



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN  
GAYA HIDUP SEDENTARI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
PRODI SARJANA KEPERAWATAN STIKES BETHESDA  
YAKKUM YOGYAKARTA TAHUN 2024**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan**

**MARIA VELINDA ETRI TALIP**

**2002049**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**STIKES BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA**

**TAHUN 2024**

**NASKAH PUBLIKASI**  
**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN**  
**GAYA HIDUP SEDENTARI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**  
**PRODI SARJANA KEPERAWATAN STIKES BETHESDA**  
**YAKKUM YOGYAKARTA TAHUN 2024**

Disusun oleh

MARIA VERA LINDA ETRI TALIP

2002049

Telah melalui Sidang Skripsi pada: 08 Agustus 2024

Ketua Penguji

  
Mei Rianita Elfrida S,  
S.Kep., Ns., M.Kep.

Penguji I

  
Indah Prawesti,  
S.Kep., Ns., M.Kep.

Penguji II

  
Nurlia Ikamingtyas, S.Kep., Ns.,  
M.Kep., Sp.KMB., Ph.D.NS

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan  
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

  
Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN TIME MANAGEMENT SKILLS AND  
SEDENTARY LIFESTYLE AMONG FINAL-YEAR STUDENTS  
OF BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING STUDY  
PROGRAM AT STIKES BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA IN 2024**

Maria Velinda Etri Talip<sup>1</sup>, Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB.,  
Ph.D.NS<sup>2</sup>, Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep<sup>3</sup>, Mei Rianita Elfrida S, S.Kep.,  
Ns., M.Kep<sup>4</sup>

**ABSTRACT**

**MARIA VELINDA ETRI TALIP.** *"The Relationship between Time Management Skills and Sedentary Lifestyle among Final-Year Students of Bachelor of Science in Nursing Study Program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2024."*

**Background:** *Final-year students often experience challenges in managing their time which can lead to an excessive sedentary lifestyle where most of their time is spent on a computer or laptop tasks, resulting in inadequate physical activity. Riskesdas data in 2018 showed that the prevalence of physical inactivity at the age of  $\geq 10$  years nationally was 26.1%.*

**Objective:** *This study aims to determine the relationship between time management skills and a sedentary lifestyle among final year students of the Bachelor of Nursing program.*

**Method:** *The research design is descriptive correlational with a cross-sectional approach, using Simple Random Sampling. The respondents consisted of 64 students. The measurement tools were a time management questionnaire and a sedentary lifestyle questionnaire. Data analysis of the two variables employed the Spearman Rank statistical test.*

**Results:** *The results of the Spearman Rank test showed a p-value of  $0.021 < \alpha 0.05$ , thus  $H_0$  is rejected, indicating a relationship between time management skills and a sedentary lifestyle among final year students. Time management was mostly in the good category (64.1%) and sedentary lifestyle was mostly in the low category (79.9%).*

**Conclusion:** *There is a relationship between time management skills and sedentary lifestyle in final year students of the Bachelor of Nursing Program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2024 with low closeness.*

**Suggestion:** *Future researchers can further explore external factors, such as the campus environment and sports facilities on the tendency of sedentary lifestyles in students.*

**Keywords:** *final year students - time management - sedentary lifestyle  
xvii+129 pages+11 tables+2 schemas+ 12 appendices*

**Bibliography:** *40, 2014-2023*

<sup>1</sup>*Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Science*

<sup>2</sup>*Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Science*

<sup>3</sup>*Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Science*

<sup>4</sup>*Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Science*

**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN  
GAYA HIDUP SEDENTARI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
PRODI SARJANA KEPERAWATAN STIKES BETHESDA  
YAKKUM YOGYAKARTA TAHUN 2024**

Maria Velinda Etri Talip<sup>1</sup>, Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB.,  
Ph.D.NS<sup>2</sup>, Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep<sup>3</sup>, Mei Rianita Elfrida S, S.Kep.,  
Ns., M.Kep<sup>4</sup>

**ABSTRAK**

**MARIA VELINDA ETRI TALIP.** “Hubungan Antara Kemampuan Manajemen Waktu Dengan Gaya Hidup Sedentari Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024”.

**Latar Belakang:** Seringkali mahasiswa tingkat akhir mengalami tantangan dalam mengelola waktu sehingga bisa mengarah pada gaya hidup sedentari yang berlebihan dimana kebanyakan waktu habis menuntaskan tugas menggunakan komputer atau laptop, yang mengakibatkan kurang gerak. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi aktifitas fisik kurang diusia  $\geq 10$  tahun secara nasional sebanyak 26,1%.

**Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan.

**Metode Penelitian:** Penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional, teknik pengambilan sampel adalah Simple Random Sampling. Responden sebanyak 64 mahasiswa. Alat ukur menggunakan kuesioner. Analisis data memakai uji statistik Spearman Rank.

