Jurnal Ilmiah IPA dan Matematika (JIIM)

Volume 3 Number 4 (2025)

https://jurnalcendekia.id/index.php/jiim

Analisis Manfaat dan Tantangan Aktivitas Organisasi pada Mahasiswa Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam

Melissa Putri Margareta [1], Muhammad Imanda Alamsyah [2], Nur Alhasana [3], Ussy Allissa Dewi [4]*, Astria Prameswari [5], Yuni Pratiwi [6]
[1 2 3 4 5 6] Universitas Negeri Malang, Jawa Timur, Indonesia
* Penulis Korespondensi: ussy.allissa.2403426@students.um.ac.id

Abstrak: Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi perguruan tinggi memberikan manfaat signifikan bagi pengembangan keterampilan non-akademik, sekaligus menuntut kemampuan manajemen waktu yang baik untuk menjaga keseimbangan dengan tanggung jawab akademik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa aktivitas organisasi dapat meningkatkan keterampilan dan kesiapan kerja mahasiswa, namun juga berpotensi menimbulkan prokrastinasi dan stres apabila tidak diimbangi dengan pengelolaan waktu yang efektif. Meskipun demikian, sejumlah studi terdahulu masih memiliki keterbatasan, seperti fokus pada pengaruh jangka pendek, pendekatan yang bersifat korelasional, serta kurangnya eksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi konflik peran. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam manfaat dan tantangan mahasiswa, khususnya mahasiswa FMIPA Universitas Negeri Malang angkatan 2024 dalam menyeimbangkan aktivitas organisasi dan tanggung jawab akademik. Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu menggambarkan dampak keterlibatan organisasi terhadap kinerja akademik, efikasi diri, kesiapan kerja, serta kesejahteraan psikologis mahasiswa, sehingga dapat menjadi dasar pengembangan strategi yang mendukung peran organisasi secara optimal dalam proses pendidikan tinggi.

Keyword: Manfaat, Tantangan, Organisasi, Mahasiswa, Fakultas, Matematika, Ilmu Pengetahuan Alam

Pendahuluan

Pendidikan tinggi memiliki fokus selain di bidang akademik juga pada pengembangan keterampilan sebagai perbekalan menghadapi di dunia kerja. Tidak lengkap rasanya jika peserta didik hanya terfokus pada kegiatan akademik dan tidak mengikuti berbagai kegiatan yang ada di Dallam maupun luar kampus (Pemayun dkk., 2024). Selain itu, beberapa mahasiswa juga terlibat dalam organisasi entah itu untuk sebagai bekal pengalaman ataupun peningkatan *soft skill*, hal ini dapat menimbulkan tekanan yang berkaitan dengan manajemen waktu yang padat antara kegiatan kampus dengan waktu akademiknya.

Copyright © 2025
Melissa Putri Margareta – Muhammad Imanda Alamsyah – Nur Alhasana – Ussy Allissa Dewi – Astria Prameswari – Yuni Pratiwi

Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi terbukti memiliki hubungan yang signifikan terhadap pencapaian akademik. Aktivitas organisasi berperan sebagai sarana peningkatan keterampilan non akademik mahasiswa yang mendukung aktivitas belajar jika diimbangi dengan manajemen waktu yang baik (Martiana dkk., 2024). Mahasiswa yang aktif berorganisasi tanpa manajemen waktu yang baik cenderung mengalami prokrastinasi akademik akibat padatnya jadwal dan pembagian fokus antara tanggung jawab akademik dan aktivitas organisasi (Yulizar dkk., 2025). Manajemen waktu menjadi faktor penting dalam menjaga keseimbangan antara aktivitas organisasi dan tanggung jawab akademik karena kemampuan menetapkan prioritas dalam mengelola aktivitas terbukti meningkatkan produktivitas dan mengurangi stres akibat beban ganda (Pemayun dkk., 2024).

Kajian terdahulu seperti pada penelitian Febrianur & Rahmah (2024) yang berjudul "Kesiapan Kerja Mahasiswa: Eksplorasi Pengaruh Keaktifan Berorganisasi dan Efikasi Diri" lebih menyoroti hubungan antara keaktifan berorganisasi dan efikasi diri terhadap kesiapan kerja mahasiswa. Sehingga didapatkan hasil bahwa keaktifan berorganisasi memiliki pengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja, sedangkan efikasi diri kurang berpengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa. Sementara itu, penelitian Pemayun dkk. (2024) menyoroti pentingnya kemampuan manajemen waktu untuk membantu mahasiswa menyeimbangkan kegiatan organisasi dan tugas akademik agar produktivitas dan prestasi tetap terjaga.

Namun, kedua penelitian tersebut belum secara spesifik membahas bagaimana keseimbangan antara aktivitas organisasi dan tugas kuliah dapat mempengaruhi kesiapan kerja serta kesejahteraan mahasiswa. Penelitian pertama masih terbatas pada intervensi jangka pendek tanpa menelusuri dampak keseimbangan peran terhadap prestasi akademik, sedangkan penelitian kedua bersifat kuantitatif korelasional dan belum menggali pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi konflik peran. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan yang secara mendalam mengkaji keseimbangan aktivitas organisasi dan tugas kuliah serta implikasinya terhadap kinerja akademik, efikasi diri, dan kesiapan kerja mahasiswa. Dengan demikian, kesimpulan yang dapat ditarik adalah bahwa masih terdapat kesenjangan penelitian terkait pemahaman menyeluruh mengenai bagaimana mahasiswa mampu menjaga keseimbangan peran antara tuntutan akademik dan aktivitas organisasi dalam menunjang kesiapan kerja dan kesejahteraan psikologisnya.

Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi membawa banyak manfaat, namun juga menghadirkan tantangan, terutama dalam hal mengelola waktu antara tanggung jawab akademik dan aktivitas organisasi (Marpaung & Maristella, 2025) terutama pada mahasiswa FMIPA di Universitas Negeri Malang angkatan 2024 yang sekarang menempuh semester 3 yang mana mulai memiliki beban akademik yang semakin banyak. Mahasiswa aktif sering kali menghadapi tekanan karena harus membagi fokus, tenaga, dan waktu untuk dua bidang sekaligus, yang dapat menimbulkan stres dan mempengaruhi prestasi belajar. Selain itu mereka juga dapat menjaga hubungan baik antar anggota agar dinamika organisasi tetap berjalan efektif. Meski demikian, melalui organisasi, mahasiswa dapat mengembangkan kemampuan non-akademis dan belajar menyeimbangkan peran ganda sebagai pelajar dan pengelola kegiatan, sesuatu yang membedakan mereka dari mahasiswa yang hanya berfokus pada akademik (Muharsih & Muhammad, 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai manfaat serta tantangan yang dialami mahasiswa dalam menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan kegiatan organisasi. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat tergambar pengaruh keikutsertaan mahasiswa dalam organisasi terhadap perjalanan studi mereka, baik dari sisi positif maupun hambatan yang muncul. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan dasar bagi upaya mengoptimalkan

peran organisasi dalam pengembangan diri mahasiswa, sehingga mereka mampu mencapai keberhasilan akademik dan organisasi secara seimbang dan berkelanjutan.

Metode

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode ini menekankan pada pengukuran yang bersifat objektif dan pengujian hipotesis dengan analisis statistik. Metode ini bersifat objektif karena seluruhnya didasarkan pada data numerik yang dapat diukur secara jelas dan terbebas dari bias subjektif. Dengan temuan pola atau hubungan yang kuat, metode ini juga memberikan peneliti kemampuan untuk membuat prediksi yang akurat (Damanik dkk., 2025). Kuesioner daring melalui Google Form digunakan untuk mempermudah partisipan dalam mengisi data sekaligus menjangkau responden secara efisien. Data ini dapat diproses dengan cepat menggunakan perangkat lunak statistik. Teknik *purposive sampling* diterapkan untuk memilih 50 mahasiswa FMIPA angkatan 2024 Universitas Negeri Malang yang mengikuti dan tidak mengikuti organisasi.

Instrumen

Instrumen penelitian ini berupa kuesioner yang dirancang untuk mengukur variabel penelitian, yaitu aktivitas organisasi dan keseimbangan tugas kuliah pada mahasiswa. Kuesioner menggunakan skala Likert 1–5, dengan nilai 1 menunjukkan “Sangat Tidak Setuju” dan nilai 5 menunjukkan “Sangat Setuju”. Instrumen ini bertujuan untuk memperoleh data kuantitatif mengenai tingkat pengaruh aktivitas dan tugas kuliah pada mahasiswa FMIPA Universitas Negeri Malang angkatan 2024. Kuesioner disebarkan secara daring melalui Google Form untuk memudahkan akses responden dan mempermudah pengumpulan data secara cepat dan efisien.

Prosedur

Data akan dikumpulkan dengan penyebaran google formulir kepada mahasiswa. Setelah google form sudah terpenuhi dilakukan pendataan hasil untuk melihat manfaat dan tantangan yang responden alami selama menjalani perkuliahan ketika mereka terlibat dan tidaknya dalam kegiatan organisasi. Data diambil langsung dari persentase yang ada pada google form dan dimasukkan dalam hasil data. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden serta menggunakan analisis korelasi sederhana untuk menilai hubungan antar variabel dalam konteks sampel yang relatif terbatas.

Hasil & Pembahasan

Hasil

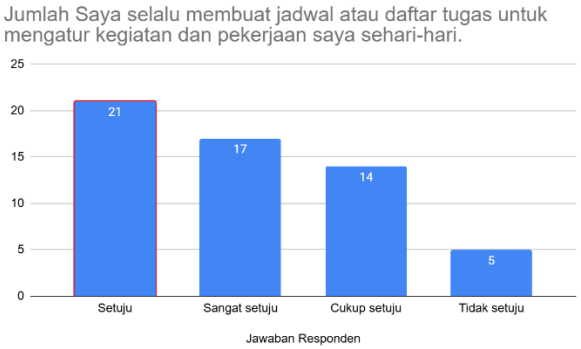
Berdasarkan survei yang dilakukan, didapat 57 responden dari berbagai departemen di FMIA Universitas Negeri Malang dengan data masing masing responden dari berbagai departemen pada Tabel 1 berikut ini;

Tabel 1. Data Responden dari Fakultas Ilmu Pengetahuan Alam

Program Studi	Jumlah Responden	Persentase (%)
Biologi/ Bioteknologi	17	29,8
Fisika	13	22,8
Kimia	11	19,3
Matematika	11	19,3
Pendidikan IPA	5	8,8

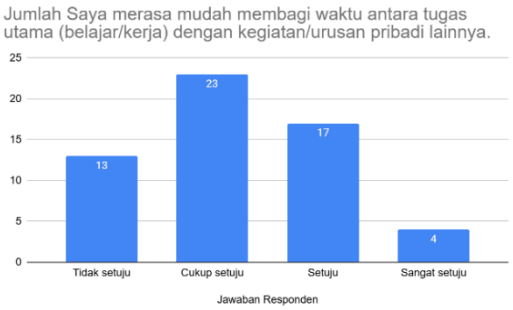
Berdasarkan survei dengan 15 pertanyaan menggunakan skala dari “sangat tidak setuju” hingga “sangat setuju”, pada pertanyaan pertama mengenai kebiasaan membuat

jadwal, mayoritas responden memilih “setuju” (36,8%) dan “sangat setuju” (29,8%), diikuti “cukup setuju” (24,6%) serta “tidak setuju” (8,8%).



