



Analisis Pola Waktu Belajar Mahasiswa Menggunakan Statistik Deskriptif

Muhamad Alfin Mutaqin¹, Sandi Perdana², Hapizd Nuryadin³, Ikhsan Ashafi⁴, Perani Rosyani⁵

¹⁻⁵Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Pamulang, Tangerang Selatan, Indonesia

Email: ¹*muhamadalfin827@gmail.com, ²opyayasan.sandi@gmail.com, ³Hapizdnuryadin1412@gmail.com, ⁴ikhsanashafi175@gmail.com, ⁵dosen00837@unpam.ac.id

(* : coresponding author)

Abstrak—Penelitian ini menganalisis pola waktu belajar mahasiswa menggunakan pendekatan statistik deskriptif. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring dari 23 mahasiswa aktif di wilayah Jabodetabek dengan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan IBM SPSS Statistics versi 27 untuk menghitung parameter statistik deskriptif (mean, median, standar deviasi, skewness, kurtosis) dan visualisasi data (histogram, boxplot). Hasil penelitian menunjukkan rata-rata waktu belajar pada hari aktif (Senin-Jumat) sebesar 2,57 jam/hari dengan standar deviasi 1,14 jam, sedangkan pada akhir pekan (Sabtu-Minggu) rata-ratanya lebih rendah yaitu 1,77 jam/hari dengan variasi lebih tinggi (standar deviasi 1,99 jam). Distribusi data waktu belajar hari aktif cenderung normal (skewness=0,616; kurtosis=0,545), sementara data akhir pekan sangat menceng ke kanan (skewness=3,357) dengan keberadaan *outlier*. Mayoritas responden (78,3%) bekerja penuh waktu yang mempengaruhi alokasi waktu belajar. Distraksi digital dan lingkungan menjadi faktor penghambat utama efektivitas belajar. Penelitian ini merekomendasikan pengembangan strategi manajemen waktu dan program pendampingan akademik khusus bagi mahasiswa pekerja.

Kata Kunci: waktu belajar; statistik deskriptif; mahasiswa pekerja; manajemen waktu; distraksi digital.

Abstract—This study analyzes student study time patterns using a descriptive statistics approach. Data were collected through online questionnaires from 23 active students in the Jabodetabek area using accidental sampling technique. Data analysis used IBM SPSS Statistics version 27 to calculate descriptive statistical parameters (mean, median, standard deviation, skewness, kurtosis) and data visualization (histogram, boxplot). Results show the average study time on active days (Monday-Friday) is 2.57 hours/day with standard deviation 1.14 hours, while on weekends (Saturday-Sunday) the average is lower at 1.77 hours/day with higher variation (standard deviation 1.99 hours). The distribution of study time data on active days tends to be normal (skewness=0.616; kurtosis=0.545), while weekend data is highly skewed to the right (skewness=3.357) with outliers. The majority of respondents (78.3%) work full-time, which affects study time allocation. Digital and environmental distractions are the main inhibiting factors of learning effectiveness. This study recommends developing time management strategies and special academic mentoring programs for working students.

Keywords: study time; descriptive statistics; working students; time management; digital distraction.

1. PENDAHULUAN

Pengelolaan waktu belajar merupakan salah satu faktor kunci yang memengaruhi keberhasilan akademik mahasiswa di perguruan tinggi. Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk mengikuti perkuliahan formal, tetapi juga diharapkan mampu mengalokasikan waktu belajar mandiri secara efektif dan konsisten. Waktu belajar mandiri mencakup aktivitas membaca materi, mengerjakan tugas, mempersiapkan ujian, serta melakukan diskusi akademik di luar jam kuliah. Ketidakefektifan dalam mengatur waktu belajar dapat berdampak pada rendahnya pemahaman materi dan pencapaian akademik mahasiswa (Shui et al., 2022). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa durasi dan konsistensi waktu belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi akademik. Mahasiswa dengan jam belajar yang terstruktur cenderung memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang lebih baik. Temuan tersebut menegaskan bahwa waktu belajar bukan hanya persoalan kuantitas, tetapi juga keteraturan dalam penggunaannya (Sudarwati & Chalimah, 2022). Di sisi lain, kondisi mahasiswa modern semakin kompleks. Banyak mahasiswa yang harus membagi waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik, termasuk bekerja paruh waktu. Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah menghadapi tantangan signifikan dalam mengatur waktu belajar (Agustina & Mardalis, 2024).