**Hasil Penelitian:** Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai p-value  $0,021 < \alpha$   $0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir. Sebagian besar manajemen waktu kategori baik (64.1%) dan gaya hidup sedentari paling banyak dalam kategori rendah (79.9%).

**Kesimpulan:** Ada hubungan antara kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024 dengan keeratan rendah.

**Saran:** Peneliti selanjutnya bisa menggali lebih lanjut mengenai faktor eksternal, seperti lingkungan kampus dan fasilitas olahraga terhadap kecenderungan gaya hidup sedentari pada mahasiswa.

**Kata Kunci:** mahasiswa tingkat akhir - manajemen waktu - gaya hidup sedentari  
xvii+129 hal+11 tabel+2 skema+ 12 lampiran

**Kepustakaan:** 40, 2014-2023

<sup>1</sup>Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>4</sup>Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

## **PENDAHULUAN**

Seringkali mahasiswa tingkat akhir mengalami tantangan dalam hal mengelola waktu seperti, tidak mempunyai kontrol waktu, tidak memiliki prioritas menyelesaikan tugas akademik sehingga bisa mengarah pada gaya hidup sedentari yang berlebihan dimana kebanyakan waktu habis menuntaskan tugas menggunakan komputer atau laptop yang mengakibatkan kurang gerak (gaya hidup sedentari)<sup>1</sup>. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi aktifitas fisik kurang diusia  $\geq$  10 tahun secara nasional sebanyak 26,1%<sup>2</sup>. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2023 kepada 10 mahasiswa tingkat akhir Sarjana Keperawatan didapatkan bahwa 7 orang mahasiswa mengatakan jarang membuat daftar list kegiatan harian, jarang memakai waktu sesuai rencana, jarang mendahulukan kegiatan yang penting, selalu menerima ajakan bila akan pergi ke suatu tempat. Gaya hidup sedentari juga dilakukan wawancara didapatkan bahwa kegiatan yang dilakukan lebih banyak dengan posisi duduk, apalagi jika menscroll media sosial menggunakan handphone dalam 4 jam/hari, memakai laptop untuk mengerjakan skripsi 5 jam/hari dan tempat wisata atau ke kampus sampai 7 jam/hari. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan antara kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024.

## **METODE PENELITIAN**

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Responden penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang berjumlah 64 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel adalah *Simple Random Sampling*.. Alat ukur menggunakan kuesioner.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil**

1. Analisis univariat
  - a. Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Usia, Jenis

Kelamin, Tempat Tinggal dan Kegiatan Selain Kuliah pada mahasiswa tingkat akhir prodi Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024

No.	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
<b>A Usia</b>			
1	18-19 tahun	0	0
2	20-21 tahun	18	28.1
3	>21 tahun	46	71.9
Total		64	100
<b>B Jenis Kelamin</b>			
1	Laki-laki	14	21.9
2	Perempuan	50	78.1
Total		64	100
<b>C Tempat Tinggal</b>			
1	Rumah Orang tua	6	9.4
2	Rumah Saudara	6	9.4
3	Kostan	37	57.8
4	Asrama	5	7.8
Total		64	100
<b>D Kegiatan Selain Kuliah</b>			
1	Tidak ada	42	65.6
2	Berorganisasi	12	18.8
3	Bekerja	10	15.6
Total		64	100

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Analisis:

Dari tabel menunjukkan bahwa dari 64 responden kelompok usia terbanyak yaitu berusia >21 tahun sebanyak 46 orang (71.9%), sedangkan yang paling sedikit adalah 18-19 tahun (0%). Kategori jenis kelamin mayoritas memiliki jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 50 (78.1 %) dan laki-laki 14 orang (21.9%). Karakteristik tempat tinggal paling banyak bertempat tinggal di kost yaitu sebanyak 37 (57.8%), sedangkan paling sedikit tempat tinggalnya di asrama yaitu 5 orang (7.8%). Karakteristik kegiatan selain kuliah paling banyak kegiatan selain kuliah adalah tidak ada yaitu sebanyak 42 (65.6%), sedangkan paling sedikit yaitu bekerja sebanyak 10 orang (15.6%).

b. Manajemen waktu

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Manajemen Waktu pada

mahasiswa tingkat akhir prodi Sarjana keperawatan STIKES  
Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024

No.	Manajemen Waktu	Frekuensi	Persentase %
1	Baik	41	64.1
2	Tidak baik	23	35.9
<b>Total</b>		64	100

Sumber: Data Primer Terolah 2024

Analisis:

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 64 responden sebagian besar memiliki manajemen waktu berkategori baik yaitu sebanyak 41 orang (64.1%), sedangkan 23 responden (35.9%) mempunyai manajemen waktu berkategori tidak baik.

