

BAB II KAJIAN TEORETIK

2.1 Kajian Teori dan Penelitian yang Relevan

2.1.1 Self-Management

2.1.1.1. Definisi dan Konsep Dasar *Self-Management*

Self-management berasal dari dua kata dalam bahasa Inggris, yaitu “*self*” yang berarti diri atau individu, dan “*management*” yang berarti pengelolaan atau pengaturan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah ini diartikan sebagai pengelolaan diri, yang mengacu pada kemampuan individu untuk mengatur, mengontrol, dan mengelola dirinya sendiri secara efektif, baik dalam aspek waktu, emosi, maupun perilaku, dengan tujuan mencapai sasaran tertentu yang telah ditetapkan.

Secara umum, *self-management* dipahami sebagai suatu kemampuan yang memungkinkan individu untuk mengambil kendali penuh atas pikiran, perilaku, dan emosinya. Howard et al. (2020) menjelaskan bahwa *self-management* mencakup serangkaian strategi yang melibatkan pengawasan diri (*self-monitoring*), penetapan tujuan (*goal setting*), serta evaluasi diri (*self-evaluation*). Dengan menerapkan strategi-strategi ini, seseorang dapat bertanggung jawab atas tindakannya dan meningkatkan produktivitas maupun efektivitas dalam berbagai aspek kehidupan.

Dalam konteks pendidikan, *self-management* memegang peranan penting, terutama bagi mahasiswa yang menghadapi berbagai tuntutan akademik. Zimmerman dan Schunk (2021), menyatakan bahwa kemampuan

self-management mencakup kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, menjaga kedisiplinan, serta mengelola tekanan yang muncul dalam lingkungan akademik. Pada tahap penyelesaian tugas akhir seperti skripsi, *self-management* menjadi krusial karena proses ini membutuhkan pengelolaan waktu, tenaga, serta motivasi yang konsisten. Schraw et al. (2006) menambahkan bahwa penyelesaian tugas-tugas kompleks seperti penulisan skripsi memerlukan perencanaan yang matang, pemantauan kemajuan secara berkala, serta kemampuan untuk mengatur strategi dalam mengatasi berbagai hambatan.

Zimmerman (2002) memperkuat gagasan tersebut melalui teorinya tentang *self-regulated learning*, yang menekankan pentingnya pengelolaan diri dalam proses belajar. Ia membagi *self-management* menjadi tiga fase utama, yaitu:

1. Perencanaan (*Planning*): Pada tahap ini, mahasiswa menetapkan tujuan spesifik, menentukan strategi yang akan digunakan, dan memotivasi diri untuk mencapai hasil yang diinginkan.
2. Pelaksanaan (*Implementation*): Tahap ini melibatkan pemantauan kemajuan, pengelolaan waktu, dan penyesuaian strategi secara dinamis untuk memastikan bahwa tujuan dapat tercapai.
3. Refleksi (*Reflection*): Tahap ini adalah tahap akhir yang berupa evaluasi hasil belajar, dimana mahasiswa menganalisis keberhasilan atau hambatan yang dihadapi serta melakukan perbaikan untuk proses yang akan datang.

Dalam penerapannya, mahasiswa yang konsisten menggunakan ketiga fase ini cenderung memiliki efektivitas yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas akademik, termasuk skripsi. Kemampuan ini mencakup langkah-langkah seperti menentukan topik penelitian, menyusun jadwal kerja, dan mengevaluasi hasil yang telah dicapai.

Berbagai penelitian telah mendukung peran penting *self-management* dalam keberhasilan akademik. Baroroh et al. (2023), menemukan bahwa *self-management* secara signifikan membantu mahasiswa mengurangi kebiasaan menunda-nunda pengerjaan skripsi. Hal ini diperkuat oleh Masruroh (2020), yang menyatakan bahwa penyusunan jadwal yang terstruktur, penetapan target harian maupun mingguan, serta pengelolaan gangguan menjadi strategi efektif untuk menjaga konsistensi selama proses penyelesaian tugas akhir.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-management* adalah keterampilan kunci individu untuk mengelola pikiran, emosi, dan sumber dayanya secara efektif guna mencapai tujuan tertentu.

2.1.1.2. Aspek Self-Management

Aspek-Aspek *self-management* merujuk pada elemen-elemen utama yang mendukung kemampuan seseorang untuk mengelola dirinya secara efektif dalam berbagai situasi, baik dalam kehidupan pribadi, pekerjaan, maupun dalam konteks akademik seperti penyelesaian skripsi.

Menurut Zimmerman (2002), *self-management* terdiri atas tiga aspek utama yaitu:

1. Aspek Kognitif merujuk pada komponen yang berkaitan dengan proses berpikir dan perencanaan dalam aktivitas manusia, khususnya dalam konteks penyelesaian tugas atau pencapaian tujuan tertentu. Proses ini mencakup berbagai elemen penting seperti analisis tugas, penetapan tujuan, dan penerapan strategi belajar. Dalam kerangka *self-management*, aspek kognitif menjadi landasan utama karena berfungsi sebagai alat untuk merancang pendekatan yang efektif dalam menyelesaikan pekerjaan.
2. Aspek motivasi merupakan salah satu elemen fundamental dalam proses *self-management*, terutama dalam memastikan keberhasilan individu dalam menjalankan tugas atau mencapai tujuan. Aspek ini berfokus pada faktor-faktor internal yang mendorong seseorang bertindak, termasuk kepercayaan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*), minat intrinsik terhadap tugas, dan ekspektasi terhadap hasil yang diinginkan. Motivasi tidak hanya membantu individu memulai sebuah aktivitas, tetapi juga mempertahankan semangat selama proses pelaksanaannya, bahkan ketika menghadapi tantangan atau hambatan.
3. Aspek perilaku dalam *self-management* mencakup kemampuan individu untuk mengelola tindakan, lingkungan, serta kebiasaan yang mendukung tercapainya tujuan. Aspek ini melibatkan berbagai upaya nyata dalam mengatur waktu, menciptakan lingkungan yang kondusif untuk belajar, serta menjaga konsistensi dalam menjalankan rencana yang telah disusun. Pengelolaan perilaku yang efektif sangat penting untuk memastikan bahwa

individu tidak hanya memiliki niat dan motivasi, ttapi juga tindakan nyata yang mendukung keberhasilan mereka.

Garrison (1997), mendukung pandangan tersebut dengan menekankan bahwa perencanaan, pengendalian proses, dan evaluasi merupakan elemen fundamental dalam *self-management*. Selanjutnya Covey (1989), juga sependapat dengan pernyataan tersebut, dengan menyoroti pentingnya kemampuan individu untuk mengatur perilaku, lingkungan, dan sumber daya secara mandiri dalam penjelasan yang telah diuraikan oleh Zimmerman.

2.1.1.3. Komponen Self-Management

Zimmerman (2002), menjelaskan tiga komponen utama dari *self-management* yaitu:

1. *Self-Monitoring* (Pemantauan diri)

Self-monitoring adalah kemampuan untuk secara aktif mengamati dan mencatat kemajuan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam proses ini, individu memantau bagaimana mereka menggunakan waktu (perencanaan waktu), menjaga fokus, serta menyadari respon emosional yang dapat mempengaruhi kinerja mereka. Dengan melakukan pemantauan yang konsisten, individu dapat mengenali hambatan yang muncul dan menyesuaikan strategi untuk mengatasinya.

2. *Self-evaluation* (Penilaian diri)

Self-evaluation adalah kemampuan untuk menilai efektivitas tindakan yang telah dilakukan dalam mendukung pencapaian tujuan. Evaluasi ini tidak hanya mencakup pencapaian hasil tetapi juga proses yang ditempuh, seperti

kedisiplinan diri dan ketepatan waktu. Dengan evaluasi yang jujur dan objektif, individu mendapatkan umpan balik yang berguna untuk perbaikan berkelanjutan dan dapat menentukan langkah berikutnya secara lebih efektif.