Faktor psikologis seperti motivasi belajar juga memiliki peran penting dalam menentukan alokasi waktu belajar mahasiswa. Mahasiswa dengan motivasi belajar tinggi cenderung lebih disiplin dalam mengatur waktu belajar (Lumbanraja & Julia, 2022; Putri & Marsofiyati, 2024). Selain motivasi, distraksi digital menjadi tantangan utama dalam pengelolaan waktu belajar mahasiswa saat ini. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengganggu fokus dan efektivitas belajar (Puspita, 2023). Pendekatan statistik deskriptif dapat digunakan untuk menggambarkan pola waktu belajar mahasiswa secara objektif. Statistik deskriptif efektif dalam memetakan perilaku mahasiswa berdasarkan data empiris (Nurhayati et al., 2025). Selain itu, pendekatan sistematis dalam analisis data berbasis teknologi dapat mendukung pencatatan aktivitas mahasiswa secara lebih terstruktur (Rosyani et al., 2024). Oleh karena itu, analisis waktu belajar mahasiswa menjadi penting untuk memberikan gambaran nyata mengenai perilaku belajar dan menjadi dasar evaluasi akademik di perguruan tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Menganalisis pola waktu belajar mahasiswa berdasarkan data kuesioner mingguan; (2) Menghitung dan menginterpretasi statistik deskriptif dari data waktu belajar mahasiswa; (3) Mengidentifikasi pengaruh faktor internal dan eksternal terhadap efektivitas waktu belajar; (4) Menyajikan visualisasi data berupa histogram dan boxplot guna melihat persebaran waktu belajar; (5) Memberikan rekomendasi berbasis data untuk meningkatkan manajemen waktu belajar mahasiswa.

2. METODE

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan strategi metode deskriptif. Pemilihan pendekatan kuantitatif didasarkan pada sifat data utama yang bersifat numerik dan dapat diukur secara objektif, yaitu durasi waktu belajar mahasiswa yang dinyatakan dalam satuan jam. Karakteristik data ini memungkinkan penerapan analisis statistik yang sistematis dan terstruktur, sehingga memberikan hasil yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Sugiyono, 2021).

2.2 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh mahasiswa aktif Universitas Pamulang yang sedang menempuh studi pada berbagai program studi, serta diperluas kepada mahasiswa dari perguruan tinggi lain di wilayah Jabodetabek yang secara sukarela bersedia berpartisipasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan kriteria inklusi: (1) mahasiswa aktif pada semester berjalan, (2) mengisi kuesioner secara lengkap dan konsisten. Total sampel yang valid berjumlah 23 mahasiswa.

2.3 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian utama yang digunakan adalah kuesioner daring yang dikembangkan menggunakan platform Google Form. Kuesioner terdiri dari tiga bagian: (1) karakteristik demografis responden (jenis kelamin, semester, status pekerjaan), (2) durasi waktu belajar harian selama satu minggu (Senin-Minggu) dalam satuan jam, (3) faktor pendukung dan penghambat (distraksi media sosial, motivasi belajar, disiplin belajar). Instrumen telah melalui validasi konten dan uji reliabilitas.

2.4 Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan statistik deskriptif dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 27. Teknik analisis mencakup perhitungan berbagai ukuran pemusatan dan penyebaran data, yaitu: mean (rata-rata aritmetik), median (nilai tengah), standar deviasi (ukuran variasi data), skewness (kemencengan distribusi), dan kurtosis (keruncingan distribusi). Selain analisis numerik, visualisasi data juga menjadi komponen integral dengan menggunakan histogram untuk menampilkan distribusi frekuensi durasi belajar dan boxplot untuk mengidentifikasi outlier dan membandingkan distribusi data antar kelompok ((Rufiana et al., 2020).



3. ANALISA DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

Hasil analisis frekuensi menunjukkan bahwa mayoritas responden (78,3%) merupakan mahasiswa yang bekerja penuh waktu. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu sebesar 8,7%, sedangkan mahasiswa yang tidak bekerja hanya 13%. Distribusi ini mencerminkan realitas mahasiswa kontemporer yang menghadapi tuntutan ganda antara pendidikan tinggi dan kebutuhan ekonomi.

