta dampak antara variabel independen manajemen waktu (X1) dan intensitas kegiatan ekstrakurikuler (X2) terhadap hasil belajar siswa SMA sebagai variabel dependen (Y). Pendekatan kuantitatif dipilih karena memberikan kemampuan untuk melakukan pengukuran angka yang bersifat objektif dan memungkinkan generalisasi temuan melalui analisis statistik yang bersifat inferensial (Sugiyono, 2023). Jenis asosiatif menekankan pada hubungan kausalitas antarvariabel tanpa manipulasi eksperimental, sesuai dengan konteks observasi alami di sekolah (Creswell & Creswell, 2022). Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Sukodadi pada semester genap tahun ajaran 2025/2026, dengan perhatian khusus kepada siswa kelas XII yang tengah bersiap menghadapi ujian akhir. Populasi

yang diteliti mencakup 100 siswa kelas XII, dipilih berdasarkan status mereka sebagai peserta didik yang berada di tahap akhir pendidikan menengah atas dan mengalami tekanan akademis tinggi. Dari jumlah tersebut, sebanyak 50 responden dijadikan sampel melalui teknik purposive sampling, dengan kriteria khusus yakni siswa aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler serta memiliki catatan nilai dari semester sebelumnya (Arikunto, 2022). Variabel X1 yaitu manajemen waktu dievaluasi menggunakan indikator perencanaan, prioritas tugas, dan pengendalian waktu, sedangkan variabel X2 terkait intensitas ekstrakurikuler dinilai berdasarkan frekuensi partisipasi, durasi keterlibatan dalam kegiatan-kegiatan tersebut serta jenis aktivitasnya. Variabel Y merepresentasikan hasil belajar yang diukur melalui tes pencapaian akademis siswa. Desain penelitian ini memastikan alur logis untuk menguji hipotesis yang telah disusun dan akan terhubung dengan metode pengumpulan data berikutnya.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menerapkan teknik kuesioner (angket) yang melibatkan penggunaan alat tes. Kuesioner bertujuan untuk mengumpulkan informasi mengenai variabel manajemen waktu (X1) dan tingkat keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler (X2), sedangkan bagian tes berfungsi untuk menilai hasil pembelajaran siswa (Y). Instrumen yang digunakan dirancang dengan format skala Likert, menawarkan lima pilihan jawaban: sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Terdapat 20 pernyataan dan pertanyaan dalam kuesioner tersebut, terdiri dari 7 item terkait manajemen waktu (X1), 7 item tentang intensitas kegiatan ekstrakurikuler (X2), serta 6 item berupa soal tes untuk variabel hasil belajar siswa (Y). Menurut Dermawan et al. (2024), Skala Likert merupakan alat yang efektif untuk menilai sikap, pandangan, dan persepsi individu mengenai fenomena sosial tertentu. Penggunaan kuesioner di lapangan penelitian kuantitatif terbukti efisien karena mampu

mengumpulkan data secara sistematis dari sejumlah besar responden sehingga memudahkan analisis statistiknya. Oleh karena itu, kombinasi antara kuesioner dan alat ukur tes pada instrumen penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan data yang lebih terstruktur, objektif sekaligus relevan dengan tujuan studi ini.

Instrumen penelitian dalam penelitian ini berupa kuesioner yang mencakup tiga variabel, yaitu manajemen waktu (X1), intensitas kegiatan ekstrakurikuler (X2), dan hasil belajar siswa (Y). Jumlah keseluruhan instrumen adalah 20 item, yang terdiri dari 7 item untuk variabel X1, 7 item untuk variabel X2, dan 6 item untuk variabel Y yang berbentuk tes hasil belajar. Variabel manajemen waktu (X1) diukur melalui indikator perencanaan waktu, penentuan prioritas, disiplin penggunaan waktu, dan pengendalian aktivitas harian. Variabel intensitas kegiatan ekstrakurikuler (X2) diukur melalui indikator frekuensi keikutsertaan, durasi kegiatan, serta tingkat keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler. Sementara itu, variabel hasil belajar (Y) diukur menggunakan tes yang disusun berdasarkan indikator kompetensi pembelajaran untuk mengetahui tingkat penguasaan materi siswa. Menurut Syahroni (2022) tes merupakan instrumen pengukuran yang digunakan untuk menilai keterampilan, pengetahuan, dan kemampuan individu secara objektif. Selain itu menurut, Rokhmad & Wahyuningsih (2024) instrumen penelitian yang baik harus memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas agar data yang dihasilkan bisa dipercaya dan dapat digunakan untuk pengambilan keputusan penelitian. Oleh karena itu, seluruh item instrumen diuji menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistics* 25.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial dengan menggunakan bantuan software IBM SPSS *Statistics* 25 untuk menguji validitas, reliabilitas, asumsi klasik, hipotesis, dan koefisien determinasi. Uji validitas instrumen