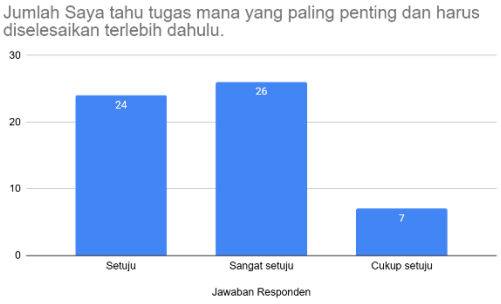
Gambar 1. Responden yang Membuat Jadwal

Pada pertanyaan kedua tentang kemampuan membagi waktu, jawaban terbanyak adalah “cukup setuju” (40,4%), kemudian “setuju” (29,8%), “tidak setuju” (22,8%), dan “sangat setuju” (7%).



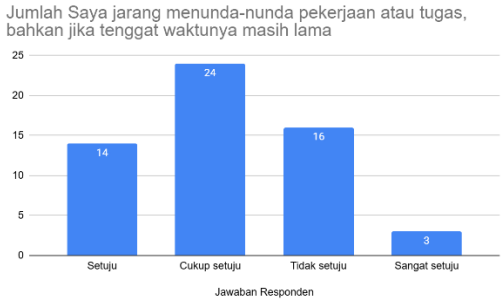
Gambar 2. Responden yang Mudah Membagi Waktu

Pertanyaan ketiga mengenai kemampuan menentukan prioritas menunjukkan dominasi jawaban “sangat setuju” (45,6%) dan “setuju” (42,1%), sementara 12,3% memilih “cukup setuju”.



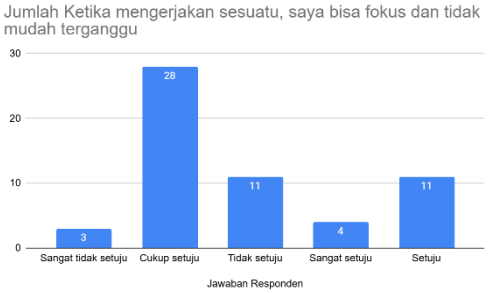
Gambar 3. Responden yang Tahu Tugas Yang Paling Penting

Pada pertanyaan keempat tentang kebiasaan tidak menunda tugas, responden paling banyak menjawab “cukup setuju” (42,1%), disusul “setuju” (24,6%), “tidak setuju” (28,1%), dan “sangat setuju” (5,3%).



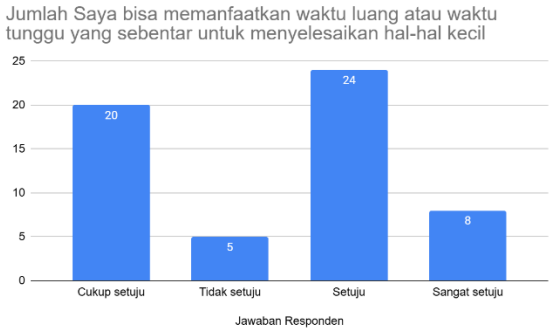
Gambar 4. Responden yang Jarang Menunda Tugas

Pada pertanyaan kelima mengenai kemampuan fokus, sebagian besar memilih "cukup setuju" (49,1%), diikuti "setuju" (19,3%), "tidak setuju" (19,3%), "sangat setuju" (7%), dan "sangat tidak setuju" (5,3%).



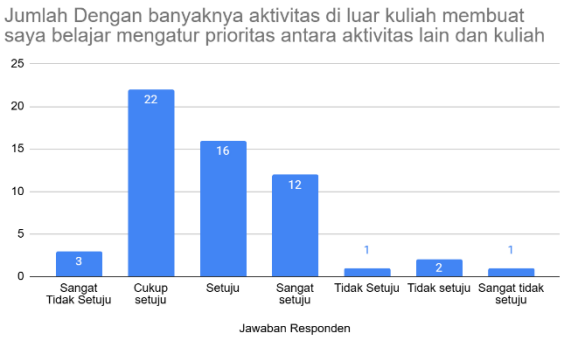
Gambar 5. Responden yang Tidak Mudah Terganggu

Pada pertanyaan keenam tentang pemanfaatan waktu luang, sebagian besar responden memilih "setuju" (42,1%), disusul "cukup setuju" (36,1%), "sangat setuju" (14%), dan "tidak setuju" (8,8%).



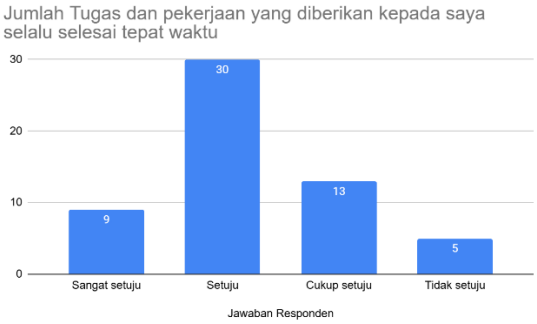
Gambar 6. Responden yang Bisa Memanfaatkan Waktu Luang

Pada pertanyaan ketujuh mengenai pengaturan prioritas antara aktivitas luar dan kuliah, jawaban terbanyak adalah "cukup setuju" (38,6%), diikuti "setuju" (28,1%), "sangat setuju" (21,1%), "sangat tidak setuju" (7,1%), dan "tidak setuju" (3,6%).



