

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. Pembahasan Hasil Penelitian

Peneliti melakukan penelitian kepada 3 informan dengan latar belakang N berusia 24 tahun dengan pendidikan terakhir S1 dan sekarang bekerja sebagai *security* bagian IT dan penjoki *game* Mobile Legends. Informan B berusia 25 tahun dengan pendidikan terakhir S1 dan sekarang bekerja sebagai *web designer* bagian IT dan penjoki *game* Mobile Legends. Informan T berusia 24 tahun dengan pendidikan terakhir SMA, sudah menikah, memiliki 1 anak dan sekarang bekerja sebagai *programmer* dan penjoki *game* Mobile Legends.

Berdasarkan hasil yang didapatkan peneliti dalam penelitian ini kepada kedua informan terdapat gambaran *time management* pada penjoki *game* Mobile Legends yang menjadi karyawan di bidang IT dari aspek-aspek, faktor pendukung dengan beberapa metode atau cara untuk mengatur waktu yang dialami kedua informan dan faktor penghambat dengan beberapa faktor keluarga yang dialami salah satu informan. Menikah membuat seseorang susah untuk mengatur waktunya didukung dengan faktor jenis kelamin yang mempengaruhi *time management*, sejalan dengan satu informan. Menurut hasil penelitian Inayati (2021) menjelaskan bahwa masalah yang timbul ketika menikah salah satunya manajemen waktu. Hal tersebut akan berdampak kepada seseorang saat ingin mengatur waktunya. Ada faktor lainnya juga yang mempengaruhi *time management* yaitu jenis kelamin, sejalan dengan satu informan yang memiliki jenis kelamin laki-laki. Menurut hasil penelitian Khatib (2014) menjelaskan bahwa perempuan memiliki kemampuan manajemen waktu yang lebih baik daripada laki-laki.

Dijelaskan lebih lanjut oleh hasil penelitian Linda (2017) dimana terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan jenis kelamin. Peneliti hanya menemukan salah satu informan dari ketiga informan yang tidak bisa mengatur waktu dan hanya satu informan yang sudah menikah. Kedua informan yang memiliki *time management* dimulai dari kebiasaan ketika informan masih kecil. Menurut hasil penelitian Nihayati et al., (2020) menjelaskan bahwa sukses merupakan hasil dari kebiasaan jadi langkah pertama untuk memperlancar

bagaimana seseorang bisa mengatur waktu dimulai dengan kebiasaan mengontrol diri. Hal ini sejalan dengan yang peneliti temukan di kedua informan bagaimana kedua informan sedari kecil sudah terbiasa untuk mengatur waktu untuk beristirahat, sekolah, bekerja, dan sebagainya.

Berdasarkan temuan peneliti dalam penelitian ini, gambaran *time management* dari kedua informan terdiri dari 2 tema yaitu aspek-aspek *time management* dan faktor pendukung *time management*. Selain itu, dalam penelitian ini terdapat salah satu informan masih memiliki *time management* yang kurang baik hal tersebut terdiri dari 3 tema yaitu salah satu aspek *time management*, faktor pendukung, dan faktor penghambat *time management*. Aspek *time management* memiliki tiga komponen, yaitu 1) menetapkan tujuan dan prioritas, dalam hal tersebut dimana seseorang bisa memiliki tujuan dan prioritas dalam pekerjaannya sehari-hari. 2) Teknik atau mekanisme manajemen waktu, dalam hal tersebut dimana seseorang bisa membuat jadwal, agenda, dan sebagainya. 3) Preferensi untuk terorganisasi, dimana seseorang membuat evaluasi terhadap jadwal yang sudah dibuat agar bisa menjadi lebih efektif lagi di keesokan harinya. Ketiga informan memiliki tujuan dan prioritasnya masing-masing dalam pekerjaannya. Selain itu, kedua informan memiliki jadwal dan selalu membuat jadwal ketika setelah pulang kerja dari IT. Setelah itu, kedua informan selalu membuat evaluasi atas jadwal yang sudah dibuat dengan tujuan agar lebih efektif dalam waktu bekerja. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Kholisa (2012) menjelaskan bahwa adanya hubungan manajemen waktu dengan efektivitas kerja. Hal tersebut sejalan dengan dua informan yang memenuhi aspek *time management* dimana informan bisa merasa lebih efektif dalam bekerja ketika menggunakan *time management*.