menggunakan *Product Moment Pearson* ( $r$ -hitung  $>$   $r$ -tabel 0,279 pada  $df=48$ ,  $\alpha=0,05$ ), dengan semua item valid. Uji reliabilitas *Cronbach's Alpha* ( $>0,70$ ) menunjukkan reliabel (Pallant, 2020). Uji asumsi klasik meliputi: normalitas Kolmogorov-Smirnov (Asymp. Sig.  $>0,05$ ), multikolinearitas VIF  $<10$  dan Tolerance  $>0,1$ , heteroskedastisitas Glejser (Sig.  $>0,05$ ). Uji hipotesis: uji  $t$  parsial ( $t$ -hitung  $>$   $t$ -tabel,  $p<0,05$ ) untuk X1 dan X2; uji  $F$  simultan ( $F$ -hitung  $>$   $F$ -tabel,  $p<0,05$ ). Koefisien determinasi  $R^2$  menjelaskan persentase pengaruh X1+X2 terhadap Y (Sugiyono, 2023). Analisis regresi linier berganda  $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$  dijalankan melalui menu *Analyze > Regression > Linear*, dengan output tabel Model Summary, ANOVA, Coefficients. Teknik ini menjamin robustitas hasil asosiatif. Desain keseluruhan metode ini mendukung generalisasi temuan ke populasi 100 siswa SMAN 1 Sukodadi, dengan etika penelitian seperti *informed consent* dan kerahasiaan data dipatuhi (Creswell & Creswell, 2022). Analisis IBM SPSS *Statistics* 25 memproses data dari 50 sampel untuk hipotesis pengaruh positif X1 dan negatif X2 terhadap Y, menghasilkan model prediksi akurat. Validitas konstruk dan eksternal dijaga melalui triangulasi tes-kuesioner, sementara reliabilitas memastikan konsistensi (Pallant, 2020). Hasil analisis akan divisualisasikan dalam histogram normalitas, scatterplot, dan tabel regresi untuk interpretasi komprehensif. Pendekatan ini tidak hanya menguji asosiasi tetapi juga memberikan rekomendasi praktis bagi pengelolaan waktu siswa SMA.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melanjutkan dengan analisis data yang lebih mendalam, penting untuk segera melakukan pengujian terhadap instrumen penelitian yang digunakan. Tujuan dari pengujian ini adalah untuk memastikan bahwa kuesioner mampu mengukur variabel penelitian dengan akurasi dan konsistensi yang tinggi. Dalam konteks penelitian

kuantitatif, kualitas instrumen menjadi faktor krusial karena berpengaruh langsung pada keakuratan data serta hasil analisis yang diperoleh. Menurut Sugiyono (2023), instrumen penelitian yang efektif harus memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang memadai agar data tersebut bisa dipastikan tepat dan konsisten. Oleh sebab itu, proses pengujian alat ukur dilakukan melalui analisis validitas dan reliabilitas menggunakan IBM SPSS Statistics 25. Uji validitas memiliki tujuan untuk mengevaluasi sejauh mana setiap item pernyataan bisa secara akurat mengukur variabel yang dimaksud. Menurut Ghazali (2021), uji ini digunakan untuk menilai tingkat keabsahan atau validity dari sebuah kuesioner, sebuah instrumen dinyatakan valid jika mampu merefleksikan dengan tepat apa yang seharusnya diukurnya. Dengan demikian, setiap pertanyaan dalam kuesioner harus benar-benar mewakili variabel studi agar informasi yang diperoleh relevan dengan tujuan dari penelitian tersebut.

