

**ANALISIS KORELASI MANAJEMEN WAKTU DENGAN TINGKAT  
BEBAN KERJA MENTAL PADA MAHASISWA TEKNIK INDUSTRI  
UPN “VETERAN” JAWA TIMUR**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Teknik  
Program Studi Teknik Industri



**Diajukan Oleh:**

**SITI WAHYU NIDA**

**NPM: 18032010128**

**PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI  
FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN”  
JAWA TIMUR  
SURABAYA  
2022**

SKRIPSI

ANALISIS KORELASI MANAJEMEN WAKTU DENGAN TINGKAT  
BEBAN KERJA MENTAL PADA MAHASISWA TEKNIK INDUSTRI

UPN "VETERAN" JAWA TIMUR

Disusun Oleh:

SITI WAHYU NIDA

18032010128

Telah dipertahankan dihadapan dan diterima oleh Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Teknik Industri Fakultas Teknik

Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur Surabaya

Pada Tanggal: 14 Juli 2022

Tim Penguji:

1.

Dr. Dira Ernawati, ST., MT.  
NIP. 19780602 202121 2 033

2.

Dr. Ir. Minto Waluvo, MM.  
NIP. 19611130 199003 1 001

3.

Ir. MT. Safirin, MT.  
NIP. 19630406 198903 1 001

Pembimbing:

1.

Ir. MT. Safirin, MT.  
NIP. 19630406 198903 1 001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Teknik

Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur  
Surabaya

Dr. Dra. Jarivah, MP  
NIP. 19650403 199103 2 001



**KETERANGAN REVISI**

Mahasiswa di bawah ini:

Nama : SITI WAHYU NIDA

NPM : 18032010128

Program Studi : ~~Teknik Kimia / Teknik Industri / Teknologi Pangan /~~  
~~Teknik Lingkungan / Teknik Sipil~~

Telah mengerjakan revisi / ~~tidak ada revisi~~ \*) PRA-RENCANA (DESAIN) / SKRIPSI / TUGAS-  
AKHIR-Ujian Lisan Periode  Juli 2022  , TA  .2022  .

Dengan judul : Analisis Korelasi Manajemen Waktu dengan Tingkat Beban Kerja Mental pada  
Mahasiswa Teknik Industri UPN "Veteran" Jawa Timur

Dosen Penguji yang memerintahkan revisi

1. Dr. Dira Ernawati, ST., MT.
2. Dr. Ir. Minto Waluyo, MM.
3. Ir. MT. Safirin, MT.

Surabaya, 19 Juli 2022

Menyetujui,  
Dosen Pembimbing

Ir. MT. Safirin, MT.

NIP. 19630406 198903 1 001

Catatan: \*) coret yang tidak perlu

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Siti Wahyu Nida  
Program Studi : Teknik Industri  
NPM : 18032010128  
Alamat : Desa Sumurcinde, Kec. Soko, Tuban  
No. HP : 082243446275  
Alamat E-mail : [wahyu.nida.24@gmail.com](mailto:wahyu.nida.24@gmail.com)

Dengan ini menyatakan bahwa isi sebagian maupun keseluruhan penelitian saya dengan judul: ANALISIS KORELASI MANAJEMEN WAKTU DENGAN TINGKAT BEBAN KERJA MENTAL PADA MAHASISWA TEKNIK INDUSTRI UPN VETERAN JAWA TIMUR.

Adalah benar penelitian saya sendiri atau bukan plagiasi hasil penelitian orang lain, diselesaikan tanpa menggunakan bahan-bahan yang tidak diijinkan dan saya ajukan sebagai persyaratan kelulusan program sarjana Teknik Industri Fakultas Teknik UPN 'Veteran' Jawa Timur. Apabila ternyata pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagai sebagai mana mestinya.

Surabaya, 10 Juli 2022

Mengetahui,  
Koorprogdi Teknik Industri

Yang Membuat Pernyataan



Dr. Dira Ernawati, ST., MT  
NIP.19780602 202121 2 003



Siti Wahyu Nida  
NPM. 18032010128

## **KATA PENGANTAR**

Segala Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Analisis Korelasi Manajemen Waktu dengan Tingkat Beban Kerja Mental pada Mahasiswa Teknik Industri UPN ‘Veteran’ Jawa Timur” sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Sarjana (S1) Program Studi Teknik Industri Fakultas Teknik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Ibu Dr. Dra. Jariyah, MP selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jawa Timur yang telah memberikan izin dalam penulisan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Dira Ernawati, ST. MT selaku Koordinator Program Studi teknik Industri Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jawa Timur yang telah memberikan kelancaran pelayanan dan urusan Akademik.
3. Bapak Ir. MT Safirin, MT selaku dosen pembimbing I atas segala bimbingan dan arahan serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