Berdasarkan aspek menetapkan tujuan dan prioritas, didapatkan hasil ketiga informan memiliki prioritas yang sama yaitu bekerja di bidang IT karena menurut ketiga informan, pekerjaan di bidang IT merupakan pekerjaan yang memiliki prospek yang bagus. Menurut B dan T pekerjaan di IT memiliki gaji yang stabil dan memiliki prospek yang bagus jika dibandingkan dengan pekerjaan joki dimana joki hanya bergantung pada *game* yang dimainkan dan minat dari pelanggan. Ketika ketiga informan memprioritaskan pekerjaan di bidang IT yang akhirnya membuat

pekerjaan joki menjadi pekerjaan sampingan dimana waktu yang dibutuhkan untuk joki tidak sebanyak 6-10 jam seharusnya. Hal itu juga membantu informan ketika membutuhkan waktu istirahat yang lebih dan melakukan kegiatan yang lain. Dari ketiga informan yang memiliki tujuan dan prioritas, seharusnya hal tersebut dapat membantu ketiga informan dalam mencapai cita-cita atau target yang ingin dicapai. Hal ini sejalan dengan penelitian Qolbi & Sutrisno (2021) menjelaskan bahwa mengatur prioritas dapat menghasilkan pola hidup yang tepat sasaran sehingga hidup berjalan lurus sesuai tujuan. Jadi prioritas dapat membantu ketiga informan untuk mencapai target yang ingin dicapai.

Berdasarkan aspek teknik atau mekanisme manajemen waktu, didapatkan hasil kedua informan membuat jadwal atau agenda setelah pulang kerja dari IT. Menurut N dan B membuat jadwal atau agenda setelah pulang kerja IT untuk membantu apa yang akan dilakukan setelah pulang kerja dari IT. Ketika bekerja di IT, N dan B sudah memiliki jadwal masing-masing di perusahaannya seperti apa yang akan dilakukan hari ini dan target apa saja yang harus dipenuhi hari ini. Dari pembuatan jadwal setelah pulang kerja dari IT bisa membantu para informan juga dalam penentuan berapa akun yang akan di joki hari ini, apakah akan menjoki hari ini, dan bisa membuat perkiraan waktu kapan selesai dalam menjoki dan waktu untuk istirahat. Pembuatan estimasi waktu tersebut juga dibantu dengan pengalaman informan N dan B selama membuat jadwal. Hal itu juga muncul dari proses evaluasi yang dilakukan informan N dan B setiap malam sebelum tidur akhirnya bisa membantu informan dalam membuat estimasi waktu dalam jadwal. Sebelum dilakukan pembuatan jadwal, biasanya informan N dan B melakukan *planning* terlebih dahulu, sehingga bisa menyusun jadwal seperti mengatur waktu istirahat, apa saja yang akan dilakukan, dan membuat perkiraan estimasi waktu setiap pekerjaan. Terkadang hal tersebut sangat susah untuk diatur dalam joki karena waktu permainan setiap gamenya tidak menentu. Menurut Nugraha (2022) permainan Mobile Legends dalam 1 *match* bisa sekitar 16-25 menit jika normal tetapi bisa sampai 26 menit ke atas. Membuat jadwal atau agenda merupakan cara seseorang untuk bisa mencapai tujuan atau target yang telah ditetapkan. Menurut Susanto (2014) dalam membuat jadwal belajar dapat membantu proses belajar

untuk bisa meningkatkan prestasi belajar. Dari informan N dan B sudah baik dalam mengatur jadwal dan membuat jadwal jadi langkah selanjutnya yang dilakukan informan N dan B yaitu pengoptimalan waktu seperti memanfaatkan waktu luang untuk istirahat dan peningkatan ketrampilan seperti informan B yang memiliki kebiasaan untuk belajar hal-hal baru mengenai IT seperti program-program yang digunakan dalam *web designer*. Jadi kedua informan dengan membuat jadwal bisa membantu untuk mencapai target yang diinginkan.