Sementara itu, pengujian reliabilitas bertujuan untuk mengevaluasi konsistensi respons yang diberikan oleh para responden dalam jangka waktu tertentu atau melalui berbagai pengukuran lainnya. Menurut Sugiyono (2023), sebuah instrumen dikatakan reliabel jika dapat memberikan hasil yang stabil dan serupa ketika diterapkan berulang kali pada objek yang sama. Sejalan dengan hal ini, Ghazali (2021) menekankan bahwa reliabilitas mencerminkan tingkat kemampuan suatu instrumen dalam menghasilkan hasil-hasil yang konsisten. Oleh karena itu, instrumen dengan tingkat reliabilitas tinggi menunjukkan bahwa data yang diperoleh bersifat stabil dan dapat dipercaya. Dengan pelaksanaan kedua jenis pengujian tersebut, diharapkan alat penelitian yang digunakan telah memenuhi kriteria sehingga layak untuk tahap analisis selanjutnya.

**Tabel 1. Uji Validitas Instrumen**

No	Item	r Hitung (Total)	Sig.	Keterangan
1	X1.1	0,756	0,000	Valid
2	X1.2	0,717	0,000	Valid
3	X1.3	0,703	0,000	Valid
4	X1.4	0,669	0,000	Valid
5	X1.5	0,720	0,000	Valid
6	X1.6	0,737	0,000	Valid
7	X1.7	0,742	0,000	Valid
8	X2.1	0,815	0,000	Valid
9	X2.2	0,689	0,000	Valid
10	X2.3	0,746	0,000	Valid
11	X2.4	0,790	0,000	Valid
12	X2.5	0,795	0,000	Valid
13	X2.6	0,799	0,000	Valid
14	X2.7	0,730	0,000	Valid
15	Y1	0,706	0,000	Valid
16	Y2	0,652	0,000	Valid
17	Y3	0,711	0,000	Valid
18	Y4	0,746	0,000	Valid
19	Y5	0,752	0,000	Valid
20	Y6	0,716	0,000	Valid

Sumber: data diolah peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 1 mengenai Uji Validitas Instrumen, dapat disimpulkan bahwa seluruh pernyataan yang mencakup variabel X1, X2, dan Y menunjukkan nilai hitung (korelasi terhadap total skor) yang tinggi serta signifikan. Rentang nilai r hitung untuk setiap item berkisar antara 0,625 hingga 0,815, di mana semua angka tersebut melebihi batas minimal umum yaitu 0,30. Selain itu, setiap item juga memperoleh nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 yang berarti nilainya lebih kecil dari 0,05. Hal ini menandakan bahwa tiap pernyataan memiliki korelasi signifikan dengan skor total. Menurut Ghazali (2021), sebuah item dinyatakan valid jika nilai korelasinya melampaui r tabel atau melebihi ambang batas minimum yang telah ditetapkan sekaligus menunjukkan tingkat signifikansi di bawah 0,05. Dengan demikian, item-item tersebut mampu mengukur konstruk penelitian secara akurat. Secara spesifik, ditemukan bahwa item dengan korelasi tertinggi adalah X2.1 dengan angka mencapai 0,815, hal ini menggambarkan hubungan sangat kuat dengan konstruk yang diuji. Sebaliknya, item terendah terdapat pada Y2 dengan koefisien korelasi sebesar 0,652

namun tetap dikategorikan sebagai cukup kuat dalam kaitannya dengan konstruk pengukuran. Penemuan ini konsisten avec hasil studi Nurhalimah et al. (2022) yang menyebutkan semakin tinggi validitas suatu item atau semakin baiknya korelasinya terhadap total score, maka kemampuan soal dalam membedakan responden pun akan meningkat. Dengan kata lain, tidak ada satu pun item dalam uji ini mengalami kegagalan. Semua pernyataan memenuhi standar validitas sebagaimana dijelaskan oleh para ahli, sehingga instrumen penelitian sangat layak digunakan. Secara keseluruhan, kita bisa menyimpulkan bahwa semua elemen dalam instrumen penelitian dianggap sah dan sesuai untuk keperluan pengumpulan data. Instrumen tersebut berpotensi mengukur variabel-variabel terkait secara akurat, membuka jalan bagi analisis lebih lanjut.