3. *Self-reinforcement* (penguatan diri)

Self-reinforcement adalah proses memberikan penghargaan kepada diri sendiri atas keberhasilan atau pencapaian tertentu. Proses ini memainkan peran penting dalam menjaga motivasi individu. Dengan memberikan penghargaan yang sesuai, individu dapat memperkuat disiplin serta mendorong perasaan positif yang membantu dalam mengatur emosi dengan lebih baik. *Self-reinforcement* juga meningkatkan rasa percaya diri dan membantu menjaga momentum untuk tetap konsisten dalam mencapai tujuan.

2.1.2 Mahasiswa Administrasi Pendidikan

Mahasiswa Administrasi Pendidikan adalah individu yang menempuh pendidikan tinggi di bidang Administrasi Pendidikan, mempelajari teori dan praktik pengelolaan lembaga pendidikan. Administrasi Pendidikan merupakan serangkaian proses manajerial yang mencakup perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi berbagai kegiatan pendidikan yang mencapai tujuan pendidikan secara efektif dan efisien. Dalam konteks yang lebih luas, Administrasi Pendidikan tidak hanya berfokus pada pengelolaan teknis institusi pendidikan, tetapi juga mencakup aspek pengelolaan sumber daya manusia, kurikulum, sarana dan prasarana, serta hubungan antara kebijakan pendidikan dengan kebutuhan peserta didik (Yani et al., 2023; Jamil et al., 2023). Proses

Administrasi ini sangat penting untuk menciptakan sistem pendidikan yang terstruktur dan mampu memberikan layanan pendidikan yang berkualitas bagi masyarakat.

Mahasiswa yang menempuh program studi Administrasi Pendidikan memiliki peran penting dalam mempersiapkan diri sebagai calon pengelola dan pemimpin di berbagai institusi pendidikan. Mereka dituntut untuk tidak hanya memahami teori-teori manajemen pendidikan, tetapi juga mengaplikasikan konsep tersebut dalam konteks nyata guna mendukung efektivitas dan efisiensi layanan pendidikan.

2.1.2.1 Karakteristik Mahasiswa Administrasi Pendidikan

Mahasiswa Administrasi Pendidikan adalah calon profesional yang mempersiapkan diri untuk mengelola berbagai aspek institusi pendidikan, seperti pengelolaan sumber daya manusia, perencanaan kurikulum, hingga hubungan antara kebijakan pendidikan dan kebutuhan peserta didik. Mereka memiliki beberapa karakteristik penting yang mendukung tugas ini yaitu:

1. Kompetensi Manajerial

Mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dalam perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengendalian berbagai kegiatan (Irawan, 2023).

2. Etika Profesional

Menjunjung tinggi etika dan integritas dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab sebagai calon administrator pendidikan (Valley, 2023)

3. Kemampuan Analitis

Mampu menganalisis masalah-masalah pendidikan dan mencari solusi yang efektif berdasarkan data dan informasi yang ada (Anqi, 2021).

4. Keterampilan Komunikasi

Memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik, baik secara lisan maupun tulisan, untuk berintraksi dengan berbagai pihak dalam lingkungan pendidikan (Rahmadani et al., 2024).

5. Penguasaan Teknologi Pendidikan

Dalam era digital, literasi teknologi adalah keterampilan yang tidak dapat diabaikan. Mahasiswa Administrasi Pendidikan perlu memahami penggunaan sistem manajemen pendidikan berbasis teknologi untuk meningkatkan efisiensi proses Administrasi Pendidikan (Jacob, 2020).

6. Kemampuan *Self-Management*

Mahasiswa Administrasi Pendidikan harus memiliki kemampuan mengelola diri sendiri yang baik, termasuk pengelolaan waktu, motivasi, dan disiplin diri. *Self-Management* memungkinkan mereka menetapkan prioritas dalam tugas akademik dan non-akademik, serta menghadapi tantangan kompleks dalam proses belajar (Pranita & Maulana, 2021).

2.1.2.2 Tantangan Mahasiswa Administrasi Pendidikan

Mahasiswa Administrasi Pendidikan menghadapi dua jenis tantangan utama dalam proses pembelajaran, yaitu tantangan akademik dan non-akademik. Kedua Aspek ini memiliki peran signifikan dalam menentukan keberhasilan studi mahasiswa. Berikut adalah uraian lebih lanjut mengenai kedua tantangan tersebut:

1. Tantangan Akademik

- a. Kompleksitas Materi Akademik dan Keseimbangan Teori dengan Praktik

Mahasiswa menghadapi tantangan dalam memahami berbagai teori dan konsep Administrasi Pendidikan yang kompleks, termasuk pengelolaan sumber daya manusia dan perencanaan kurikulum, serta menyeimbangkan antara pemahaman teori dan penerapan praktis di lapangan adalah tantangan. Mahasiswa perlu mencari cara untuk mengintegrasikan pengetahuan teoritis dengan pengalaman praktis melalui magang, studi kasus, dan proyek-proyek lapangan. Penelitian menunjukkan bahwa tantangan ini semakin diperberat oleh perubahan kebijakan pendidikan yang dinamis (Anqi, 2021).

- b. Penelitian dan Pengembangan

Tantangan dalam melakukan penelitian yang relevan dan berkualitas untuk mengembangkan ilmu Administrasi Pendidikan (Irawan, 2023)

c. Penulisan Ilmiah

Menyusun laporan, makalah, dan tesis dengan standar ilmiah yang tinggi menjadi tantangan tersendiri. Mahasiswa perlu menguasai teknik penulisan akademik, tata bahasa yang baik, dan kemampuan untuk mengutip sumber yang benar (F. Et al., 2024)

d. Adaptasi terhadap Perubahan

Menyesuaikan diri dengan perkembangan terbaru dalam kebijakan pendidikan serta perkembangan kurikulum dan teknologi pendidikan yang terus berubah (Mesiono et al., 2024).

Menurut Kazu & Kuvvetli (2023), perkembangan teknologi yang pesat dapat menjadi tantangan bagi mahasiswa yang belum terbiasa dengan sistem pembelajaran berbasis digital atau kurang memiliki akses terhadap perangkat yang memadai. Kemajuan teknologi juga menuntut mahasiswa untuk terus memperbarui keterampilan mereka agar tetap relevan di dunia kerja nantinya.

2. Tantangan Non-Akademik

a. Pengembangan Diri

Dalam proses perkuliahan, mahasiswa dituntut untuk mengembangkan diri melalui berbagai keterampilan yang mendukung kehidupan akademik dan sosial mereka (Kazu & Kuvvetli, 2023).

Tantangan utama dalam aspek ini adalah penguasaan keterampilan lunak (soft skill) seperti komunikasi, kerja tim, kepemimpinan, dan pemecahan masalah (Anqi, 2021).

Selain itu, manajemen waktu menjadi tantangan yang sering dihadapi, terutama dalam menyeimbangkan antara tugas akademik dengan keterlibatan dalam organisasi, serta kehidupan pribadi. Beban tugas yang padat serta jadwal kegiatan yang saling bertumpukan seringkali menyebabkan mahasiswa merasa kewalahan.

Di sisi lain, kemampuan adaptasi juga menjadi tantangan, terutama dalam menghadapi perubahan sistem perkuliahan, metode pembelajaran digital, serta dinamika sosial di lingkungan kampus. Mahasiswa seringkali mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru yang lebih mandiri, dan kompetitif, sehingga menuntut mereka untuk lebih proaktif dalam membangun relasi dan berkolaborasi dengan berbagai pihak (Joshi et al., 2023).

b. Kesejahteraan

Kesejahteraan mahasiswa menjadi salah satu tantangan utama yang dapat mempengaruhi kenyamanan dan produktivitas mereka selama perkuliahan. Salah satu aspek yang sering menjadi permasalahan adalah kesehatan mental dan fisik, tekanan akademik, persaingan antar mahasiswa, serta ekspektasi dari lingkungan sekitar dapat menyebabkan stres, kecemasan, bahkan kelelahan emosional. Kurangnya waktu istirahat dan

pola hidup yang tidak sehat juga menjadi faktor yang dapat menurunkan kesejahteraan fisik mahasiswa.