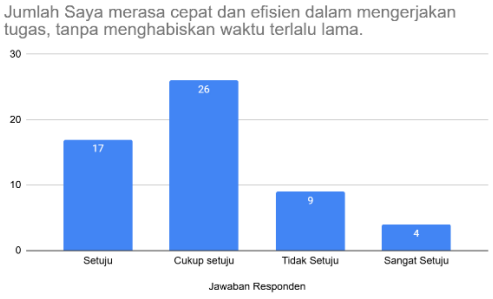
Gambar 7. Responden yang Bisa Mengatur Prioritas

Pada pertanyaan kedelapan tentang ketepatan waktu menyelesaikan tugas, mayoritas responden memilih “setuju” (52,6%), kemudian “cukup setuju” (22,8%), “sangat setuju” (15,8%), dan “tidak setuju” (8,8%).



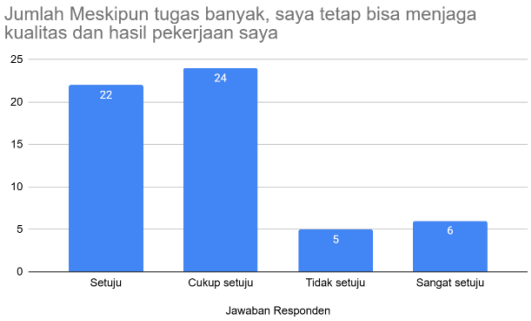
Gambar 8. Responden yang Bisa Menyelesaikan Tepat Waktu

Pada pertanyaan kesembilan terkait efisiensi bekerja, jawaban paling banyak adalah “cukup setuju” (48,4%), disusul “setuju” (30,4%), “tidak setuju” (16,1%), dan “sangat setuju” (7,1%).



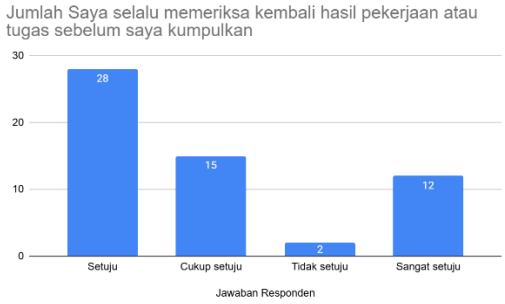
Gambar 9. Responden yang Efisien Dalam Mengerjakan Tugas

Pada pertanyaan ke 10 tentang kualitas pekerjaan meski tugas banyak, mayoritas responden menjawab “cukup setuju” (42,1%), kemudian “setuju” (38,8%), “sangat setuju” (10,5%), serta “tidak setuju” (8,8%).



Gambar 10. Responden yang Bisa Menjaga Hasil

Pada pertanyaan ke 11 mengenai kebiasaan memeriksa kembali tugas, mayoritas responden menjawab “setuju” (49,1%), diikuti “cukup setuju” (26,3%), “sangat setuju” (21,1%), dan “tidak setuju” (3,5%).

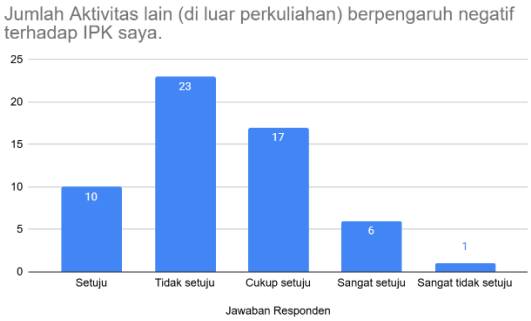


Gambar 11. Responden yang Memeriksa Tugasnya

Pada pertanyaan ke 12 tentang stres akibat tugas menumpuk, responden paling banyak menjawab “tidak setuju” (33,3%), disusul “cukup setuju” (28,1%), “setuju” (21,1%), “sangat tidak setuju” (12,3%), dan “sangat setuju” (5,3%).

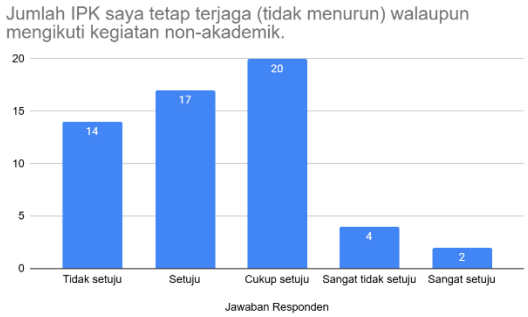
Gambar 12. Responden yang Merasa Stres dengan Deadline

Pada pertanyaan ke 13 mengenai pengaruh aktivitas luar terhadap IPK, sebagian besar responden memilih “tidak setuju” (40,4%), lalu “cukup setuju” (29,8%), “setuju” (17,5%), “sangat setuju” (10,5%), dan “sangat tidak setuju” (1,8%).



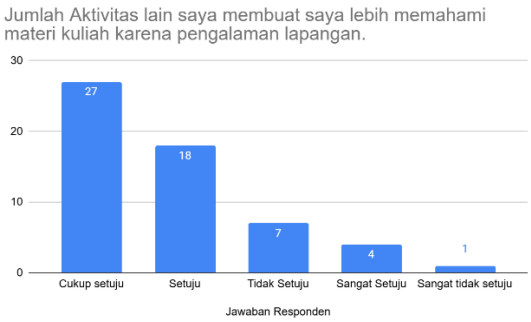
Gambar 13. Responden yang Terpengaruh dari Aktivitas Lain

Pada pertanyaan ke 14 tentang kestabilan IPK meski mengikuti kegiatan non-akademik, responden banyak menjawab “cukup setuju” (35,1%), kemudian “setuju” (29,8%), “tidak setuju” (24,6%), “sangat tidak setuju” (7%), dan “sangat setuju” (3,5%).