Berdasarkan aspek preferensi untuk terorganisasi, didapatkan hasil kedua informan membuat evaluasi sehari-harinya. N dan B membuat evaluasi dengan tujuan untuk bisa bekerja lebih efektif dan efisien lagi. Terkadang B memikirkan hal-hal apa saja yang dilakukan pada hari tersebut dengan tujuan mengetahui kegiatan apa saja yang dilakukan secara berlebihan dan tidak sesuai dengan tujuan yang ada. Evaluasi membantu informan untuk bisa bekerja lebih efektif agar mencapai tujuan. Evaluasi juga bisa membantu dalam joki yang sudah dilakukan informan apakah sudah sesuai target waktu dan akun joki yang sudah ditentukan awalnya. Hal ini sejalan dengan menurut Nursam (2017) menjelaskan bahwa tujuan adanya evaluasi untuk membantu mengukur seberapa jauh tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Jadi adanya evaluasi juga membantu informan bekerja lebih efektif untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan.

Berdasarkan temuan peneliti dalam penelitian ini, terdapat faktor pendukung dengan 3 komponen, yaitu 1) adanya target yang jelas, dimana seseorang harus memiliki target yang jelas dalam setiap pekerjaannya. 2) Adanya prioritas kerja, dimana seseorang akan memberi energinya yang lebih untuk prioritas pekerjaan yang ditetapkan. 3) Pendelegasian tugas, dimana pekerjaan yang dianggap tidak prioritas akan diberikan kepada orang lain. Ketiga informan memiliki target dan prioritas dalam pekerjaan yang jelas. Selain itu, ketiga informan selalu mendelegasikan tugas joki kepada sesama penjoki ketika lagi berhalangan atau capek yang berlebihan.

Berdasarkan faktor pendukung adanya target yang jelas, didapatkan hasil dari ketiga informan memiliki target masing-masing di setiap pekerjaannya. Informan N dan B memiliki target di joki mengerjakan 2-3 akun per harinya.

Kemudian untuk T mengerjakan 1 akun dalam waktu 2-3 hari. Selain itu, untuk di IT, N dan B memiliki target melakukan pengawasan, pengelolaan, dan mengerjakan waktu 10% dari *deadline* waktu yang diberikan. Target bisa membantu informan untuk hidup yang lebih terarah dan agar mudah untuk mengatur waktunya. Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Asmariansi (2018) dimana dengan adanya target pencapaian maka hidup menjadi lebih terarah dan waktu pun dapat diatur sebaik-baiknya. Jadi target bisa membantu hidup menjadi lebih terarah.

Berdasarkan faktor pendukung adanya prioritas kerja, didapatkan hasil dari ketiga informan memiliki prioritas yang jelas dalam pekerjaannya. N, B, dan T memiliki prioritas dalam pekerjaan di bidang IT karena pekerjaan di IT memiliki prospek yang bagus dan secara gaji tetap. Prioritas membantu seseorang untuk bisa mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Asmariansi (2018) dimana dengan adanya prioritas yang jelas dapat membantu seseorang untuk menjalankan manajemen waktu dengan baik dan dapat mencurahkan seluruh energi untuk prioritas yang telah ditetapkan. Jadi prioritas membantu untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan.

Berdasarkan faktor pendukung pendelegasian tugas, didapatkan hasil dari ketiga informan melakukan pendelegasian tugas yang tidak diprioritaskan. N, B, dan T mendelegasikan tugas joki atau orderan joki ketika mengalami orderan joki yang menumpuk, capek, sakit, atau ada halangan. Pendelegasian tugas dapat membantu meringankan pekerjaan dan sisa waktu yang ada dapat digunakan untuk melakukan pekerjaan yang menjadi prioritas. Hal ini sejalan dengan penelitian Asmariansi (2018) dimana pekerjaan yang dianggap tidak utama dilakukan pendelegasian tugas dengan tujuan meringankan pekerjaan dan sisa waktu yang ada dapat digunakan untuk melakukan pekerjaan yang menjadi prioritas. Jadi pendelegasian tugas membantu untuk meringankan pekerjaan sehingga bisa mencapai tujuan.