Selain itu, isu finansial menjadi tantangan yang dihadapi banyak mahasiswa, terutama dalam hal biaya pendidikan dan kebutuhan hidup sehari-hari. Beban finansial ini sering kali membatasi akses mahasiswa terhadap berbagai peluang pengembangan diri, seperti mengikuti pelatihan, seminar, atau kegiatan akademik tambahan. Ketidakstabilan ekonomi keluarga juga dapat memperburuk situasi, sehingga mahasiswa harus menghadapi tekanan lebih besar dalam menjalani perkuliahan mereka (Joshi et al., 2023).

c. Kemajuan dan Relasi

Di era yang terus berkembang, mahasiswa dituntut untuk selalu mengikuti perubahan, baik dalam aspek keterlibatan sosial, maupun pembangunan jaringan profesional. Selain itu, Joshi et al., (2023), menambahkan bahwa keterlibatan sosial juga menjadi tantangan bagi mahasiswa yang kurang memiliki kepekaan terhadap isu-isu di lingkungan sekitar. Kesibukan akademik seringkali membuat mahasiswa kurang aktif dalam kegiatan sosial atau organisasi, sehingga menghambat mereka dalam membangun pengalaman serta memperluas wawasan di luar kelas.

Tantangan lainnya adalah membangun jaringan dengan sesama mahasiswa, dosen, alumni, maupun profesional di bidang Administrasi Pendidikan. Bagi sebagian mahasiswa, membangun hubungan profesional dapat terasa sulit, terutama bagi mereka yang kurang percaya diri atau tidak

memiliki kesempatan untuk terlibat dalam kegiatan yang mempertemukan mereka dengan orang-orang yang berpengaruh di bidangnya (Anqi, 2021).

2.1.3 Skripsi

2.1.3.1 Definisi Skripsi

Menurut KBBI, skripsi adalah karya tulis ilmiah yang menjadi bukti bahwa mahasiswa telah mencapai kompetensi akademik yang diharapkan. Secara umum, skripsi bertujuan untuk menguji kemampuan mahasiswa dalam merumuskan masalah, mengumpulkan data, menganalisis data, dan menyajikan hasil penelitian secara sistematis. Dalam konteks pendidikan tinggi, skripsi juga berfungsi sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, analitis, dan kreatif mahasiswa.

Penulisan skripsi di Universitas Jambi berpedoman pada peraturan perundang-undangan yang berlaku di Indonesia, khususnya Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 dan Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. Kedua Undang-Undang tersebut menekankan pentingnya kualitas lulusan perguruan tinggi dan relevansi penelitian dengan kebutuhan masyarakat. Oleh karena itu, skripsi yang dihasilkan diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan pemecahan masalah di bidang studi yang relevan.

Universitas Jambi telah menyusun buku panduan yang disusun oleh Tim Penyusun, (2021) untuk mempermudah penulisan skripsi. Mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti pedoman dari buku panduan tersebut agar

menghasilkan skripsi berkualitas sesuai dengan standar akademik yang ditetapkan. Pedoman ini mencakup berbagai aspek penting yang harus dipahami dan diterapkan oleh mahasiswa yaitu:

1. Sistematika Penulisan Proposal Penelitian

Pedoman ini menjelaskan langkah-langkah yang benar dalam menyusun proposal penelitian. Mahasiswa diarahkan untuk mengikuti struktur proposal yang meliputi pendahuluan, rumusan masalah, tujuan penelitian, kajian pustaka, dan metodologi penelitian. Penjelasan yang rinci ini bertujuan untuk membantu mahasiswa menyusun proposal secara terarah dan memenuhi standar akademik.

2. Sistematika Penulisan Skripsi

Struktur penulisan skripsi juga dijelaskan secara detail dalam pedoman. Skripsi harus mencakup bagian-bagian penting seperti pendahuluan, kajian pustaka, metodologi, hasil penelitian, dan kesimpulan. Dengan mengikuti struktur ini, mahasiswa dapat menyusun skripsi yang terstandar dan mudah dipahami.

3. Jenis Penelitian

Mahasiswa diberikan pilihan untuk menggunakan berbagai metode penelitian, seperti kuantitatif, kualitatif, penelitian pengembangan, atau penelitian tindakan kelas. Pedoman ini memastikan bahwa metode yang dipilih sesuai dengan kebutuhan penelitian masing-masing mahasiswa.

4. Tata Tulis dan Bahasa

Penggunaan bahasa yang baik dan benar menjadi perhatian utama dalam pedoman ini. Tata tulis ilmiah yang disarankan membantu mahasiswa menyampaikan gagasan secara jelas dan terstruktur, dengan tetap mengikuti kaidah ilmiah yang berlaku.

5. Penulisan Artikel Ilmiah

Pedoman ini juga mencakup pedoman penyusunan artikel ilmiah berbasis hasil skripsi. Artikel ini diharapkan dapat dipublikasikan dalam urnal atau forum akademik, sehingga hasil penelitian mahasiswa dapat memberikan kontribusi lebih luas.

6. Prosedur Pembimbingan dan Sidang Skripsi

Mahasiswa diarahkan untuk mengikuti prosedur pembimbingan skripsi, mulai dari konsultasi dengan dosen pembimbing hingga persiapan sidang skripsi. Proses ini termasuk revisi pasca-sidang, yang bertujuan memastikan bahwa skripsi sesuai dengan standar akademik.

Untuk menghasilkan skripsi yang berkualitas, mahasiswa juga harus memenuhi beberapa persyaratan utama yaitu:

1. Skripsi harus mengutamakan prinsip objektivitas dengan mendasarkan gagasan pada data yang ada, bukan opini pribadi.
2. Penelitian harus bersifat empiris dan prosedural, yaitu didasarkan pada fakta hasil pengukuran yang digunakan untuk menganalisis masalah yang diteliti kemudian mengikuti langkah-langkah sistematis yang ditetapkan dalam metodologi penelitian.

3. Penalaran rasional dan orisinalitas, yaitu penulisan skripsi harus logis dan berbasis penalaran ilmiah. Orisinalitas juga menjadi elemen penting, dengan standar minimal orisinalitas sebesar 70% untuk memastikan kontribusi baru terhadap bidang kajian.
4. Relevansi yaitu topik penelitian harus relevan dengan lingkup pendidikan dan pengajaran, sesuai dengan program studi masing-masing.

Kualitas skripsi juga ditentukan oleh beberapa karakteristik tambahan. Skripsi yang baik memiliki tujuan penelitian yang jelas, metodologi yang relevan, dan analisis data yang mendalam dengan interpretasi yang logis. Hubungan antara teori dan praktik harus ditunjukkan secara nyata, menggambarkan kontribusi penelitian terhadap pengembangan ilmu pengetahuan. Penulisan yang sistematis, kepatuhan pada kaidah ilmiah, serta tingkat orisinalitas yang tinggi menjadi indikator penting lainnya. Dengan memenuhi semua kriteria ini, skripsi yang dihasilkan tidak hanya bernilai akademik tinggi tetapi juga memberikan kontribusi positif dalam praktik pendidikan (Tim Penyusun, 2021).

Untuk memastikan kelancaran proses penyelesaian studi, Universitas Jambi telah menetapkan batas waktu lama proses bimbingan untuk penyelesaian skripsi, yaitu enam bulan sejak matakuliah skripsi dikontrak. Batas waktu ini bertujuan untuk mendorong mahasiswa agar dapat menyelesaikan studinya tepat waktu dan menghindari penundaan yang tidak perlu (Tim penyusun, 2021).