Tabel 1. Distribusi Status Bekerja Mahasiswa

Status Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Bekerja	3	13,0
Ya, Part-time	2	8,7
Ya, Full-time	18	78,3
Total	23	100,0

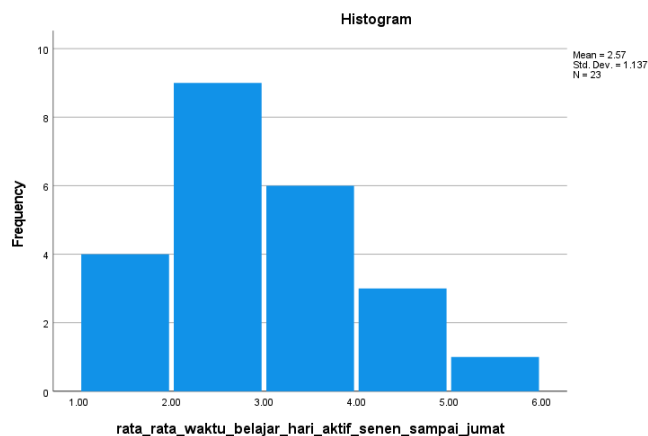
3.2 Statistik Deskriptif Waktu Belajar

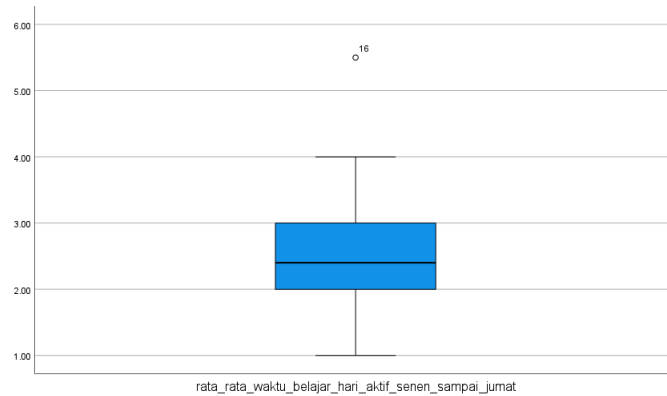
3.2.1 Waktu Belajar Hari Aktif (Senin-Jumat)

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, rata-rata waktu belajar mahasiswa pada hari aktif memiliki nilai mean sebesar 2,57 jam per hari. Nilai median berada pada angka 2,40 jam. Standar deviasi sebesar 1,14 jam menunjukkan variasi waktu belajar yang tergolong sedang. Nilai minimum waktu belajar tercatat sebesar 1 jam, sedangkan nilai maksimum mencapai 5,5 jam per hari. Nilai skewness sebesar 0,616 menunjukkan distribusi data sedikit menceng ke kanan. Nilai kurtosis sebesar 0,545 menunjukkan distribusi data cenderung mendekati distribusi normal dengan sedikit kecenderungan leptokurtik.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Waktu Belajar Hari Aktif

Statistik	Nilai	Std. Error
Mean	2,5739	0,23701
Median	2,4000	
Std. Deviation	1,13667	
Minimum	1,00	
Maximum	5,50	
Range	4,50	
Interquartile Range (IQR)	1,00	
Skewness	0,616	0,481
Kurtosis	0,545	0,935





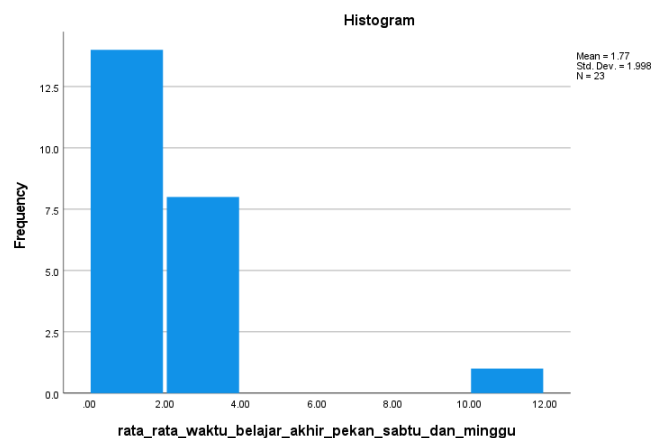
Gambar 1. Histogram dan Boxplot Waktu Belajar Hari Aktif