Gambar 14. IPK Responden yang Terjaga

Pada pertanyaan terakhir terkait manfaat aktivitas luar untuk memahami materi kuliah, mayoritas responden memilih “cukup setuju” (47,4%), diikuti “setuju” (31,6%), “sangat setuju” (7%), “tidak setuju” (1,8%), dan “sangat tidak setuju” (1,8%).



Gambar 15. Responden yang Memiliki Aktivitas Lain yang Memudahkan Kuliah

Pembahasan

Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan memberikan dampak yang beragam terhadap pencapaian akademik. Menurut Hidayat (2017), pengalaman berorganisasi mampu meningkatkan manajemen waktu dan kedisiplinan mahasiswa, sehingga mendukung proses belajar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Lestari dan Amini (2020) yang menunjukkan bahwa aktivitas organisasi memperkuat soft-skill dan memberi pengalaman nyata yang relevan dengan materi kuliah. Hal tersebut tercermin

dalam data penelitian ini, di mana 28,1% responden setuju dan 21,1% sangat setuju bahwa berbagai aktivitas luar kampus membantu mereka mengatur prioritas antara perkuliahan dan kegiatan lain. Selain itu, 31,8% setuju dan 47,4% cukup setuju bahwa pengalaman luar kelas memperdalam pemahaman materi kuliah, sejalan dengan temuan Rahmawati (2019) yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman lapangan dapat meningkatkan pemahaman akademik mahasiswa.

Meski demikian, aktivitas organisasi juga dapat menimbulkan dampak negatif bila tidak dikelola dengan baik. Menurut Pratama dan Rahayu (2018), intensitas kegiatan organisasi yang tinggi berpotensi meningkatkan tekanan akademik dan mengganggu fokus belajar mahasiswa. Hal ini tampak pada sebagian responden dalam penelitian ini, di mana meskipun 40,4% tidak setuju bahwa kegiatan non-akademik menurunkan IPK, tetap terdapat kemungkinan terjadinya penurunan prestasi bagi mahasiswa dengan manajemen waktu yang kurang optimal. Temuan ini konsisten dengan pendapat Sari dan Winata (2021) yang menjelaskan bahwa beban organisasi yang berlebihan dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara tanggung jawab akademik dan kewajiban organisasi, sehingga memengaruhi pencapaian belajar.

Keseimbangan antara kegiatan organisasi dan akademik menjadi faktor penting bagi keberhasilan studi mahasiswa. Survei menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah berupaya mengelola aktivitasnya—36,8% setuju dan 29,8% sangat setuju bahwa mereka membuat jadwal untuk mengatur tugas, sedangkan 40,4% cukup setuju mampu membagi waktu antara kewajiban akademik dan kegiatan lain. Kemampuan manajemen waktu merupakan penentu utama apakah organisasi berdampak positif atau negatif terhadap IPK mahasiswa (Putri & Nugroho, 2020).

Secara keseluruhan, mahasiswa yang aktif dalam organisasi tidak selalu lebih rentan mengalami penurunan IPK. Sebagian responden, yaitu 35,1% cukup setuju dan 29,8% setuju, menyatakan bahwa IPK mereka tetap stabil meskipun mengikuti kegiatan non-akademik. Pendapat ini didukung oleh Wicaksono (2016), yang menjelaskan bahwa keaktifan organisasi tidak secara langsung menurunkan prestasi akademik, melainkan tergantung pada kemampuan mahasiswa dalam menentukan prioritas. Selain itu, kegiatan organisasi dapat memberikan efek konstruktif apabila mahasiswa mampu menjaga disiplin belajar dan mengelola tanggung jawab dengan baik (Hartati, 2022). Dengan demikian, aktivitas organisasi dapat menjadi faktor pendukung keberhasilan akademik selama mahasiswa mampu menjaga keseimbangan antara kedua aspek tersebut.

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa beban tugas kuliah membuat banyak mahasiswa mengalami stres, dengan 45,61% merasa sering kewalahan. Tingginya stres ini berdampak pada menurunnya minat mengikuti organisasi karena mahasiswa lebih memprioritaskan tugas kuliah. Temuan ini sejalan dengan Widyastuti (2020) yang menyatakan bahwa beban akademik tinggi dapat mengurangi partisipasi mahasiswa dalam kegiatan non-akademik. Kemampuan manajemen waktu juga memengaruhi keterlibatan mahasiswa dalam organisasi. Sebanyak 22,81% mahasiswa mengaku kesulitan mengatur waktu, sehingga tidak mampu menyeimbangkan tugas kuliah dan aktivitas organisasi. Hal ini mendukung penelitian Putri & Rachmawati (2022) bahwa manajemen waktu yang buruk meningkatkan stres dan mengurangi partisipasi organisasi.

Selain itu, lebih dari 56% mahasiswa percaya bahwa kegiatan organisasi bisa menurunkan IPK mereka. Kekhawatiran ini membuat mahasiswa memilih fokus pada akademik dibanding terlibat aktif dalam organisasi. Pratama (2019) juga menemukan bahwa prestasi akademik sering menjadi alasan utama mahasiswa membatasi aktivitas organisasi. Fenomena "*overwhelmed*" terlihat jelas pada mahasiswa tahun pertama. Sekitar 31,57% merasa IPK mereka sulit terjaga jika mengikuti organisasi, menunjukkan

proses adaptasi yang belum optimal. Temuan ini sesuai dengan Lestari (2021) yang menyatakan mahasiswa baru rentan kewalahan menghadapi tuntutan akademik.