2.1.3.2 Proses dan Tahapan Penyelesaian Skripsi

Proses merupakan suatu rangkaian aktivitas yang dilakukan secara sistematis dari tahap awal hingga tahap akhir dalam mencapai suatu tujuan. Dalam proses tersebut, terdapat tahapan-tahapan yang berfungsi sebagai pembagian kegiatan kedalam kelompok langkah-langkah yang lebih terstruktur. Pembagian ini bertujuan untuk mempermudah pemahaman serta pelaksanaan setinap langkah dalam proses yang sedang dijalankan, khususnya dalam penyelesaian skripsi. Berikut ini merupakan proses dan tahapan dalam penyelesaian skripsi berdasarkan panduan penulisan skripsi Universitas Jambi, yaitu:

1. Proses Penyelesaian Skripsi

- a. Pengajuan Judul Skripsi: Mahasiswa mengajukan judul skripsi dan ringkasan penelitian kepada ketua program studi secara daring
- b. Penetapan Pembimbing: Ketua Program Studi memproses judul dan menunjuk dua pembimbing skripsi setelah memeriksa keasliannya dan memastikan kesesuaian bidang ilmu.
- c. Proses bimbingan proposal: Mahasiswa melakukan bimbingan dengan setiap pembimbing minimal tiga kali sebelum seminar proposal dan menulis proposal penelitian dengan bimbingan dosen.
- d. Pelaksanaan Penelitian: Setelah seminar proposal, mahasiswa melaksanakan penelitian dan mencatat kegiatan dalam log book
- e. Penyusunan Skripsi: Mahasiswa menyusun skripsi berdasarkan hasil penelitian, kajian pustaka, dan mengikuti panduan yang ditetapkan.

- f. Revisi Skripsi: Mahasiswa melakukan revisi skripsi sesuai dengan masukan dari pembimbing setelah sidang skripsi.
- g. Pendaftaran Sidang Dewan Penguji: Mahasiswa mendaftar untuk sidang dewan penguji skripsi setelah mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing.
- h. Pelaksanaan Sidang: Sidang dewan penguji dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang ditetapkan dan melibatkan pembahas dalam ujian skripsi.
- i. Penyerahan Skripsi: Skripsi yang telah di revisi dan disetujui diserahkan kepada institusi.

2. Tahapan Penyelesaian Skripsi

- a. Tahapan Persiapan: Mengajukan judul dan melakukan bimbingan proposal
- b. Tahap Pelaksanaan: Melakukan penelitian dan pengumpulan data
- c. Tahap Penulisan: Menyusun skripsi berdasarkan hasil penelitian dan panduan penulisan yang ada.
- d. Tahap Revisi: Mengedit dan mempertajam isi skripsi berdasarkan masukan yang diterima.
- e. Tahap Sidang: Melaksanakan sidang dewan penguji untuk mempertahankan hasil penelitian.
- f. Tahap Akhir: Menyerahkan skripsi yang telah disetujui kepada pihak universitas.

2.1.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Penyelesaian Skripsi

Menurut Amalia & Jaya (2023), keberhasilan menyelesaikan skripsi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan eksternal.

1. Faktor Internal

a. Motivasi dan Disiplin Diri

Mahasiswa yang termotivasi tinggi dan memiliki disiplin diri yang kuat cenderung lebih berhasil dalam menyelesaikan skripsi. Motivasi yang tinggi mendorong mahasiswa untuk mengatasi tantangan dan menyelesaikan tugas tepat waktu.

b. Kemampuan Manajemen Waktu

Kemampuan mengatur waktu secara efektif sangat penting agar mahasiswa dapat menyeimbangkan antara penelitian, penulisan, dan kegiatan lainnya. Manajemen waktu yang baik membantu mahasiswa menghindari penundaan dan memastikan skripsi selesai tepat waktu.

c. Penguasaan Materi

Pemahaman yang mendalam tentang materi penelitian dan metodologi yang digunakan akan memudahkan mahasiswa dalam proses penulisan skripsi. Penguasaan materi menjadikan mahasiswa untuk dapat menganalisis data dan merumuskan kesimpulan dengan lebih baik.

d. Keterampilan Menulis

Kemampuan menulis yang baik sangat penting untuk mengkomunikasikan ide dan hasil penelitian secara jelas dan efektif. Keterampilan menulis yang baik membantu mahasiswa menyusun skripsi yang terstruktur dan mudah dipahami.

2. Fator Eksternal

a. Bimbingan Dosen

Dosen pembimbing yang kompeten dan responsif dapat memberikan arahan dan dukungan yang dibutuhkan mahasiswa selama proses penulisan skripsi. Bimbingan yang efektif membantu mahasiswa mengatasi kesulitan dan memastikan skripsi memenuhi standar akademik.

b. Ketersediaan Sumber Daya

Akses ke sumber daya yang relevan, seperti perpustakaan, jurnal ilmiah, dan database online, sangat penting untuk mendukung penelitian mahasiswa. Ketersediaan sumber daya yang memadai memungkinkan mahasiswa untuk mengumpulkan data dan informasi yang dibutuhkan untuk skripsi.

c. Dukungan dari Keluarga dan Teman

Dukungan emosional dan praktis dari keluarga dan teman dapat membantu mahasiswa mengatasi stres dan menjaga motivasi selama proses penulisan skripsi. Dukungan sosial yang kuat memberikan mahasiswa rasa percaya diri dan semangat untuk menyelesaikan skripsi.

d. Lingkungan Akademik

Lingkungan akademik yang kondusif, seperti adanya diskusi kelompok, seminar, dan workshop, dapat memberikan mahasiswa kesempatan untuk belajar dan bertukar pikiran dengan mahasiswa lain dan dosen. Lingkungan akademik yang positif mendorong mahasiswa untuk mengembangkan ide-ide baru dan meningkatkan kualitas skripsi.

e. Kondisi Keuangan

Kondisi keuangan yang stabil menjadikan mahasiswa fokus pada penulisan skripsi tanpa harus terbebani dengan masalah keuangan. Keterbatasan finansial dapat menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu

2.1.3.4 Tantangan dan Penyelesaian Skripsi

Penyelesaian skripsi merupakan salah satu tantangan besar yang harus dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan pendidikan tinggi. Proses ini seringkali diwarnai dengan berbagai kendala yang melibatkan aspek akademik, psikologis, institusional, serta kemampuan manajemen waktu. Berikut adalah beberapa tantangan utama yang dihadapi mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi.

1. Tantangan Akademik

Mahasiswa dihadapkan pada kesulitan dalam menemukan topik penelitian yang relevan, mengakses literatur yang memadai, dan menyusun karya tulis ilmiah dengan struktur yang baik. Kesulitan dalam menulis, seperti merumuskan pernyataan masalah secara kritis dan menyusun tinjauan pustaka

yang analitis, menjadi hambatan utama. Selain itu, keterbatasan keterampilan akademik, seperti kemampuan untuk menganalisis dan mensintesis informasi dari berbagai sumber, seringkali menyebabkan rendahnya kualitas hasil penelitian mahasiswa (Shahsavar & Kourepaz, 2020).

2. Tantangan Psikologis

Tekanan psikologis seperti kecemasan, rasa takut gagal, dan kurang percaya diri seringkali dialami mahasiswa selama proses penulisan skripsi. Kecemasan ini kerap diperburuk oleh tekanan untuk menghadapi sidang skripsi dan ketidakpastian dalam hasil evaluasi. Dukungan emosional, baik dari keluarga maupun teman sejawat, serta hubungan yang baik dari keluarga maupun teman sejawat, serta hubungan yang baik dengan pembimbing, menjadi faktor penting yang dapat membantu mahasiswa mengelola stres dan kecemasan selama proses penulisan skripsi (Rahayu & Moesarofah, 2023). Tekanan psikologis seperti kecemasan, rasa takut gagal, dan kurang percaya diri seringkali dialami mahasiswa selama proses penulisan skripsi. Kecemasan ini kerap diperburuk oleh tekanan untuk menghadapi sidang skripsi dan ketidakpastian dalam hasil evaluasi. Dukungan emosional, baik dari keluarga maupun teman sejawat, serta hubungan yang baik dari keluarga maupun teman sejawat, serta hubungan yang baik dengan pembimbing, menjadi faktor penting yang dapat membantu mahasiswa mengelola stres dan kecemasan selama proses penulisan skripsi (Rahayu & Moesarofah, 2023).