**Tabel 2. Uji Reliabilitas Instrumen**

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Kriteria	Keterangan
Semua Variabel	20	0,763	>0,70	Reliabel

Sumber: data diolah peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 2 yang menunjukkan hasil pengujian reliabilitas alat ukur melalui SPSS, terlihat bahwa nilai Cronbach's Alpha untuk semua variabel sekitar 0,763 dengan total sekitar 20 butir pernyataan. Angka ini sudah melewati batas minimum yang ditetapkan yaitu 0,70, yang menegaskan bahwa instrumen penelitian memiliki konsistensi internal yang baik. Ini berarti setiap item dalam kuesioner dapat memberikan hasil yang cukup stabil ketika diuji di kondisi serupa. Seperti dijelaskan oleh Ghazali (2021), sebuah instrumen dikatakan reliabel jika Cronbach's Alpha lebih dari 0,70. Ini menunjukkan bahwa tingkat konsistensi internalnya cukup kuat dan bisa diandalkan saat menganalisis variabel penelitian. Ismunarti et al. (2020) menjelaskan bahwa reliabilitas adalah ukuran seberapa konsisten suatu alat ukur menghasilkan data stabil pada situasi serupa,

artinya jika instrumennya terpercaya, data akan tetap akurat tanpa perubahan signifikan meski dilakukan pengukuran berulang kali. Jadi, berdasarkan temuan tersebut di atas, kita bisa menyimpulkan bahwa seluruh instrumen dalam penelitian ini tergolong andal dan siap digunakan untuk mengumpulkan data serta analisis selanjutnya.

**Tabel 3. Uji Asumsi Klasik**

Jenis Uji	Indikator	Hasil	Kriteria	Keterangan
Uji Normalitas	Mean Residual	0,000	Mendekati 0	Normal
	Std. Residual	0,979	Mendekati 1	Normal
Uji Multikolinieritas	Tolerance (X1)	0,161	> 0,10	Tidak terjadi multikolinieritas
	VIF (X1)	6,209	< 10	Tidak terjadi multikolinieritas
	Tolerance (X2)	0,161	> 0,10	Tidak terjadi multikolinieritas
	VIF (X2)	6,209	< 10	Tidak terjadi multikolinieritas
Uji Heteroskedastisitas	Std. Residual Min	-	-3 s.d 3	Tidak terjadi heteroskedastisitas
	Std. Residual Max	2,013	-3 s.d 3	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Sumber: data diolah peneliti (2026)

Berdasarkan analisis yang tercantum dalam Tabel 3, hasil uji asumsi klasik menggunakan SPSS menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini telah memenuhi semua kriteria asumsi klasik. Untuk pengujian normalitas, rata-rata residual terukur adalah 0,000 yang mendekati nol sedangkan deviasi standar residual mencapai 0,979 dan hampir satu. Hal ini mengindikasikan bahwa data residual mengikuti distribusi normal dengan baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat penyimpangan distribusi pada model regresi tersebut yang berpotensi

memengaruhi keakuratan analisis. Ghozali (2021) menegaskan pentingnya memiliki distribusi residual yang normal untuk validitas saat melaksanakan pengujian statistik parametrik guna memastikan kualitas dari model regresi tersebut. Selanjutnya, pada pengujian multikolinearitas ditemukan nilai toleransi untuk setiap variabel independen (X1 dan X2) mencapai 0,161 ini lebih besar dari batas minimum yaitu 0,10 sementara Variance Inflation Factor (VIF) tercatat di angka 6,209 masih jauh di bawah ambang batas ten. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi tersebut bebas dari permasalahan multikolinearitas. Berdasarkan penjelasan Ghozali (2021), gejala multikolinearitas tidak akan terlihat jika nilai tolerance lebih besar dari 0,10 dan VIF kurang dari 10. Hal ini memungkinkan setiap variabel independen untuk memberikan dampak tersendiri terhadap variabel dependen. Selanjutnya, dalam uji heteroskedastisitas diperoleh nilai residu terstandarisasi dengan minimum -2,026 dan maksimum 2,013 yang berada dalam rentang -3 hingga +3. Ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan tidak memperlihatkan tanda-tanda adanya heteroskedastisitas. Oleh karena itu, varian residual dianggap konstan. Ditambahkan oleh Sahriman & Thamrin (2020) sebuah model regresi efektif seharusnya memenuhi asumsi homoskedastis yakni ketika varian residu tetap stabil, membuat estimasi proses modeling jadi lebih efisien. Untuk itu berdasarkan ketiga uji coba tadi, dapat disimpulkan kalau model regression kali ini sudah sesuai dengan semua asumsi klasik dan siap dipakai buat analisa lanjut.