4. Bapak Tranggono, ST. MT selaku dosen Pembimbing II atas segala bimbingan, arahan serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Ir. Endang Pudji W, MMT selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu penulis dalam mengikuti dan menyelesaikan studi di Program Studi Teknik Industri Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jawa Timur.
6. Seluruh Dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang tak ternilai selama penulis menempuh pendidikan Sarjana di Program Studi Teknik Industri Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jawa Timur.
7. Kedua orang tua penulis, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasihat serta atas kesabaran yang luar biasa dalam setiap langkah hidup penulis.
8. Kedua adik penulis, yang selalu memberikan doa dan dukungan untuk setiap hal yang penulis kerjakan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik isi maupun susunannya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis tetapi juga bagi para pembaca.

Surabaya, 20 Juli 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	5
1.3 Batasan Masalah .....	5
1.4 Asumsi-Asumsi .....	6
1.5 Tujuan Penelitian .....	6
1.6 Manfaat Penelitian .....	7
1.7 Sistematika Penulisan .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
2.1 Beban Kerja .....	10
2.2 Beban Kerja Mental.....	12
2.2.1 Pengukuran Beban Kerja Mental .....	15
2.3 Metode NASA-TLX.....	17
2.4 Manajemen Waktu.....	21
2.4.1 Faktor-Faktor Manajemen Waktu .....	22
2.4.2 Aspek-Aspek Manajemen Waktu .....	24
2.5 Teori <i>Sampling</i> .....	26
2.5.1 Teknik Pengambilan Sampel.....	27
2.6 Analisis Korelasi .....	28
2.7 Uji Beda.....	29
2.8 Uji Validitas.....	31
2.9 Uji Reliabilitas.....	31
2.10 Penelitian Terdahulu.....	32

2.11	Kerangka Konsep .....	35
2.12	Hipotesis .....	37
<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
3.1	Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
3.2	Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel .....	38
3.3	Langkah-Langkah Pemecahan Masalah .....	41
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>48</b>
4.1	Pengumpulan Data.....	48
4.1.1	Penyusunan Kuisisioner.....	49
4.2	Pelaksanaan Penelitian .....	50
4.2.1	Penentuan Populasi dan Sampel.....	50
4.3	Pengolahan Data .....	51
4.3.1	Uji Kecukupan Data.....	51
4.3.2	Deskripsi Subjek Penelitian .....	52
4.3.3	Uji Validitas .....	52
4.3.4	Uji Reliabilitas .....	55
4.3.5	Penentuan Kategori .....	57
4.3.6	Uji Normalitas.....	70
4.3.7	Uji Hipotesis .....	73
4.4	Pembahasan .....	76
4.4.1	Perbedaan antara Manajemen Waktu pada Perkuliahan Luring dengan Daring .....	76
4.4.2	Korelasi Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Luring dengan Tingkat Beban Kerja Mental.....	78
4.4.3	Korelasi Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Daring dengan Beban Kerja Mental .....	80
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>82</b>
5.1	Kesimpulan.....	82
5.2	Saran .....	83

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Keterangan Dimensi NASA-TLX.....	18
Tabel 2.2 Pembobotan dimensi NASA-TLX.....	19
Tabel 2.3 Skala NASA-TLX.....	21
Tabel 2.4 Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi .....	29
Tabel 2.5 Penelitian Terdahulu .....	32
Tabel 3.1 Aspek dan Indikator dalam Skala Manajemen Waktu.....	40
Tabel 4.1 Skor Skala Likert .....	49
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Penelitian .....	52
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Luring .....	53
Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Daring .....	54
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas.....	56
Tabel 4.6 Deskripsi Statistik Manajemen Waktu pada Perkuliahan Luring .....	57
Tabel 4.7 Kategorisasi Manajemen Waktu pada Perkuliahan Luring.....	58
Tabel 4.8 Frekuensi dan Presentase Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Luring.....	59
Tabel 4.9 Deskripsi Statistik Manajemen Waktu pada Perkuliahan Daring .....	60
Tabel 4.10 Kategorisasi Manajemen Waktu pada Perkuliahan Daring .....	62
Tabel 4. 11 Frekuensi dan Persentase Manajemen Waktu pada Perkuliahan Daring .....	62
Tabel 4.12 Hasil Rekapitulasi Skor Beban Kerja Mental .....	65
Tabel 4.13 Proporsi Indikator Beban Kerja Mental pada Model Perkuliahan Luring dan Daring .....	69
Tabel 4.14 Hasil Uji <i>Spearman Correlations</i> .....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Sampling .....	27
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian .....	36
Gambar 3.1 Langkah-Langkah Penelitian.....	42
Gambar 4.1 <i>Output</i> Uji Normalitas Variabel Beban Kerja Mental pada Model Perkuliahan Luring.....	71
Gambar 4.2 <i>Output</i> Uji Normalitas Variabel Beban Kerja Mental pada Model Perkuliahan Daring.....	71
Gambar 4.3 <i>Output</i> Uji Normalitas Variabel Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Luring.....	72
Gambar 4.4 <i>Output</i> Uji Normalitas Variabel Manajemen Waktu pada Model Perkuliahan Daring.....	72
Gambar 4.5 <i>Output</i> Uji Wilcoxon <i>Signed Test</i> .....	74