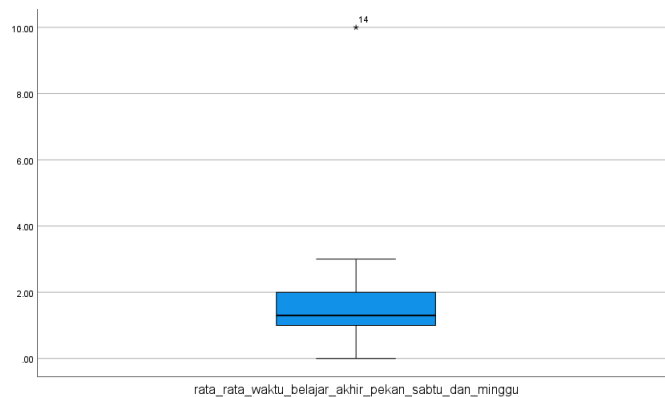
3.2.2 Waktu Belajar Akhir Pekan (Sabtu-Minggu)

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata waktu belajar mahasiswa pada akhir pekan memiliki nilai mean sebesar 1,77 jam per hari. Median berada pada angka 1,30 jam. Standar deviasi sebesar 1,99 jam menunjukkan variasi waktu belajar yang sangat tinggi. Nilai minimum waktu belajar akhir pekan tercatat sebesar 0 jam, sedangkan nilai maksimum mencapai 10 jam per hari. Distribusi data menunjukkan nilai skewness sebesar 3,357 yang menandakan distribusi sangat menceng ke kanan. Nilai kurtosis sebesar 13,857 mengindikasikan adanya nilai ekstrem (outlier) pada data waktu belajar akhir pekan.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Waktu Belajar Akhir Pekan

Statistik	Nilai	Std. Error
Mean	1,7739	0,41666
Median	1,3000	
Std. Deviation	1,99823	
Minimum	0,00	
Maximum	10,00	
Range	10,00	
Interquartile Range (IQR)	1,00	
Skewness	3,357	0,481





Gambar 2. Histogram dan Boxplot Waktu Belajar Akhir Pekan

3.3 Analisis Waktu Belajar Harian

Analisis waktu belajar harian dilakukan untuk melihat variasi perilaku belajar mahasiswa dari hari Senin hingga Minggu. Hari dengan rata-rata waktu belajar tertinggi adalah Kamis, dengan nilai mean sebesar 2,80 jam. Hari dengan rata-rata waktu belajar terendah adalah Minggu, dengan mean sebesar 1,35 jam. Analisis tren mingguan menunjukkan pola yang menarik dalam dinamika belajar mahasiswa. Terdapat kecenderungan peningkatan waktu belajar dari Senin menuju Kamis, kemudian penurunan drastis pada Jumat, dan penurunan lebih lanjut pada akhir pekan.

Tabel 4. Statistik Deskriptif Waktu Belajar Harian

Hari	Mean (Jam)	Median (Jam)	Std. Deviasi	Minimum	Maximum	IQR
Senin	2,20	2,00	1,14	0,0	4,0	2,00
Selasa	2,06	2,00	1,05	0,0	4,0	1,93
Rabu	2,36	2,50	1,45	0,3	6,0	2,00
Kamis	2,80	3,00	2,02	1,0	8,0	2,00
Jumat	2,35	2,50	1,13	1,0	5,0	2,00
Sabtu	2,36	2,00	2,24	0,0	8,0	1,88
Minggu	1,35	1,00	1,22	0,0	4,0	2,38

3.4 Faktor Penghambat Efektivitas Belajar

Hasil analisis memperlihatkan bahwa gangguan dari lingkungan sekitar dan penggunaan perangkat elektronik menjadi faktor yang memiliki pengaruh cukup besar terhadap aktivitas belajar mahasiswa. Mayoritas partisipan penelitian mengalami gangguan dengan frekuensi yang bervariasi antara sering hingga sesekali. Distraksi digital, terutama telepon pintar, telah menjadi salah satu kendala utama dalam proses pembelajaran modern. Berbagai pemberitahuan dari platform media sosial, aplikasi pesan singkat, surat elektronik, dan notifikasi lainnya terus-menerus mengalihkan fokus mahasiswa dari kegiatan akademik.

3.5 Pembahasan

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa status pekerjaan memiliki dampak struktural terhadap pola waktu belajar. Dengan 78,3% responden bekerja penuh waktu, keterbatasan waktu menjadi kendala utama yang tidak dapat diatasi hanya melalui motivasi individual. Perbedaan signifikan antara hari aktif dan akhir pekan (31%) menunjukkan bahwa struktur akademik berperan sebagai *external regulator* yang membantu konsistensi belajar. Distribusi data yang normal pada hari aktif namun sangat menceng pada akhir pekan mengindikasikan dua pola perilaku berbeda: (1)



konsistensi belajar yang dipengaruhi rutinitas akademik, dan (2) heterogenitas ekstrem ketika struktur tersebut tidak ada. Temuan ini sejalan dengan teori *self-regulated learning* yang menekankan pentingnya regulasi diri dalam pembelajaran mandiri.