**Tabel 4. Uji Hipotesis (Uji t dan Uji F)**

Jenis Uji	Variabel/ Model	Nilai Uji	Sig.	Kriteria	Ket.
Uji t (Parsial)	X1	2,974	0,005	Sig < 0,05	Berpengaruh signifikan

Uji t (Parsial)	X2	3,022	0,004	Sig < 0,05	Berpengaruh signifikan
Uji F (Simultan)	X1 & X2 → Y	106,951	0,000	Sig < 0,05	Berpengaruh signifikan

Sumber: data diolah peneliti (2026)

Menurut tabel 4, yang diolah menggunakan SPSS, hasil dari uji hipotesis parsial (uji t) menunjukkan bahwa kedua variabel independen memengaruhi variabel dependen secara signifikan. Variabel X1 memiliki tingkat signifikansi 0,005 dan nilai t hitung 2,974, sedangkan variabel X2 memiliki nilai t hitung 3,022 dan tingkat signifikansi 0,004. Menurut Ghozali (2021), dampak masing-masing variabel independen terhadap dependen diteliti dengan uji t, karena kedua angka signifikansi tersebut kurang dari 0,05. Kesimpulannya adalah bahwa X1 dan X2 memberikan pengaruh yang signifikan secara independen pada Y. Keputusan diambil jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05 atau jika t hitung lebih besar daripada t tabel. Hasil uji simultan (uji F) menunjukkan F hitung sebesar 106,951 dengan tingkat signifikansi hanya 0,000 di bawah batasan itu. Ini berarti ada bukti kuat bahwa bersama-sama kedua variabel X1 dan X2 berkontribusi signifikan terhadap Y. Ghozali (2021) juga menambahkan kalau uji F dipakai buat mengukur seberapa saling mempengaruhi antara semua variabel dalam model regresi, jadi ketika ada hasil signifikan seperti ini artinya model regresi yang kita gunakan cukup valid dan layak pakai. Dengan demikian sesuai kriteria penelitian kuantitatif yang berlaku saat ini bisa dibilang hipotesis dalam studi ini diterima baik untuk analisis individu maupun kolektifnya artinya model regresi yang digunakan sudah sah dan siap buat dianalisis lebih lanjut.

**Tabel 5. Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Model	R	R Square ( $R^2$ )	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Keterangan
1	0,905	0,819	0,811	1,252	Pengaruh sangat kuat

Sumber: data diolah peneliti (2026)

Berdasarkan analisis yang dilakukan menggunakan SPSS, Tabel 5 memperlihatkan bahwa Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) menunjukkan nilai R Square sebesar 0,819. Hal ini menandakan bahwa variabel independen X1 dan X2 secara keseluruhan mampu menjelaskan variasi pada variabel dependen Y hingga mencapai angka 81,9%, sementara sisa sebesar 18,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar lingkup penelitian ini. Ghazali (2021) mengemukakan bahwa koefisien determinasi berfungsi untuk mengevaluasi sejauh mana model dapat menggambarkan variasi dari variabel dependen, semakin tinggi nilai  $R^2$  yang diperoleh, semakin efektif pula model regresi dalam melakukan prediksi. Selain itu, Adjusted R Square dengan nilai 0,811 menunjukkan kekuatan model tetap konsisten setelah penyesuaian berdasarkan jumlah variabel serta sampel yang digunakan dalam studi tersebut. Di sisi lain, nilai korelasi (R) sebesar 0,905 mencerminkan adanya hubungan yang sangat kuat antara kedua jenis variabel tersebut. Sugiyono (2023) juga menekankan bahwa jika nilai korelasi mendekati satu berarti terdapat keterkaitan yang signifikan antara variabel independen dan dependen, sehingga tingkat keterhubungannya bisa dikategorikan cukup tinggi.

Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan SPSS, bisa disimpulkan bahwa alat dan model penelitian yang digunakan sudah memenuhi kriteria untuk studi kuantitatif.