c. Gaya hidup sedentari

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Gaya Hidup Sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024

No.	Gaya Hidup Sedentari	Frekuensi	Persentase %
1	Rendah (<2jam/hari)	51	79.7
2	Sedang (2-5 jam/hari)	10	15.6
3	Tinggi (> 5jam/hari)	3	4.7
<b>Total</b>		64	100

Sumber: Data Primer Terolah 2024

Analisa:

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 64 responden paling banyak mempunyai gaya hidup sedentari dengan kategori rendah yaitu sebanyak 51 orang (79.9%) dan paling sedikit dengan kategori tinggi sebanyak 3 responden (4.7%).

2. Analisis bivariat

Tabel 4. Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Gaya Hidup Sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024

		Gaya Hidup Sedentari			$\Sigma$	p-value	Koefisien Korelasi	$\alpha$
		Rendah	Sedang	Tinggi				
Kemampuan Manajemen Waktu	Baik	36	5	0	41	0,021	0,287	0,05
	Tidak Baik	15	5	3	23			
Total		51	10	3	64			

Sumber: Data Primer Terolah 2024

Analisis:

Tabel 4 menunjukkan dari 64 responden yang mempunyai kemampuan manajemen waktu dengan kategori baik sebanyak 41 responden, terdiri dari 36 responden dengan gaya hidup sedentari rendah, 5 responden dengan gaya hidup sedentari sedang dan kemampuan manajemen waktu dengan kategori tidak baik sebanyak 23 responden, terdiri dari 15 responden dengan gaya hidup sedentari rendah, 5 responden dengan gaya hidup sedentari sedang dan 3 responden dengan gaya hidup sedentari tinggi.

Hasil uji statistik yang sudah dilakukan menggunakan komputerisasi dengan uji statistik spearman rank dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ , didapatkan nilai p-value  $0,021 < \alpha = 0,05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, dengan tingkat keeratan korelasi sebesar 0,287 artinya tingkat keeratan hubungan antara variabel kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan lemah.

## B. Pembahasan

### 1. Analisis univariat

#### a. Karakteristik responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tempat Tinggal dan Kegiatan Selain Kuliah

Usia terbanyak adalah  $>21$  tahun sebanyak 46 orang (71.9%), sedangkan yang paling sedikit adalah 18-19 tahun (0%). Usia rata-rata responden merupakan usia dewasa awal dimana tahap ini mahasiswa meraih tujuan yang ingin dicapai. Mahasiswa memasuki masa dewasa direntang usia 18-25 tahun dimana pada masa tersebut mahasiswa sudah

memiliki tanggung jawab kepada hidupnya yang akan memasuki masa dewasa awal<sup>3</sup>.

Jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 50 (78.1 %) dibandingkan laki-laki 14 orang (21.9%). Proporsi jenis kelamin perempuan cenderung lebih banyak daripada laki-laki dikarenakan responden yang digunakan merupakan mahasiswa keperawatan. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyatakan perempuan lebih banyak mempunyai sifat-sifat *caring* dan memiliki naluri keibuan<sup>4</sup>.

Tempat tinggal paling banyak adalah kost sebanyak 37 (57.8%), sedangkan paling sedikit tempat tinggalnya di asrama yaitu 5 orang (7.8%). Mahasiswa bisa belajar mandiri dan membentuk kepribadian serta mengatur diri selama mahasiswa menempuh studinya. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyatakan mahasiswa yang tinggal di kost akan lebih fokus untuk mengelola dan menjadwalkan kegiatannya sendiri<sup>5</sup>.

Kegiatan selain kuliah yang paling banyak adalah tidak ada yaitu sebanyak 42 (65.6%), sedangkan paling sedikit yaitu bekerja sebanyak 10 orang (15.6%). Mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi bisa memaksimalkan waktu dan lebih fokus pada apa yang menjadi tanggung jawabnya. Beberapa faktor yang mempengaruhi mahasiswa tidak melakukan kegiatan selain kuliah yaitu keluarga, waktu, lingkungan, psikologi dan situasional<sup>6</sup>.

b. Manajemen waktu

Kategori manajemen waktu yang terbanyak yaitu kategori baik sebanyak 41 orang (64.1%), sedangkan 23 responden (35.9%) mempunyai manajemen waktu berkategori tidak baik. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta memiliki manajemen waktu yang baik. Sejumlah penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa mempunyai manajemen waktu yang baik dengan persentase 53.1% dari total responden<sup>7</sup>.

c. Gaya hidup sedentari

Kategori gaya hidup sedentari paling banyak adalah kategori rendah sebanyak 51 orang (79.9%) dan paling sedikit dengan kategori tinggi sebanyak 3 responden (4.7%). Data ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta mempunyai gaya hidup sedentari yang rendah. Sebuah penelitian menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi adanya aktivitas sedentari, yaitu jenis pekerjaan, hobi, fasilitas dan kebiasaan<sup>8</sup>.