Mahasiswa umumnya memakai kombinasi alat perencanaan sederhana (to-do list) dan penjadwalan visual (kalender digital/analog) serta teknik pembagian waktu seperti time-blocking untuk mengalokasikan slot fokus bagi kegiatan kuliah, praktikum, dan tugas. Pendekatan ini membantu memperjelas prioritas, mengurangi beban kognitif pengambilan keputusan, dan meningkatkan kontinuitas belajar terutama bila dipadukan dengan review mingguan dan pemecahan tugas besar menjadi subtugas yang terjadwal (Valente dkk, 2024). Intervensi pelatihan manajemen waktu yang menekankan pembuatan jadwal, prioritisasi, dan evaluasi rutin terbukti meningkatkan kualitas pembelajaran dan kebiasaan belajar mahasiswa (Holili dkk, 2024).

Mahasiswa yang aktif dalam kegiatan diluar kuliah cenderung mengembangkan keterampilan pengelolaan waktu yang lebih terstruktur karena kebutuhan menyeimbangkan tanggung jawab organisasi dan akademik, mereka melaporkan penggunaan teknik perencanaan yang lebih intens misal pembagian tugas, delegasi, dan time-blocking serta dukungan sosial yang membantu pemenuhan tenggat (Septiyaningrum, 2025). Namun efektivitas ini bergantung pada kapasitas individu untuk menetapkan prioritas keaktifan yang berlebih tanpa strategi manajemen yang baik justru dapat menurunkan performa akademik (Fauzi dkk, 2024). Dengan kata lain, keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas di luar kuliah dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu bila disertai motivasi, perencanaan, dan dukungan sosial yang memadai.

Hambatan yang sering dilaporkan mahasiswa meliputi gangguan digital (notifikasi, multitasking), prokrastinasi, beban tugas yang terakumulasi, dan kurangnya keterampilan perencanaan atau kontrol diri ditambah faktor eksternal seperti tuntutan kerja paruh waktu atau masalah akses perangkat (Kundakci dkk. 2024). Studi juga menunjukkan bahwa stres dan masalah kesejahteraan mental memperburuk kemampuan mengatur waktu, sehingga solusi efektif tidak hanya teknis (kalender/*to-do*) tetapi juga perlu memuat intervensi untuk mengurangi gangguan dan meningkatkan self-regulation serta dukungan institusional (Rahman dkk, 2024).

Mahasiswa FMIPA memiliki serangkaian faktor pendukung yang signifikan dalam mengelola aktivitas dan menyelesaikan tugas kuliah, terutama yang bersumber dari lingkungan sosial dan sistem terstruktur. Lingkungan pertemanan yang suportif memainkan peran sentral; adanya dukungan sosial dari rekan sebaya terbukti berfungsi sebagai *pengingat eksternal* dan pendorong motivasi kolektif, yang esensial dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik dan menyusun strategi belajar yang lebih terkoordinasi dan efektif (Sari & Fardani, 2021).

Aktivitas non-akademik lain yang mendukung adalah kegiatan pengembangan *soft skill* seperti *volunteering* atau kepanitiaan mandiri yang memiliki sistem yang terstruktur. Struktur kegiatan yang rapi ini secara praktis melatih mahasiswa dalam keterampilan manajerial kunci seperti delegasi, penetapan prioritas, dan disiplin waktu, yang merupakan *transferable skills* yang secara positif memengaruhi kinerja akademik dan efisiensi studi (Siska dkk., 2025). Dukungan juga datang dari pihak akademik, yaitu dosen yang komunikatif terkait *deadline* tugas. Kejelasan informasi mengenai batas waktu tugas sangat krusial karena mengurangi ambiguitas dan ketidakpastian akademik. Hal ini memungkinkan mahasiswa untuk membuat jadwal yang realistis, meredakan tingkat kecemasan, dan menjalankan perencanaan waktu dengan lebih tertib (Utami, 2020).

Mesikipun mereka mendapat dukungan yang sehat, manajemen waktu dalam berkuliah juga mendapat beberapa hambatan. Gangguan digital dari media sosial dan game online menjadi penghambat yang paling krusial dan universal. Meski bersifat internal dalam penggunaan, sumber gangguan ini berasal dari luar dan menyebabkan mahasiswa kesulitan berfokus pada tugas, terutama saat bekerja sendiri (Wulandari &

Subagya, 2020). Jadwal praktikum yang padat menyebabkan kelelahan ekstrem dan *burnout*, kondisi yang secara langsung mengganggu kemampuan mahasiswa untuk fokus, beristirahat, dan mengalokasikan waktu untuk tugas lain (Rini & Subarkah, 2023). Aktivitas diluar kuliah yang bentrok dengan jadwal kuliah menjadi kendala yang nyata. Konflik peran antara tanggung jawab akademik dan non akademik, terutama ketika benturan jadwal tidak dapat dihindari, dapat menyebabkan mahasiswa mengorbankan waktu kelas atau waktu belajar, yang berdampak negatif pada hasil belajar (Septiani, 2024). Ketidakjelasan atau keterlambatan penyampaian informasi tugas dapat menghambat perencanaan yang akurat, karena mahasiswa kesulitan memprioritaskan tugas jika informasi *deadline* tidak disampaikan dengan tegas dan seragam (Ircham Surahman, 2023).

Hasil menunjukkan bahwa aktivitas akademik yang padat pada mahasiswa FMIPA Universitas Negeri Malang angkatan 2024 memiliki dua dampak utama pada kemampuan manajemen waktu. sebagian mahasiswa mampu beradaptasi dan meningkatkan keterampilan perencanaan, namun sebagian lain justru mengalami hambatan dalam membagi waktu, mempertahankan fokus, serta menghindari perilaku menunda nunda. solusi yang diperlukan berupa intervensi institusional untuk membantu mahasiswa mengelola beban aktivitas akademik. Fakultas dapat menerapkan kalender penugasan terintegrasi atau sistem penjadwalan yang lebih transparan agar mahasiswa dapat memperkirakan waktu pengerjaan dan tidak mengalami penumpukan tugas pada minggu tertentu. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa penjadwalan yang jelas dapat menurunkan stres akademik dan meningkatkan motivasi belajar mahasiswa (Kurniawan & Idris, 2023).