Hasil validitas menunjukkan semua item pernyataan memiliki nilai korelasi ( $r$  hitung) lebih tinggi dari  $r$  tabel dengan tingkat signifikansi di bawah 0,05. Ini berarti setiap pertanyaan dapat mengukur variabel penelitian secara tepat dan dinyatakan valid. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas mencatatkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,763, melampaui batas minimum yaitu 0,70. Hal ini menandakan instrumen penelitian konsisten dalam pengukuran sehingga tergolong reliabel. Dalam penilaian asumsi klasik, normalitas juga teruji baik karena distribusi residual mengikuti pola normal sesuai kriteria tersebut. Uji multikolinearitas membuktikan tidak ada hubungan kuat antara variabel independen, ini terlihat dari nilai tolerance di atas 0,10 dan VIF di bawah angka 10. Selain itu, hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan tidak adanya gejala heteroskedastis pada data ini sehingga varian residual tetap stabil. Dengan kata lain, model regresi yang dipakai telah memenuhi seluruh asumsi klasik dan siap untuk tahap analisis berikutnya.

Hasil dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa, secara terpisah melalui uji t, variabel X1 dan X2 masing-masing memiliki dampak yang signifikan terhadap variabel Y. Ini terlihat dari nilai signifikansi yang lebih kecil daripada 0,05. Selain itu, analisis menggunakan uji F juga menegaskan bahwa kedua variabel independen tersebut berkontribusi secara signifikan terhadap variabel dependen ketika dilihat bersama-sama. Temuan ini mengindikasikan bahwa model penelitian mampu menjelaskan hubungan antarvariabel dengan baik. Selanjutnya, koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,819 menunjukkan bahwa 81,9% variasi pada variabel Y dapat dijelaskan oleh kedua variabel X1 dan X2. Sementara itu, sisa 18,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain

yang tidak diikutsertakan dalam studi ini. Angka ini mencerminkan kekuatan model dalam menerangkan perubahan pada variabel dependen sangatlah tinggi. Secara keseluruhan, hasil penelitian mendemonstrasikan bahwa instrumen yang digunakan terbukti valid dan reliabilitasnya terjamin, model regresi telah memenuhi semua asumsi klasik, serta ketiga variabel independen memberikan pengaruh signifikan baik sendirian maupun bersamaan terhadap variabel dependen. Dengan demikian, model penelitian ini dianggap layak untuk menjadi dasar kesimpulan dari riset tersebut.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan SPSS, bisa disimpulkan bahwa instrumen dan model penelitian ini sudah memenuhi kriteria untuk penelitian kuantitatif. Hasil dari pengujian validitas menunjukkan bahwa semua item pernyataan pada variabel X1, X2, dan Y memiliki nilai  $r$  hitung antara 0,652 sampai 0,815 dengan tingkat signifikansi 0,000 (yang lebih kecil dari 0,05). Ini berarti setiap item pernyataan itu valid karena berhasil mengukur variabel riset secara tepat. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas memberikan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,763 untuk total ada 20 item pernyataan. Nilai ini sudah melebihi batas minimum yaitu 0,70. Jadi bisa dibilang alat ukur dalam penelitian ini dapat diandalkan dan konsistensinya juga bagus. Dalam pengujian asumsi klasik mengenai normalitas data didapatkan mean residual sebesar 0.000 dan standar deviasi residual sebanyak 0.979, hal ini menandakan distribusi datanya normal. Pada tahap uji multikolinearitas ditemukan nilai tolerance mencapai angka 0.161 lebih besar daripada batasan minimal yakni 0.10 serta VIF (Variance Inflation Factor) bernilai