2. Analisis bivariat

Hasil uji statistik antara kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024 menggunakan uji statistik secara komputerisasi dengan uji *spearman rank* didapatkan hasil *p-value* 0,021 dan koefisiensi korelasi 0,287. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *p-value* 0,021 kurang dari tingkat kemaknaan yaitu  $\alpha = 0,05$ . Bisa disimpulkan bahwa hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima sedangkan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak yang berarti ada hubungan antara kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024. Keeratn hubungan variabel manajemen waktu dan gaya hidup sedentari yaitu lemah dengan hasil koefisiensi korelasi 0,287.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden berdasarkan usia paling banyak adalah di usia >21 tahun dengan persentase 71.9%, karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas adalah perempuan yaitu 78.1 % dan karakteristik responden berdasarkan tempat tinggal paling banyak bertempat tinggal di

kost yaitu 57.8% serta karakteristik responden berdasarkan kegiatan selain kuliah paling banyak kegiatan selain kuliah adalah tidak ada yaitu 67.2%.

2. Kategori manajemen waktu sebagian besar adalah kategori baik yaitu 64.1%.
3. Kategori gaya hidup sedentari paling banyak adalah kategori rendah sebanyak 79.9%.
4. Ada hubungan yang signifikan antara kemampuan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari pada mahasiswa tingkat akhir prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024, yang mempunyai nilai *p-value* sebesar  $(0,021) < (0,05)$  dengan nilai koefisien sebesar  $(0,287)$ .
5. Nilai keeratan hubungan manajemen waktu dengan gaya hidup sedentari diperoleh nilai sebesar  $(0,287)$  yang termasuk dalam hubungan yang lemah atau rendah.

#### B. Saran

Peneliti selanjutnya bisa menggali lebih lanjut mengenai faktor eksternal, seperti lingkungan kampus dan fasilitas olahraga terhadap kecenderungan gaya hidup sedentari pada mahasiswa.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.NS. selaku ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, pembimbing akademik dan dosen pembimbing yang sudah memberikan bimbingan, dukungan, dan pengarahaan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS selaku Wakil Ketua I STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

3. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Kepala Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan Dosen Penguji 1 yang sudah memberikan masukan dan saran dalam pembuatan skripsi ini.
4. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku koordinator Skripsi Keperawatan.
5. Ibu Mei Rianita Elfrida Sinaga, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan dan saran dalam proses penyusunan skripsi ini.
6. Staf Tata Usaha dan Administrasi Akademik Prodi Sarjana Keperawatan yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
7. Staf Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
8. Bapak Mateus Talip dan Ibu Yustina Yosna, selaku orang tua yang selalu mendukung, memberikan doa, memberikan semangat kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Agfiani, Sella Ridha. (2014). "Hubungan Manajemen Waktu Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Program Studi D IV Bidan Anvulen STIKES Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014." *Implementation Science*, vol. 39, no. 1, pp.1–15.
2. M. R. Alkaririn, A. S. Aji, and E. Afifah, "Hubungan aktifitas fisik dengan status gizi mahasiswa keperawatan universitas alma ata yogyakarta," *Pontianak Nutr. J.*, vol. 5, no. 1, p. 146, 2022.
- 3.

3. W. Hulukati and M. R. Djibran, "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo," vol. 02 Nomor 0, no. 1, p. 73, 2018
4. Pramudita, Fadma Aji. (2016). "Hubungan Antara Minat Dan Persepsi Terhadap Motivasi Melanjutkan Ners Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Publikasi." Skripsi Thesis. Universitas Muhammadiyah Surakarta, pp. 30–59.
5. Fitriah, Naila. (2014). "Manajemen Waktu Belajar Mahasiswa Keperawatan Dalam Melaksanakan Metode Problem Based Learning (PBL) Di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta." *Skripsi*.
6. Hidayat, Ryan, and Dewi Murni. (2023). "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kurangnya Minat Mahasiswa Departemen Matematika Universitas Negeri Padang Mengikuti Organisasi Mahasiswa Menggunakan Analisis Faktor." *Journal Of Mathematics UNP*, vol. 8, no. 4, pp. 58–65.
7. Puspitasari, Ayu Sintya (2018). "Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Univrsitas Jember." *Skripsi*.pp. 1–71.
8. Inayah, Salwa. (2021). "Hubungan Aktivitas Sedentari Dan Excessive Daytime Sleepiness Dengan Pola Makan Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Selama Pandemi Covid-19." *Skripsi*.