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 - Skala Pengukuran Manajemen Waktu
- Lampiran 2 - Skala Pengukuran Beban Kerja Mental
- Lampiran 3 - Hasil Uji Validitas
- Lampiran 4 - Data Kuesioner Manajemen Waktu
- Lampiran 5 - Data Kuesioner Tingkat Beban Kerja Mental

## ABSTRAK

Perguruan tinggi senantiasa melakukan pembenahan berkelanjutan untuk memperbaiki kualitas mahasiswa. Pembenahan secara berkelanjutan ini mengharuskan mahasiswa beradaptasi dengan tuntutan akademik yang berubah mengikuti perkembangan zaman. Perubahan model pembelajaran ini mempengaruhi kondisi mental mahasiswa. Ditandai dengan munculnya indikasi beban mental seperti rasa lelah, cemas bahkan stres. Dalam beberapa penelitian, terjadinya beban kerja mental diduga dipengaruhi oleh faktor kemampuan mahasiswa dalam melakukan manajemen waktu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara manajemen waktu dengan tingkat beban kerja mental pada model perkuliahan luring dan model perkuliahan daring. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 80 orang mahasiswa program studi teknik industri UPN Veteran Jawa Timur angkatan 2018 dan 2019. Teknik analisis yang digunakan adalah uji korelasi dan uji beda. Untuk hasil uji beda dengan uji wilcoxon dan tingkat kepercayaan 95% ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kinerja manajemen waktu pada model perkuliahan tatap muka (luring) dengan manajemen waktu pada model perkuliahan jarak jauh (daring). Berdasarkan hasil analisis korelasi *Spearsman's* diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,342 yang menunjukkan adanya korelasi lemah antara manajemen waktu pada perkuliahan luring (XL) dan tingkat beban kerja mental (Y). Sedangkan koefisien korelasi sebesar -0,733 menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara manajemen waktu pada perkuliahan daring (XD) dengan tingkat beban kerja mental (Y) Nilai koefisien korelasi negatif memiliki arti bahwa terdapat hubungan tidak searah yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat, dimana semakin menurunnya kinerja manajemen waktu (X) maka tingkat beban kerja mental (Y) akan semakin meningkat begitu pula sebaliknya.

**Kata Kunci:** Manajemen Waktu, Beban Kerja Mental, Korelasi, Mahasiswa.

## **ABSTRACT**

*Universities always make continuous improvements to improve the quality of students. This continuous improvement requires students to adapt to changing academic demands following the times. This change in learning model affects the mental condition of students. Characterized by the emergence of indications of mental burden such as fatigue, anxiety and even stress. In several studies, the occurrence of mental workload is thought to be influenced by the student's ability to manage time. The purpose of this study was to determine the correlation between time management and the level of mental workload in the offline lecture model and online lecture model. This study used a sample of 80 students of the UPN Veterans East Java industrial engineering study program class 2018 and 2019. The analysis technique used was the correlation test and the difference test. For the results of the different test with the Wilcoxon test and the 95% confidence level, it was found that there was a significant difference between the performance of time management in the face-to-face lecture model (offline) and time management in the distance lecture model (online). Based on the results of Spearsman's correlation analysis, a correlation coefficient of -0.342 was obtained which indicates a weak correlation between time management in offline lectures (XL) and the level of mental workload (Y). While the correlation coefficient of -0.733 indicates a strong correlation between time management in online lectures (XD) and the level of mental workload (Y). A negative correlation coefficient value means that there is a significant unidirectional relationship between the independent variable and the dependent variable, where the more the decrease in time management performance (X) then the level of mental workload (Y) will increase and vice versa.*

**Keywords:** *Time Management, Mental Workload, Correlation, Students*