3. Tantangan Institusional

Dukungan institusional memegang peranan penting dalam menentukan keberhasilan penyelesaian skripsi. Namun, banyak mahasiswa menghadapi kendala seperti kurangnya fasilitas penelitian dan akses terhadap sumber daya akademik. Di beberapa universitas, komunikasi yang tidak efektif antara mahasiswa dan pembimbing semakin memperburuk situasi ini. Peningkatan infrastruktur akademik dan kebijakan institusional yang mendukung sangat diperlukan untuk membantu mahasiswa mengatasi kendala ini (El-Freihat, 2021).

4. Tantangan Manajemen Waktu

Manajemen waktu adalah salah satu tantangan terbesar yang dihadapi mahasiswa. Banyak mahasiswa kesulitan membagi waktu antara tugas akademik lainnya, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Penundaan seringkali terjadi akibat kurangnya perencanaan yang efektif. Selain itu, komunikasi yang buruk dengan pembimbing atau sesama anggota kelompok penelitian menambah beban pada proses penyelesaian skripsi (Lobo, 2023).

2.1.4 Implementasi *Self Management* dalam Menyelesaikan Skripsi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), implementasi didefinisikan sebagai “pelaksanaan” atau “penerapan”, yang merujuk pada proses mengubah rencana, ide, atau kebijakan menjadi tindakan nyata dalam praktiknya. Dalam konteks skripsi, implementasi *self-management* merujuk pada penerapan strategi untuk mengelola waktu, motivasi, dan tugas akademik

secara mandiri guna meningkatkan efektivitas dan hasil belajar. Menurut Zimmerman (2002) Strategi ini melibatkan komponen seperti:

1. Penetapan Tujuan dan Rencana

Penetapan tujuan adalah proses mendefinisikan hasil yang ingin dicapai dengan perencanaan tindakan yang spesifik untuk mencapainya. Menurut Lenzen et al., (2017) penetapan tujuan dan perencanaan adalah strategi utama dalam *self-management* yang dapat membantu individu mencapai perubahan perilaku yang di inginkan.

Dalam konteks penyelesaian skripsi, mahasiswa perlu menetapkan tujuan spesifik dan terukur untuk setiap tahap seperti menyelesaikan bab tertentu dalam waktu yang ditentukan, membagi tugas besar (skripsi) menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan lebih mudah dikelola, sehingga mahasiswa dapat fokus pada satu aspek pada satu waktu (Zimmerman,2002)

2. Pemantauan Diri dan Evaluasi

Oettingan (2000) menyatakan bahwa strategi pemantauan diri dan evaluasi adalah kunci dalam mencapai keberhasilan tujuan akademik dan profesional. Pemantauan diri merujuk pada proses dimana individu secara aktif mengamati dan mencatat perilaku mereka sendiri dalam interaksi dengan lingkungan. Evaluasi adalah proses penilaian yang dilakukan untuk menentukan sejauh mana tujuan atau standar tertentu telah tercapai.

Dalam konteks penyelesaian skripsi, mahasiswa harus secara berkala mengevaluasi kemajuan mereka, mengidentifikasi area yang memerlukan

perbaikan, dan melakukan penyesuaian dalam pendekatan belajar mereka (Zimmerman, 2002).

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah bantuan, dorongan, dan sumber daya yang diberikan oleh orang-orang disekitar, seperti teman, keluarga, mentor, dosen, atau rekan sejawat. Dukungan ini mencakup pencarian umpan balik, pemberian perspektif yang berbeda, serta motivasi tambahan, yang membantu individu dalam proses pembelajaran, pengelolaan diri, dan penyelesaian tugas seperti skripsi (Covey, 1989; Garrison, 1997; Zimmerman, 2002).

4. Pengembangan Keterampilan Belajar Mandiri

Pengembangan keterampilan belajar mandiri merupakan aspek penting dalam pendidikan, terutama bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dalam konteks ini, pengembangan keterampilan belajar mandiri melibatkan *self-management* dalam proses belajar, termasuk pengelolaan waktu dan pemecahan masalah. Kalun et al., (2024) menekankan pentingnya pengembangan keterampilan ini melalui perencanaan dan refleksi untuk mendukung keberhasilan akademik.

5. Refleksi Diri

Refleksi diri merupakan suatu proses yang melibatkan evaluasi mendalam terhadap pengalaman pribadi. Tujuannya adalah untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri dan meningkatkan kinerja masa depan. Dengan merefleksikan proses belajar dan hasil yang telah dicapai, individu dapat meningkatkan kesadaran diri serta efektivitas dalam belajar.

(Zimmerman, 2002). Vickers (2013), menegaskan bahwa refleksi diri adalah komponen penting dalam pendidikan *self-management*. Melalui refleksi, individu dapat memastikan bahwa rencana aksi yang telah dibuat berjalan efektif dan membangun kepercayaan diri yang lebih kuat.

2.1.4.1 Faktor yang mempengaruhi Implementasi *Self-management* dalam Penyelesaian Skripsi

Menurut Zimmerman (2002), Implementasi *self-management* dalam penyelesaian skripsi di pengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yaitu:

1. Faktor Internal

a. Motivasi dan Sikap

Motivasi merupakan serangkaian kekuatan energetik yang berasal dari dalam maupun luar individu yang mendorong, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu, baik yang bersifat intrinsik maupun ekstrinsik (Ryan & Deci, 2020).

Motivasi intrinsik adalah dorongan yang berasal dari dalam individu untuk menyelesaikan tugas karena kepuasan yang diperoleh dari aktivitas itu sendiri. Dalam penelitian Pranitasari & Maulana (2002), rasa percaya diri atau keyakinan akan kemampuan diri sendiri menyumbang 29,1% terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan tesis, sementara kebutuhan untuk berprestasi memberikan kontribusi sebesar 31,9%. Mahasiswa dengan motivasi intrinsik cenderung menunjukkan sikap disiplin dan komitmen tinggi, fokus pada pencapaian pribadi, dan merasa puas dengan kemajuan studi mereka.

Sebaliknya, motivasi ekstrinsik dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti lingkungan kampus, yang dalam penelitian ini berkontribusi sebesar 37,5% terhadap motivasi mahasiswa. Sikap mahasiswa dengan motivasi ekstrinsik lebih dipengaruhi oleh dukungan dosen dan teman sekelas, serta dorongan untuk mendapatkan pengakuan dan umpan balik dari lingkungan mereka.

Sementara itu, sikap adalah pola pikir atau kecenderungan seseorang untuk merespon situasi atau stimulus secara konsisten, yang dapat mencerminkan keyakinan, perasaan, dan niat terhadap objek tertentu (Sazanova et al., 2022). Sikap terdiri dari tiga komponen utama yang saling berkaitan dan mempengaruhi bagaimana seseorang merespons suatu objek, orang, atau situasi. Ketiga komponen tersebut adalah:

1. Kognitif

Komponen kognitif mencakup pengetahuan, pemahaman, dan kepercayaan terhadap suatu objek sikap. Aspek ini menjadi landasan dalam membentuk keyakinan yang memengaruhi sikap individu (Laili et al., 2019).

2. Afektif

Komponen afektif berkaitan dengan perasaan dan emosi seseorang, seperti rasa suka atau tidak suka terhadap objek sikap, yang dapat mengarahkan sikap positif atau negatif (Sulistyo P, 2020).

3. Konatif

Komponen konatif adalah aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai dengan sikap seseorang, yang mencerminkan intensi untuk bertindak atau perilaku aktual (Agustiyaningsih S, 2020).

Ketiga komponen ini bekerja secara sinergis untuk mempengaruhi bagaimana individu memandang dan mengelola dirinya sendiri. Ketika pengetahuan (kognitif) mendorong pemahaman, disertai emosi positif (afektif), dan diikuti oleh tindakan nyata (konatif), maka *self-management* dapat menjadi strategi efektif dalam berbagai aspek kehidupan, terutama dalam kesehatan dan pengembangan diri.

