

Abstrak

Mahasiswa yang bekerja memiliki tantangan dalam menjalankan peran ganda antara kuliah dan pekerjaan. Ketidakseimbangan antara keduanya dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang bekerja. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara manajemen waktu dengan *psychological well-being*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 141 mahasiswa yang bekerja. Metode pengumpulan data menggunakan dua skala, yaitu skala manajemen waktu dan skala *psychological well-being*. Skala manajemen waktu dikembangkan berdasarkan aspek dari Macan pada tahun 1994, sedangkan skala *psychological well-being* mengacu pada dimensi dari Ryff dan Keyes pada tahun 1989. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *Pearson Product Moment* menggunakan bantuan program SPSS 25. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara manajemen waktu dan *psychological well-being* dengan nilai signifikansi $p = 0,03$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, semakin tinggi manajemen waktu maka *psychological well-being* pada mahasiswa yang bekerja akan semakin tinggi.

Kata Kunci: mahasiswa yang bekerja, manajemen waktu, *psychological well-being*

Abstract

Working students face challenges in balancing their roles as learners and employees, which can affect their psychological well-being. This study aims to examine the relationship between time management and psychological well-being among working students. This research employed a quantitative correlational approach involving 141 working students as participants. The instruments used were two scales: a time management scale and a psychological well-being scale constructed based on relevant dimensions. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results showed a significant positive correlation between time management and psychological well-being, a significance level of 0.03. These findings indicate that the better students manage their time, the higher their psychological well-being tends to be. The conclusion of this study is that time management plays an important role in supporting the psychological condition of students who carry dual roles.

Keywords: *psychological well-being, time management, working students*