Tingginya skor distraksi digital memperkuat argumen mengenai tantangan pembelajaran di era digital. Meskipun mahasiswa mengalokasikan waktu untuk belajar, efektivitasnya berkurang akibat fragmentasi perhatian. Implikasinya, intervensi tidak hanya perlu fokus pada kuantitas waktu tetapi juga pada kualitas *engagement* selama waktu belajar tersebut. Pola belajar yang reaktif dengan puncak pada hari Kamis mengindikasikan bahwa mahasiswa cenderung belajar intensif ketika menghadapi tekanan *deadline* daripada mengembangkan rutinitas belajar yang konsisten. Hal ini berpotensi menghasilkan pembelajaran yang *superficial* dan kurang mendalam.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pola waktu belajar mahasiswa memperlihatkan perbedaan signifikan antara hari kerja dan hari libur. Pada hari kerja, mahasiswa memiliki kecenderungan untuk mempertahankan waktu belajar yang lebih stabil dengan tingkat variabilitas yang cenderung rendah, dengan rerata durasi belajar berada pada rentang dua sampai tiga jam setiap harinya. Di sisi lain, pada hari libur, waktu belajar mahasiswa memperlihatkan fluktuasi yang sangat tinggi dengan pola yang jauh lebih heterogen. Distribusi data yang sangat condong ke arah kanan menunjukkan adanya disparitas yang cukup besar dalam pola belajar antar individu mahasiswa. Hari Kamis tercatat sebagai hari dengan rerata durasi belajar paling tinggi, sementara hari Minggu menempati posisi terendah.

Faktor pendukung seperti status pekerjaan, efektivitas belajar, dan distraksi lingkungan juga berkontribusi signifikan terhadap variasi pola waktu belajar mahasiswa. Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, mahasiswa disarankan untuk mengembangkan konsistensi dalam alokasi waktu belajar secara lebih merata sepanjang minggu. Institusi pendidikan juga perlu mengembangkan program pendampingan akademik yang komprehensif, termasuk workshop mengenai teknik-teknik manajemen waktu belajar yang efektif, terutama bagi mahasiswa yang menghadapi tantangan ganda seperti mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

REFERENCES

- Agustina, A., & Mardalis, A. (2024). Pengaruh Kerja Paruh Waktu, Motivasi Belajar, dan Time Management terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Bina Bangsa Ekonomika*, 17(2), 1288–1303.
- Lumbanraja, B., & Julia, A. A. (2022). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prestasi Mahasiswa. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(4), 419–423.
- Nurhayati, R., Ramadhani, R., Indriyani, R. N., & Rosyani, P. (2025). Analisis Mood Mahasiswa dalam Satu Minggu Menggunakan Statistik Deskriptif dan Korelasi Spearman. *OKTAL: Jurnal Ilmu Komputer Dan Sains*, 4(12), 794–805.
- Puspita, W. A. (2023). Manajemen Waktu Berpengaruh terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu. *Karimah Tauhid*, 2(4), 1049–1057.
- Putri, N. S., & Marsofiyati, M. (2024). Pengaruh Motivasi Belajar, Fasilitas Belajar, dan Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Student Research Journal*, 2(5), 91–104.
- Rosyani, P., Albanu, E. S., Marsal, M., Iman, K. S., & Sari, Y. (2024). Penerapan Sistem Absensi Anti-Titip Metode Face Recognition dengan Python dan OpenCV. *JRIIN: Jurnal Riset Informatika Dan Inovasi*, 2(2), 319–321.
- Rufiana, I. S., Wahyudi, W., & Nurhidayah, D. A. (2020). Misinterpretasi Mahasiswa pada Representasi Histogram dan Box Plot. *ANARGYA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 3(2), 82–87.
- Shui, S., Hudori, M., Wishly, M., & Wijaya, W. (2022). Analisis Pengaruh Jam Belajar Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa. *Nusantara Hasana Journal*, 2(2), 112–125.
- Sudarwati, E., & Chalimah, L. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.