Dalam konteks *self-management* motivasi dan sikap yang positif memiliki peran penting untuk meningkatkan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan psikologis, yang pada akhirnya mempengaruhi kinerja dan kesejahteraan individu secara keseluruhan (Ryan & Deci, 2020; Sazanova et al., 2022).

b. Pengetahuan dan Keterampilan

Pengetahuan adalah akumulasi informasi yang diperoleh individu melalui pengalaman, pembelajaran, atau penelitian yang berfungsi sebagai dasar untuk memahami dan mengembangkan solusi terhadap masalah tertentu. Dalam penelitian, pengetahuan mencakup penguasaan terhadap teori, metode, dan teknik yang relevan dengan bidang studi yang ditekuni mahasiswa. Kemampuan untuk mengelola pengetahuan secara strategis

terbukti meningkatkan efektivitas dalam penyelesaian tugas akademik, termasuk skripsi (Kouravand & Motaghi, 2023).

Sedangkan keterampilan adalah kapasitas praktis untuk menerapkan pengetahuan dalam tindakan nyata. Dalam penelitian ini, keterampilan *self-management* mencakup untuk menetapkan tujuan, merencanakan tindakan, mengatur waktu, dan mengevaluasi hasil. Keterampilan ini menjadikan mahasiswa untuk mengelola sumber daya pribadi secara efektif, seperti energi, waktu, dan kemampuan berpikir kritis. Mahasiswa yang memiliki keterampilan *self-management* yang baik dapat lebih cepat beradaptasi dengan tuntutan akademik dan mencapai hasil yang optimal melalui pengelolaan yang terstruktur (Chernyh & Osipova, 2024).

2. Faktor Eksternal

a. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan aspek eksternal penting dalam *self-management*. Dukungan sosial di definisikan sebagai bantuan fisik, emosional, atau informasi yang diterima individu dari orang-orang disekitar mereka, seperti keluarga, teman, atau kelompok sosial tertentu, yang memberikan kenyamanan dan membantu individu dalam menghadapi dalam menghadapi situasi sulit (Taylor, dalam Sari , 2017).

Menurut Pontes et al., (2024) dukungan sosial dapat dikategorikan menjadi empat bentuk utama:

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional merujuk pada bentuk bantuan yang bertujuan untuk memberikan empati, perhatian, dan rasa pengertian kepada individu. Dalam konteks penyelesaian skripsi, dukungan emosional seringkali diberikan oleh keluarga, teman, atau pembimbing akademik yang mampu memberikan rasa nyaman dan mengurangi beban psikologis mahasiswa. Misalnya, ketika mahasiswa merasa cemas atau frustrasi menghadapi data yang sulit di olah, dukungan berupa kata-kata penyemangat atau pendampingan secara emosional dapat membantu mahasiswa merasa lebih dihargai dan dimengerti. Hal ini berkontribusi pada peningkatan kesehatan mental, yang penting untuk menjaga motivasi selama proses penulisan skripsi.

2. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental adalah bentuk bantuan konkret yang melibatkan pemberian materi atau layanan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas tertentu. Dalam penyelesaian skripsi, dukungan instrumental dapat berupa bantuan finansial untuk mencetak dokumen, menyediakan perangkat lunak analisis data, atau membantu mencari referensi ilmiah. Contoh lain adalah bantuan teknis dari teman atau rekan yang lebih paham mengenai perangkat lunak tertentu, seperti SPSS, atau software lain yang digunakan dalam penelitian. Dukungan

ini membantu mahasiswa mengatasi hambatan teknis atau logistik yang dapat memperlambat kemajuan skripsi mereka.

3. Dukungan Informasional

Dukungan informasional mencakup penyediaan saran, masukan, atau informasi yang relevan untuk membantu individu mengatasi tantangan yang dihadapi. Dalam konteks skripsi, dukungan ini biasanya diberikan oleh pembimbing akademik yang memberikan arahan terkait metode penelitian, analisis data, atau cara menulis laporan ilmiah. Selain itu, teman sebaya yang memiliki pengalaman serupa juga dapat memberikan tips atau rekomendasi yang berguna, seperti sumber jurnal terpercaya atau cara mengatur jadwal agar lebih efisien. Informasi yang diperoleh dari dukungan ini berperan penting dalam membangun pemahaman yang lebih baik dan membantu mahasiswa membuat keputusan yang tepat selama proses penelitian.

4. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan adalah bentuk bantuan yang memberikan pengakuan positif dan motivasi kepada individu, sehingga meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa. Dalam proses penyelesaian skripsi, dukungan ini dapat berupa pujian dari pembimbing atas kemajuan yang telah dicapai, atau apresiasi dari teman dan keluarga atas usaha keras yang dilakukan. Pengakuan semacam ini penting untuk memelihara semangat mahasiswa, terutama ketika mereka menghadapi tantangan atau merasa ragu dengan kemampuan mereka sendiri.

Dukungan penghargaan juga membantu mahasiswa untuk tetap fokus pada tujuan akhir mereka dan merasa optimis terhadap hasil yang akan dicapai.

Seluruh jenis dukungan ini berperan penting dalam meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengelola waktu, energi, dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik seperti skripsi.

b. Kondisi Lingkungan

Menurut Siahaan (2017), mendefinisikan kondisi lingkungan sebagai semua elemen yang ada di ruang tertentu yang dapat mempengaruhi kehidupan individu, termasuk benda, daya, situasi tertentu. Kondisi lingkungan di bagi menjadi empat jenis utama: lingkungan fisik, sosial, budaya, dan ekonomi.

1. Lingkungan Fisik meliputi elemen-elemen seperti cuaca, iklim, dan geografi yang dapat mempengaruhi kenyamanan individu dalam belajar.
2. Lingkungan Sosial mencakup hubungan interpersonal, norma dan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat, yang dapat memotivasi atau menghambat upaya *self-management*.
3. Lingkungan Budaya melibatkan adat istiadat dan kebiasaan yang dapat membentuk pola pikir dan perilaku individu
4. Lingkungan Ekonomi terkait dengan akses terhadap sumber daya yang mendukung, seperti ketersediaan fasilitas belajar dan stabilitas keuangan.

Dengan pemahaman ini, terlihat jelas bahwa kondisi lingkungan yang mendukung dapat membantu individu mengatur dirinya dengan lebih efektif, terutama dalam tugas-tugas akademik yang membutuhkan konsistensi dan dedikasi tinggi.

2.1.4.2 Hambatan dalam Implementasi *Self-Management* Penyelesaian Skripsi

Hambatan merupakan segala bentuk tantangan atau rintangan yang menghalangi, memperlambat, atau bahkan menghentikan proses pencapaian tujuan yang diinginkan. Dalam konteks akademik, hambatan ini menjadi isu yang sangat relevan, terutama dalam tugas kompleks seperti penyelesaian skripsi. Menurut Miles et al., (2017), implementasi adalah proses pelaksanaan rencana atau strategi untuk mencapai tujuan tertentu. Namun, implementasi ini sering menghadapi hambatan yang signifikan, yang dapat menciptakan kesenjangan antara perencanaan dan pelaksanaan. Hambatan implementasi, khususnya dalam *self-management* berperan besar dalam menghambat mahasiswa menyelesaikan skripsi secara efektif.

Self-Management adalah kemampuan individu untuk mengatur pikiran, emosi, waktu, dan sumber daya yang dimiliki dalam mencapai tujuan tertentu. Dalam penyelesaian skripsi, kemampuan ini menjadi sangat penting karena proses penulisan melibatkan banyak aspek yang memerlukan pengelolaan mandiri. Berdasarkan teori Zimmerman (2002), hambatan dalam implementasi *self-management* dapat dikategorikan kedalam lima faktor utama: kurangnya motivasi, keterbatasan keterampilan metakognitif, dukungan

sosial yang tidak memadai, manajemen waktu yang buruk, dan keterbatasan akses ke sumber daya. Berikut adalah penjelasan mendalam dari masing-masing hambatan:

1. Kurangnya Motivasi

Motivasi merupakan pendorong utama yang dapat membuat seseorang untuk memulai dan melanjutkan suatu aktivitas. Dalam konteks penyelesaian skripsi, motivasi intrinsik sangat diperlukan untuk mempertahankan konsistensi dalam menyelesaikan setiap tahap penelitian. Motivasi intrinsik adalah dorongan internal yang muncul karena rasa ingin tahu, minat, atau kepuasan pribadi. Namun banyak mahasiswa menghadapi masalah kurangnya motivasi ini. Faktor-faktor seperti ketidakcocokan antara topik penelitian dan minat pribadi, tekanan eksternal yang terlalu besar, atau rasa takut akan kegagalan dapat menyebabkan penurunan motivasi.