Mahasiswa perlu mendapatkan pelatihan atau pembiasaan strategi manajemen waktu praktis seperti teknik *time blocking, to do list dan weekly review*. Pelatihan ini penting karena manajemen waktu tidak hanya bergantung pada kesadaran, tetapi juga keterampilan regulasi diri dalam merencanakan dan mengimplementasikan prioritas (Padli, 2023). solusi lain bisa berupa penguatan kapasitas individu melalui pelatihan pengendalian prokrastinasi dan peningkatan fokus belajar. Data menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami kesulitan untuk tetap fokus atau cenderung menunda-nunda pekerjaan, sehingga kualitas manajemen waktu menurun. Intervensi seperti pengaturan lingkungan belajar, pengurangan distraksi, serta latihan konsentrasi dapat membantu mahasiswa bekerja lebih efisien (Suryani, 2021).

Penelitian berikutnya disarankan untuk tidak hanya mengukur hubungan antar variabel, melainkan berfokus pada mekanisme yang mendasarinya. Peneliti dapat menguji peran variabel mediasi seperti Manajemen Waktu atau Resiliensi mahasiswa sebagai penghubung pengaruh aktivitas organisasi dan tugas kuliah. Selain itu, cakupan variabel dependen perlu diperluas mencakup aspek non-akademik, seperti kesejahteraan mental dan pengembangan keterampilan sosial, guna menghasilkan temuan yang lebih komprehensif. Disarankan pula pelaksanaan studi longitudinal dengan melibatkan Angkatan 2024 yang sama pada periode akademik berikutnya, untuk mengamati dinamika dan perubahan pola pengaruh seiring proses adaptasi mahasiswa.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi penting yang harus dijadikan acuan oleh berbagai pihak. Mahasiswa didorong untuk memprioritaskan kualitas partisipasi organisasi dibandingkan kuantitas, menjadikan temuan ini sebagai dasar pertimbangan dalam pengambilan keputusan komitmen di masa perkuliahan. Dosen dan pihak departemen disarankan untuk meningkatkan koordinasi beban tugas guna menghindari penumpukan tenggat waktu untuk tugas yang diberikan, yang kerap menjadi sumber tekanan signifikan bagi mahasiswa baru. Terakhir, pihak institusi perlu memperkuat program dukungan mahasiswa, khususnya melalui pelatihan manajemen waktu dan layanan konseling psikologi yang memadai, guna membantu mahasiswa FMIPA Angkatan 2024 mencapai keseimbangan optimal antara akademik dan non-akademik.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu proses pengumpulan data tidak sepenuhnya berjalan sesuai rencana, terutama karena keterbatasan waktu dalam mencari responden. Target awal memperoleh 60 responden dalam satu minggu tidak tercapai tepat waktu sehingga durasi pengumpulan data berlangsung lebih lama dari jadwal penelitian yang telah ditetapkan. Kondisi ini berdampak pada pergeseran waktu penyusunan hasil dan pembahasan, yang pada akhirnya mengurangi ruang bagi peneliti untuk melakukan pendalaman analisis secara lebih komprehensif. Meskipun demikian, temuan yang dihasilkan tetap memberikan gambaran awal yang bermakna mengenai pengaruh aktivitas organisasi dan tugas kuliah terhadap mahasiswa FMIPA angkatan 2024, dan dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dengan cakupan responden dan waktu penelitian yang lebih optimal.

Kesimpulan

Aktivitas organisasi memberikan pengaruh yang bersifat positif maupun negatif terhadap pencapaian akademik mahasiswa. Keterlibatan dalam organisasi terbukti dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu, disiplin, serta pemahaman materi perkuliahan melalui pengalaman lapangan. Data menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah berupaya mengatur waktu dengan membuat jadwal dan menentukan prioritas, sehingga kegiatan non-akademik tidak secara langsung menurunkan IPK. Namun, dampak negatif tetap muncul apabila intensitas kegiatan organisasi terlalu tinggi atau tidak diimbangi dengan kemampuan regulasi diri yang baik, yang dapat menimbulkan tekanan akademik dan mengganggu proses belajar. Selain itu, faktor-faktor seperti beban tugas perkuliahan, jadwal yang padat, serta kemampuan adaptasi juga berpengaruh terhadap keseimbangan antara aktivitas organisasi dan akademik. Mahasiswa yang tidak mampu mengatur waktu dengan efektif cenderung lebih rentan mengalami penurunan fokus dan performa akademik. Oleh karena itu, keberhasilan dalam menjaga stabilitas IPK bukan semata ditentukan oleh keaktifan organisasi, melainkan oleh kemampuan mahasiswa mengelola prioritas, dukungan lingkungan, serta sistem akademik yang terstruktur. Dengan pengelolaan yang tepat, aktivitas organisasi justru dapat menjadi pendukung kompetensi akademik dan pengembangan diri mahasiswa.

Daftar Pustaka

Damanik, M. R., Rusli, Manik, R. L., & Khadafi, M. 2025. Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *JIIC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(7).

Fauzi, M., Darwis M., & Nasrullah M. 2024. The Influence of Student Participation in Student Organizations on Academic Achievement. Pinisi *Journal of Education and Management.* 3(2): 90-101

Febrianur, H. G., & Rahmah, D. D. N. 2024. Kesiapan Kerja Mahasiswa: Eksplorasi Pengaruh Keaktifan Berorganisasi dan Efikasi Diri. *Jurnal Manajemen, Pendidikan dan Ilmu Sosial (JMPIS).* 5(6): 2594–2601.