Berdasarkan temuan peneliti dalam penelitian ini, terdapat faktor penghambat dengan 3 komponen, yaitu 1) penundaan pekerjaan, dimana seseorang melakukan penundaan pekerjaan seringkali menghabiskan waktu dan tidak bisa memanfaatkan waktu yang ada. 2) *Multitasking*, dimana seseorang melakukan 2

pekerjaan di waktu yang bersamaan. 3) Tidak dapat mengatakan "tidak", dimana seseorang selalu menerima pekerjaan tanpa memikirkan kesehatan untuk dirinya sendiri. Satu informan suka mendelegasikan tugas yang menjadi prioritas yang mengakibatkan penundaan pekerjaan. Selain itu, satu informan melakukan *multitasking* dan mudah terganggu oleh notif yang mengakibatkan penundaan pekerjaan. Kemudian, satu informan juga selalu menerima orderan joki yang mengakibatkan sakit dan tidak tidur.

Berdasarkan faktor penghambat penundaan pekerjaan, didapatkan hasil dari satu informan melakukan penundaan pekerjaan yang seringkali menghabiskan waktu. T menunda pekerjaan suka mendelegasikan tugas yang menjadi prioritas utamanya. Penundaan pekerjaan akan menyebabkan kegiatan seringkali tidak sesuai rencana. Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Rosyidi (2015) dimana prokrastinasi menyebabkan berbagai kegiatan menjadi tidak sesuai dengan rencana yang telah dibuat. Jadi penundaan pekerjaan menjadi faktor penghambat *time management* untuk mencapai tujuan.

Berdasarkan faktor penghambat *multitasking*, didapatkan hasil dari satu informan dimana sering melakukan *multitasking* pada waktu bekerja di IT dan joki. T melakukan *multitasking* ketika ada orderan joki yang belum selesai, T akan melakukan joki di kantor selagi bekerja sebagai *programmer*. T juga seringkali mudah terganggu dengan notif di Hpnya yang awalnya ia bekerja, akhirnya ia membuka Hpnya dan tidak lanjut bekerja lagi. *Multitasking* merupakan masalah, karena membuat seseorang menjadi sulit fokus. Hal ini sejalan menurut Kerja (2022) dimana *multitasking* tidak membantu seseorang untuk meningkatkan produktivitas karena orang-orang pada umumnya sulit untuk bisa fokus dalam 2 pekerjaan sekaligus.

Berdasarkan faktor penghambat tidak dapat mengatakan "tidak", didapatkan hasil dari satu informan dimana sering menerima orderan yang terlalu banyak. T seringkali menerima orderan joki terlalu banyak sehingga pernah sakit dan tidak tidur selama 2 hari. Faktor penghambat tidak dapat mengatakan "tidak" akan menghambat waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan pekerjaannya. Hal ini sejalan dengan menurut Kerja (2022) dimana tidak dapat mengatakan "tidak" bisa

menghambat waktu yang dimiliki karena waktu merupakan sumber daya yang paling berharga dan terkadang tidak memiliki waktu untuk menyelesaikan seluruh tugas. Adanya kemampuan mengatur waktu dari dua informan, sehingga dapat disimpulkan terdapat gambaran *time management* pada penjoki *game Mobile Legends* yang menjadi karyawan di bidang IT dipengaruhi 3 aspek *time management* dan 3 faktor pendukung *time management*.

## 5.2. Refleksi Penelitian

Setelah peneliti melakukan penelitian ini, peneliti mendapatkan data dari beberapa informan terkait *time management* dalam sudut pandang yang berbeda dalam menghadapi pekerjaan tersebut. Pembelajaran yang didapatkan oleh peneliti adalah tidak bisa menuduh orang lain seenaknya tanpa tahu kehidupan di belakangnya seperti apa, karena hal tersebut sangat mempengaruhi bagaimana orang mengatur waktu dalam bekerja, istirahat, dan sebagainya.

Selama proses penelitian berlangsung, peneliti mengalami banyak kekurangan dan keterbatasan. Peneliti tidak mengetahui bahwa salah satu informan yang diwawancarai merupakan orang yang sudah menikah, seharusnya peneliti mencari informan yang statusnya belum menikah karena hal tersebut sangat mempengaruhi dalam penerapan *time management*. Selain itu, keterbatasan yang ada dalam proses penelitian yaitu wawancara hanya dilakukan melalui aplikasi *Zoom* dikarenakan berbeda domisili dengan peneliti. Peneliti juga masih kurang dalam melakukan *probing* dikarenakan peneliti hanya fokus dalam penggalian data dan beberapa informan merupakan teman lama dari peneliti jadi peneliti masih kurang dalam melakukan *probing*.