2. Keterbatasan Keterampilan Metakognitif

Keterampilan Metakognitif merujuk pada kemampuan individu untuk secara sadar merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses berpikir mereka dalam menyelesaikan tugas. Zimmerman (2002), menekankan bahwa keterampilan ini sangat penting dalam aktivitas yang memerlukan pengelolaan mandiri, seperti skripsi. Mahasiswa yang memiliki keterampilan metakognitif yang rendah seringkali kesulitan menentukan langkah-langkah yang harus diambil, memonitor kemajuan, atau mengevaluasi hasil kerjanya.

Misalnya, mahasiswa yang tidak mampu merencanakan proses penelitian dengan baik, akan menghabiskan waktu pada aspek yang kurang penting. Sehingga langkah-langkah esensi seperti analisis data atau penulisan laporan akhir terabaikan. Selain itu, keterbatasan ini membuat mahasiswa sulit menyusun strategi untuk mengatasi hambatan, seperti mencari literatur tambahan atau menyelesaikan revisi. Untuk mengatasi masalah ini, mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan metakognitif melalui pelatihan khusus atau bimbingan dari dosen pembimbing.

3. Dukungan Sosial yang Tidak Memadai

Dukungan sosial memainkan peran penting dalam menjaga semangat dan kepercayaan diri mahasiswa selama proses penyelesaian skripsi. Dukungan ini dapat berasal dari teman, keluarga, atau dosen pembimbing. Namun, kurangnya dukungan sosial dapat membuat mahasiswa merasa terisolasi. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya perasaan cemas, stres, atau bahkan kehilangan kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik.

Misalnya, mahasiswa yang tidak dapat umpan balik yang konstruktif dari dosen pembimbing sehingga merasa kebingungan atau kehilangan arah dalam penelitiannya. Di sisi lain, tekanan atau kritik yang tidak mendukung dari keluarga atau teman juga dapat memperburuk kondisi emosional mahasiswa. Oleh karena itu, menciptakan lingkungan sosial yang suportif, baik melalui diskusi kelompok atau interaksi positif dengan dosen, sangat penting untuk mendukung mahasiswa menyelesaikan skripsi mereka.

4. Manajemen Waktu yang Buruk

Manajemen waktu adalah keterampilan kritis dalam menyelesaikan skripsi, terutama karena tugas ini melibatkan banyak tahap yang saling terkait. Namun, banyak mahasiswa menghadapi kesulitan dalam mengatur waktu dan prioritas. Zimmerman (2002), menunjukkan bahwa individu yang tidak memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik cenderung menunda-nunda pekerjaan hingga batas waktu yang mendesak.

Kebiasaan ini tidak hanya meningkatkan tekanan psikologis tetapi juga menurunkan hasil kualitas kerja. Mahasiswa yang tidak mampu mengatur waktu dengan baik dapat merasa kewalahan oleh banyaknya tugas, sehingga aspek-aspek penting dari penelitian mendalam, analisis data, atau revisi akhir terabaikan. Untuk mengatasi hambatan ini, mahasiswa perlu membuat jadwal terstruktur dengan target yang realistis dan memprioritaskan tugas berdasarkan tingkat urgensi.

5. Keterbatasan Akses ke Sumber Daya

Akses ke sumber daya pendidikan, seperti buku referensi, artikel ilmiah, atau fasilitas penelitian, sangat penting dalam mendukung mahasiswa menyelesaikan skripsi. Namun, keterbatasan akses ini sering menjadi hambatan signifikan, terutama bagi mahasiswa yang memiliki kendala finansial atau berada di lingkungan yang kurang mendukung secara akademik.

Kurangnya sumber daya membuat mahasiswa kesulitan untuk menggali informasi yang relevan dan mendalam untuk penelitian mereka. Selain itu,

keterbatasan dalam akses terhadap perangkat lunak analisis data atau pelatihan teknis juga menghambat proses penelitian. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu berperan aktif dalam menyediakan sumber daya yang memadai, seperti akses ke perpustakaan digital, pelatihan teknis, dan fasilitas pendukung lainnya.

Hambatan dalam implementasi *self-management* pada penyelesaian skripsi mencerminkan kompleksitas tugas akademik yang memerlukan keterampilan *self-management* yang baik. Dengan memahami dan mengatasi hambatan ini melalui peningkatan motivasi, pengembangan keterampilan metakognitif, penciptaan dukungan sosial, manajemen waktu yang efektif, dan penyediaan sumber daya. Mahasiswa dapat meningkatkan peluang keberhasilan dalam menyelesaikan skripsinya. Dukungan instusi dan lingkungan sosial juga menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan ini.

2.1.5 Penelitian Relevan

No	Penulisan dan Judul Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Shofyan Harisma Almajid (2023), dengan judul “ <i>Self-Management Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi</i> ”. Peneltian ini mengetahui bagaimana <i>self-management</i> mahasiswa digunakan saat menyelesaikan skripsi.	Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi menggunakan berbagai strategi <i>self-Management</i> . Terdapat enam tema utama yang ditemukan: 1. <i>Self-identify</i> : Mahasiswa menyadari siapa diri mereka dan apa yang mereka inginkan.

No	Penulisan dan Judul Penelitian	Hasil Penelitian
		2. <i>Goal setting</i> dan <i>schedulling</i>: Mahasiswa menetapkan tujuan yang jelas dan menjadwalkan waktu dengan baik. 3. <i>Self-evaluation</i>: Mahasiswa menjaga motivasi pribadi untuk menyelesaikan skripsi. 4. <i>Self-motivation</i>: Mahasiswa menjaga motivasi pribadi untuk menyelesaikan skripsi. 5. <i>Self-control</i> dan <i>stimulus control</i>: Mahasiswa mampu mengendalikan diri dan menghindari gangguan. 6. <i>Self-development</i>: Mahasiswa terus mengembangkan diri selama proses penyelesaian skripsi.
2.	Zidni Ilmawan Muslimin (2021), dengan judul “Berpikir Positif Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara berpikir positif dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Sunan Kalijaga.	Hasil penelitian menunjukan bahwa dukungan sosial, manajemen waktu,, dan pengaturan diri memainkan peran penting dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki manajemen diri yang baik cenderung lebih mampu mengatasi tekanan dan menyelesaikan skripsi dengan lebih baik. Faktor lain seperti kecemasan akademik dan kurangnya dukungan keluarga ditemukan menghambat resiliensi mahasiswa.
3.	Siti Masruroh (2023) dengan judul “Strategi <i>Self-Management</i> (Studi Kasus Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri yang	Hasil dari penelitian ini adalah: 1. Strategi <i>self-motivation</i>: Informan mengingat tujuan, melakukan <i>self-talk</i>,

No	Penulisan dan Judul Penelitian	Hasil Penelitian
	menyelesaikan Skripsi Tepat Waktu Dimasa Pandemi). Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana strategi: <i>self-motivation</i>, <i>self-organization</i>, <i>self-control</i>, <i>self-development</i> mahasiswa yang menyelesaikan skripsi tepat waktu di masa pandemi.	membayangkan <i>reward</i> dan <i>punishment</i>, dan menjadikan skripsi sebagai prioritas. 2. Strategi <i>self-organization</i>: Informan mengelola pikiran positif, mengelola waktu dengan menyusun jadwal secara terstruktur atau fleksible, mengelola tenaga dengan beristirahat dan memperhatikan asupan makan, memilih dan menciptakan tempat yang nyaman, mengelola fasilitas dan dokumen. 3. Strategi <i>self-control</i>: Informan mengendalikan emosi dengan memahami diri, melakukan hal yang menyenangkan, menyalurkan emosi, mengingat tujuan, dan menghindari konflik. Mahasiswa mendisiplinkan diri dengan mengingat tujuan, membuat list kegiatan dan target capaian, memilah antara kebutuhan dan keinginan, komitmen diri, dan tinggal di lingkungan suportif. Mereka juga mengikis kesenggangan dengan mengerjakan bab berikutnya, mendalami penelitian, dan refreshing. 4. Strategi <i>self-development</i>: Informan meningkatkan pengetahuan secara mandiri dan kolaboratif, meningkatkan hubungan sosial dengan menjalin komunikasi, memberi perhatian dan bersikap pengertian terhadap orang disekitar, meningkatkan kesehatan fisik dan mental, dan meningkatkan spiritualitas selama menyelesaikan skripsi.