Hartati, S. 2022. Pengaruh aktivitas kemahasiswaan terhadap disiplin dan prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tinggi*, 14(2), 112–123.

Hidayat, R. 2017. Peran organisasi kemahasiswaan dalam membentuk kemampuan manajemen waktu mahasiswa. *Jurnal Pengembangan Pendidikan*, 6(1), 45–53.

Holili, M., Shafa M., Faizatul W., Feriska L., & Ahmad W. 2024. Improving The Quality of Student Learning Through Time Management Training: An Experimental Research. *Journal of Education and Learning*. 01(02): 91-101

Ircham Surahman. 2023. Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaian Tugas Akhir: Studi Kasus Kendala Komunikasi dan Administrasi. *Jurnal Riset Pendidikan*, 8(1), 45–58.

Kundakci, Y. E., Sultan K., & Medine S. A. 2024. Physical Activity, Leisure-Time Management, Perceived Barriers to Physical Activity and Mental Well-Being Among Turkish University Students. *Discover Mental Health*. 4(1): 54

Kurniawan, R., & Idris, M. 2023. Pengaruh Penjadwalan Akademik terhadap Tingkat Stres dan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 15(2), 112–124.

Lestari, F. 2021. Masalah Penyesuaian Akademik pada Mahasiswa Baru. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 12(2), 145–152.

Lestari, N., & Amini, F. 2020. Keterlibatan organisasi dan pengaruhnya terhadap soft-skill mahasiswa. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 9(3), 201–210.

Marpaung A. N. & Maristella J. L. 2025. Efektivitas Manajemen Waktu dalam Meningkatkan Disiplin Absen dan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Media Informatika (JUMIN).* 6(2): 789-792

Martiana, D. S., Ningsih, E. I. W., & Afifah, P. J. 2022. Hubungan Keaktifan Mahasiswa Dalam Berorganisasi Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Masyarakat. *CERMIN: Jurnal Penelitian*. 6(2):548–560.

Muharsih L. & Muhammad S. P. L. 2024. Manfaat dan Tantangan Organisasi: Pengaruhnya Pada Perjalanan Perkuliahan. *Journal of Education, Language, Social and Management*. 2(1)

Padli, M. 2023. Self-Regulated Learning dan Manajemen Waktu pada Mahasiswa Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(1), 45–56

Pemayun, A. A. G. S. D., Prahasasgita, M. S., Wulandari, D. N., & Herlovina, N. K. S. 2024. Pelatihan manajemen waktu pada mahasiswa psikologi Universitas Udayana. *Community Development Journal*. 5(4): 7702–7713.

Pratama, A., & Rahayu, D. 2018. Dampak beban organisasi terhadap stres akademik mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 4(2), 75–84.

Pratama, R. B. 2019. Hubungan Antara Aktivitas Organisasi dengan Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 7(1), 55–63.

Putri, A. N., & Rachmawati, W. 2022. Manajemen Waktu dan Dampaknya terhadap Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 10(3), 210–218.

Putri, M., & Nugroho, A. 2020. Manajemen waktu sebagai prediktor prestasi akademik pada mahasiswa aktif organisasi. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 22(1), 33–41.

Rahman, W., Loso J., & Henny S. 2024. Obstacle Factors and Difficulty Factors for Students in Higher Education in Completing Final Assignments. *Journal of Educatinal Research and Evaluation*. 8(1): 118-127

Rahmawati, S. 2019. Pembelajaran berbasis pengalaman lapangan dan dampaknya pada pemahaman akademik mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(4), 256–264.

Rini, R. A., & Subarkah, A. 2023. Pengaruh Beban Kerja Akademik Terhadap Tingkat Burnout pada Mahasiswa Fakultas Teknik. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 19(2), 167–180.

Sari, P. K., & Fardani, R. N. 2021. Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dan Teman Sebaya dengan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 173–181.

Sari, Y., & Winata, G. 2021. Konflik peran mahasiswa antara tuntutan akademik dan organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Sosial dan Pendidikan*, 8(1), 91–102.

Septiani, R. R. 2024. Analisis Konflik Peran Ganda Mahasiswa Aktif Organisasi Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Kajian Sosial dan Budaya*, 10(1), 88–102.

Septiyaningrum, E. A. 2025. The Influence of Motivation, Time Management, Self-Efficacy, and Social Support on The Academic Achievement of Activist Students Participating in Student Organizations (ORMAWA) at Universitas Muhammadiyah

Surakarta. *Indonesian Interdisciplinary Journal of Sharia Economics*. 8(1): 1671-1692

Siska, D., Andini, R., & Permata, I. 2025. Peran Keterlibatan Kegiatan Mahasiswa dalam Peningkatan Time Management Skill dan Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 12(1), 1–15.

Suryani, L. 2021. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Intervensi Pendidikan*, 7(3), 201–210.

Utami, N. N. 2020. Pengaruh Komunikasi Dosen dan Lingkungan Belajar Terhadap Kinerja Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 4(2), 120–135.

Valente, S., Sergio D. L., & Albilio L. 2024. Planning Time Management in School Activities and Relation to Procrastination: A Study for Educational Sustainability. *Systainability*. 16(16): 6883

Wicaksono, T. 2016. Hubungan keaktifan organisasi dengan prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(2), 140–149.

Wulandari, R., & Subagya, S. 2020. Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Dampaknya Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 1–10.

Yulizar, M. R., Mubarak, N., Saputra, & Komalasari, S. 2025. Apakah Mahasiswa Aktif Berorganisasi Lebih Dari Satu Mengakibatkan Prokrastinasi Akademik?. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*. 5(1).