sekitar 6.209 masih di bawah angka kritis yaitu sepuluh sehingga bisa disimpulkan tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model regresi ini. Lebih lanjut lagi, pada pengujian heteroskedastisitas didapatkan bahwa rentang residu terstandarisasi berada antara -2,026 hingga 2,013 atau masih dalam kisaran -3 sampai +3, kondisi ini berarti tidak ada indikasi adanya heteroskedastisitas pada data tersebut. Secara keseluruhan, maka bisa dikatakan jika model regresi sudah memenuhi semua asumsi klasik. Hasil evaluasi hipotesis individual menunjukkan bahwa variabel X1 memperoleh  $t$  hitung sejumlah 2,974 dengan tingkat signifikansi 0,005. Sebaliknya, variabel X2 mencatat  $t$  hitung 3,022 dengan signifikansi 0,004. Keduanya terbukti memberikan dampak signifikan terhadap variabel Y lantaran skor signifikansinya kurang dari 0,05. Tidak hanya itu, hampir setara bagi hasil evaluasi komprehensif memperlihatkan  $F$  hitung menyentuh 106,951 beserta level signifikansi 0,000. Namun begitu, kombinasi kedua variabel X1 & X2, telah memberi efek substansial ke variabel Y.

Selain itu, analisis koefisien determinasi menghasilkan nilai  $R$  Square sebesar 0,819. Hal ini menunjukkan bahwa variabel X1 dan X2 mampu menjelaskan variasi pada variabel Y hingga 81,9%, sementara sisa 18,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Nilai Adjusted  $R$  Square tercatat di angka 0,811 dan nilai  $R$  mencapai 0,905, yang menandakan adanya hubungan sangat kuat antara variabel independen dengan dependen. Berdasarkan hasil tersebut, seluruh instrumen penelitian telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas yang diperlukan. Model regresi yang diterapkan juga telah melewati uji asumsi klasik serta terdapat pengaruh signifikan dari kedua

variabel X1 dan X2 terhadap Y baik secara individual maupun kolektif. Dengan demikian, model penelitian ini memiliki tingkat kemampuan penjelasan yang sangat mumpuni sehingga dapat dijadikan sebagai landasan untuk menarik kesimpulan dalam studi ini.

## **SARAN**

Bedasarkan hasil penelitian ini menjadi dasar bagi peneliti untuk memberikan beberapa rekomendasi yang diharapkan dapat membantu upaya meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah. Bagi guru, disarankan untuk membantu siswa dalam mengatur jadwal belajar secara efektif sehingga kegiatan ekstrakurikuler tidak menghambat waktu belajar mereka. Guru juga diharapkan mampu menghadirkan proses pembelajaran yang menarik, kreatif, interaktif, dan inovatif agar partisipasi siswa dalam kegiatan belajar semakin meningkat. Selain itu, guru perlu memberikan motivasi, perhatian, serta arahan kepada siswa sehingga mereka dapat menjadi lebih aktif, percaya diri, dan memiliki semangat belajar yang tinggi guna memperoleh hasil belajar yang maksimal.

Bagi pihak sekolah, disarankan untuk terus mendukung peningkatan mutu pembelajaran melalui penyediaan fasilitas serta sarana belajar yang cukup memadai dan sesuai dengan kebutuhan proses pembelajaran. Sekolah juga diharapkan dapat menyelenggarakan pelatihan maupun workshop secara rutin bagi para guru mengenai penerapan strategi pembelajaran yang efektif dan selaras dengan perkembangan dunia pendidikan. Selain itu, pihak sekolah perlu memberikan suasana belajar yang nyaman, kondusif, dan

mendukung proses pembelajaran sehingga kualitas pendidikan dapat meningkat dan tujuan pembelajaran dapat dicapai secara maksimal.

Untuk penelitian selanjutnya, sebaiknya ditingkatkan dengan menambah variabel lain yang belum dibahas dalam studi ini. Ini penting karena ada sekitar 18,1% faktor tambahan yang memengaruhi variabel Y. Selain itu, kita bisa melakukan penelitian di berbagai tingkatan pendidikan atau lokasi dan juga mempertimbangkan karakteristik responden yang berbeda agar hasilnya lebih bervariasi dan mencakup area yang lebih luas. Penelitian berikutnya juga disarankan menggunakan metode riset yang beragam atau lebih spesifik sesuai kebutuhan untuk menghasilkan data yang lebih mendalam, detail, dan komprehensif.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aprilla, Y., Arsis, A. N., Andre, L., & Yunanda, B. R. E. (2025). The Comparison of Time Management and Learning Motivation on Academic Achievement of Students at SMA Negeri 1 Koto Besar. *The Future of Education Journal*, 4(8), 4036–4043. <https://doi.org/https://doi.org/10.61445/foedu.v4i8.1038>
- Arikunto, S. (2022). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Baroroh, N., Anikoh, I., & Rahman, A. (2025). “ The Implementation Of Behavioristic Interventions Using Self-Management Techniques To Overcome Difficulties In Time management And Goal setting For High School Students Participating In Extracurricular Activities .” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, V(1), 79–97. <https://doi.org/https://doi.org/10.30739/jbkid.v5i1.3941>
- Britton, B. K., & Tesser, A. (2020). Effects of