No	Penulisan dan Judul Penelitian	Hasil Penelitian
4.	Rahmadani, H., Arlizon, R., & Z (2017), dengan judul “Hubungan manajemen diri dengan prestasi belajar mahasiswa bimbingan konseling semester IV Universitas Riau”. Penelitian ini memiliki tujuan: 1. Untuk mengetahui gambaran manajemen diri mahasiswa 2. Untuk mengetahui gambaran prestasi belajar mahasiswa 3. Untuk mengetahui hubungan manajemen diri dengan prestasi belajar mahasiswa. Hipotesis yang di ajukan ada hubungan positif dan signifikan antara manajemen diri dengan prestasi belajar mahasiswa.	Hasil penelitian ini adalah: 1. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara manajemen diri dengan prestasi belajar mahasiswa. 2. Manajemen diri memberikan kontribusi sebesar 20,4% terhadap pencapaian prestasi belajar, di tunjukan oleh $\text{Adjusted } R^2 = 0.24R^2 = 0.204R^2 = 0.204$. 3. Sebanyak 79,6% variabel lain yang turut memengaruhi prestasi belajar adalah faktor eksternal, seperti minat, lingkungan, dan kemampuan intelektual.
5.	Reza Fachrozie, Lisda Sofia, Ayunda Ramadhani (2021), dengan judul “Hubungan Kontrol diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi.	Hasil dari penelitian ini adalah: 1. Terdapat hubungan positif antara tingkat kontrol diri dengan kecemasan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Teknologi Hasil Pertanian Universitas Mulawarman Samarinda dengan pengambilan keputusan, $r \text{ hitung} = 0.761$ dan nilai $\text{Sig} = 0.000$ ($p < 0.05$). 2. Terdapat hubungan yang kuat antara kontrol diri dengan kecemasan. Artinya, semakin rendah kontrol diri mahasiswa maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan mahasiswa

Dari hasil penelitian yang relevan di atas terlihat adanya persamaan pada penelitian yang akan peneliti lakukan. Adapun persamaan ini terletak pada konteks penyelesaian skripsi dan relevansi konsep *self-management* atau konsep terkait di dalamnya. Namun disamping itu, terdapat banyak perbedaan yang di antaranya yaitu:

1. Fokus Subjek Penelitian

Penelitian ini khusus membahas implementasi *self-management* pada mahasiswa Administrasi Pendidikan, sementara penelitian lain lebih umum atau berfokus pada program studi lain seperti Psikologi Islam, Teknologi Hasil Pertanian, dan Bimbingan konseling.

2. Aspek *Self-Management*

Penelitian sebelumnya mengeksplorasi strategi atau hubungan *self-management* dengan variabel lain, sedangkan penelitian ini fokus pada implementasi nyata strategi *self-management* dalam konteks spesifik penyelesaian skripsi oleh mahasiswa Administrasi Pendidikan.

3. Konteks, Waktu, dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Administrasi Pendidikan di perguruan tinggi Universitas Jambi dengan konteks akademik yang relevan dengan program studi, berbeda dari penelitian sebelumnya yang dilakukan di lokasi dan waktu yang berbeda.

4. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali pengalaman dan implementasi *self-management*, sementara

beberapa penelitian sebelumnya menggunakan kuantitatif atau studi kasus pada konteks lain.

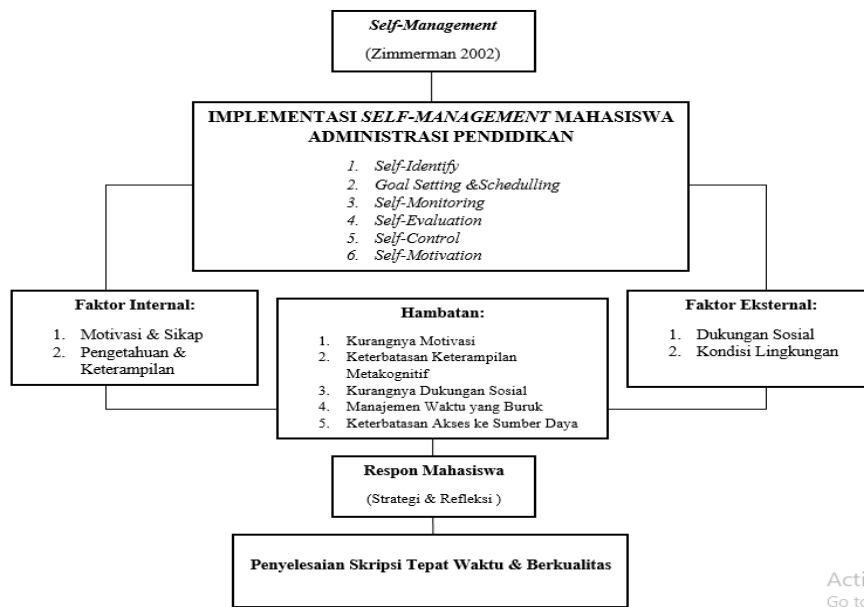
5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi penerapan *self-management* mahasiswa Administrasi Pendidikan sebagai upaya strategis dalam menyelesaikan skripsi dan kaitannya dengan pengembangan keterampilan manajerial, berbeda dengan penelitian lain yang fokus pada hubungan variabel atau strategi umum

2.2 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah model konseptual yang mengilustrasikan hubungan antara teori dan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah utama. Kerangka berpikir yang baik akan secara teoritis menjelaskan keterkaitan antara variabel-variabel yang akan diteliti (Sugiyono, 2015).

Pada penelitian ini penulis mengkaji mengenai “Implementasi *Self-Management* Mahasiswa Administrasi Pendidikan Dalam Menyelesaikan Skripsi”. Berikut penulis jabarkan kerangka berpikir dari penelitian ini.



Gambar 2.2 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir ini mengintegrasikan dari teori *self-management* Zimmerman (2002) dengan hasil penelitian lapangan, yang memuat tiga fase utama: perencanaan (*goal setting & scheduling*), pelaksanaan (*self-monitoring, self-control, self-motivation*), dan refleksi (*self-evaluation*). Komponen ini diperdalam dengan indikator dari Almajid (2023) dan penelitian relevan, sehingga muncul kategori seperti *self-identify, goal setting, scheduling, self-monitoring, self-motivation, self-control, dan self-evaluation* dalam implementasi *self management* mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi

Komponen tersebut erat kaitannya dengan faktor internal (motivasi, sikap, pengetahuan, keterampilan) dan faktor eksternal (dukungan sosial, kondisi lingkungan). Hambatan yang ditemukan mencakup kurangnya motivasi, keterbatasan keterampilan, manajemen waktu yang buruk, keterbatasan sumber daya, dan dukungan sosial yang minim. Mahasiswa kemudian merespons dengan

strategi pendukung seperti penjadwalan ulang, mencari dukungan sosial, menciptakan lingkungan belajar kondusif, hingga melakukan pengelolaan stress.

Seluruh proses ini menghasilkan refleksi subjektif mahasiswa, di mana mahasiswa menemukan makna pengalaman skripsi, membangun kedisiplinan, serta mengembangkan kemandirian, sehingga terbentuk pemahaman utuh mengenai bagaimana mahasiswa berupaya menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu dan berkualitas.