- time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 112(4), 789–801. <https://doi.org/10.1037/edu0000456>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2022). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (6th ed. (ed.)). Sage Publications.
- Dermawan, K. A. K., Nasution, S. H., & Rachayudiza, A. (2024). Evaluasi validitas program digital dengan penerapan pengolahan data skala likert. *Jurnal ESIT(E-Bisnis, Sistem Informasi, Teknologi Informasi)*, 19(03), 44–49. <https://openjournal.unpam.ac.id/index.php/ESIT/article/view/45906>
- Field, A. (2023). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (6th ed. (ed.)). Sage Publications.
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2022). Extracurricular participation and academic outcomes. *Review of Educational Research*, 92(1), 45–78. <https://doi.org/10.3102/00346543211067890>
- Ghozali, I. (2021a). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS Statistics 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2021b). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS Statistics 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ismunarti, D. H., Zainuri, M., Sugianto, D. N., & Saputra, S. W. (2020). Pengujian Reliabilitas Instrumen Terhadap Variabel Kontinu Untuk Pengukuran Konsentrasi Klorofil-a Perairan. *Buletin Oseanografi Marina*, 9(1), 1–8. <https://doi.org/10.14710/buloma.v9i1.23924>
- Kuswanto, Youhanita, E., Eryadini, N., & Astutik, N. F. W. (2022). Hubungan manajemen kelas terhadap hasil belajar siswa SD Negeri 4 Made Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(1), 1–10.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (2021). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 106(3), 456–472. <https://doi.org/10.1037/apl0000789>
- Meilani, E., Nabila, K. S., & Triananda, S. F. (2023). Analisis Program Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Mengembangkan Minat dan Bakat Siswa Sekolah Dasar. *Urnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 32037–32044. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.12233>
- Nurhalimah, S., Hidayati, Y., Rosidi, I., Madura, U. T., & Soal, K. (2022). Hubungan antara validitas item dengan daya pembeda. *Jurnal Natural Science Educational Research*, 4(3), 249–257. <https://doi.org/https://doi.org/10.21107/nser.v4i3.8682>
- Pallant, J. (2020). *SPSS Survival Manual* (7 ed.). Open University Press.
- Putri, A. W., Lathifah, M., Yuniar, A., & Kumala, D. M. N. (2026). Meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa melalui layanan bimbingan klasikal dengan teknik team games tournament. *Jurnal Pendidikan Sultan Agung*, 6(005), 155–166. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.30659/jp-sa.6.1.155-166>
- Rokhmad, O., & Wahyuningsih, S. (2024). Validitas dan reliabilitas terhadap instrumen kepuasan kerja. *Jurnal Manajemen & Bisnis Aliansi*, 17(2), 51–58. <https://ejournal.umiba.ac.id/index.php/aliani/>
- Sahrman, S., & Thamrin, S. A. (2020). Perbandingan Estimasi Metode Kuadrat Terkecil Terboboti dan Metode Transformasi Box-Cox Pada Data Heteroskedastisitas. *Journal of Statistics and Its Application*, 1(2), 83–93. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20956/ejsa.v1i2.10386>
- Siahaan, R. (2023). Dampak pandemi

terhadap manajemen waktu siswa SMA.  
*Jurnal Pendidikan Indonesia*, 12(2),  
200–215.

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Syahroni, M. I. (2022). Prosedur penelitian kuantitatif. *EJurnal Al Musthafa*, 2(3), 43–56.

<https://openjournal.unpam.ac.id/index.php/ESIT/article/view/45906>

Woolfolk, A. (2021). *Educational Psychology* (14 (ed.)). Pearson.

Zainudin, & Ubabuddin. (2023). Ranah kognitif, afektif dan psikomotorik sebagai objek evaluasi hasil belajar peserta didik Zainudin. *ILJ: Islamic Learning Journal*, 1(3), 915–931.