## 5.3. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat gambaran *time management* yang baik pada penjoki *game Mobile Legends* yang menjadi karyawan di bidang IT dari gambaran aspek-aspek dan faktor pendukung. Pada aspek menetapkan tujuan dan prioritas terlihat pada informan yaitu informan memiliki prioritas yang jelas dalam dua pekerjaan yang dimiliki. Pada aspek teknik atau mekanisme manajemen waktu terlihat pada informan pada saat mengatur waktu menggunakan jadwal atau agenda yang dibuat

setelah pulang kerja dari IT. Kedua informan memiliki kebiasaan untuk mengatur waktu dari kecil sehingga pada waktu sekarang, kedua informan bisa memiliki *time management*. Selain itu, informan memiliki pengalaman yang akhirnya membantu informan dalam membuat jadwal seperti membuat estimasi waktu pekerjaan yang ada di dalam jadwal. *The law of control* yang dimiliki informan juga sudah bisa dilihat, dimana kedua informan mampu mengendalikan hidupnya sendiri dan sadar akan dirinya sendiri seperti kesadaran terhadap rasa lelah atau capek ketika bekerja, dan sebagainya. Menurut psikolog adanya 2 faktor *the law of control* yaitu *internal locus of control* dan *external locus of control*. Dimana *internal locus of control*, seseorang merasa bisa menentukan nasibnya sendiri dan *external locus of control*, seseorang merasa tertekan terhadap tanggung jawab, pekerjaan, dan merasa memiliki sedikit waktu untuk mengerjakan pekerjaannya. Hal ini bisa dilihat pada informan N dan B yang memiliki *time management* dimana mereka merasa sadar akan dirinya sendiri seperti ketika merasa capek, mereka akan mendelegasikan tugas jokinnya yang dimana joki ini bukan merupakan prioritas utama dalam 2 pekerjaan yang dimiliki. Selain itu, informan T tidak memiliki *time management* dimana ia selalu merasa tidak memiliki waktu yang banyak meskipun memiliki prioritas dalam pekerjaan. Pada aspek preferensi untuk terorganisasi terlihat pada informan saat melakukan evaluasi setelah seharian bekerja. Hal itu digunakan informan sebagai sarana untuk mengetahui kegiatan mana saja yang waktunya dihabiskan paling banyak dengan tujuan keesokan harinya bisa bekerja menjadi lebih efektif.

#### **5.4. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran:

1. Bagi informan penelitian

Peneliti menyarankan para informan agar dapat mengatur waktu dan mengoptimalkan waktu yang ada sehingga tidak terjadi sakit karena kurangnya istirahat.

2. Bagi penjoki *game* Mobile Legends dan karyawan di bidang IT

Peneliti menyarankan untuk membuat prioritas ketika harus mengerjakan tugas joki dan tugas sebagai karyawan di bidang IT.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk penelitian lebih lanjut lagi yang ingin melakukan penelitian dengan menggunakan topik yang sama, diharapkan memperdalam mengenai *time management* dan lebih *detail* dalam pencarian informan agar bisa menjadi lebih efektif dan berguna dalam penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achab, S., Nicolier, M., Mauny, F., Monnin, J., Trojak, B., Vandel, P., Sechter, D., Gorwood, P., & Haffen, E. (2011). *Massively multiplayer online role-playing games : comparing characteristics of addict vs non-addict online recruited gamers in a French adult population*. 1–12.
- Adebisi, J. F. (2013). *Time Management Practices and Its Effect on Business Performance*. 9(1), 165–168.  
<https://doi.org/10.3968/j.css.1923669720130901.2419>
- Ambarita, R. P., Damayanti, R., & Mafra, N. U. (2022). Pengaruh Manajemen Waktu Dan Kemampuan Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan Pada PT. Pacific Global Utama Desa Tanjung Lalang Kabupaten Muara Enim. *Jurnal Media Wahana Ekonomika*, 19(2), 304.  
<https://doi.org/10.31851/jmwe.v19i2.8938>
- Asmariyani, A. (2018). Hubungan Manajemen Waktu Terhadap Hasil Belajar. *Al-Afkar : Manajemen Pendidikan Islam*, 6(2), 67–88.  
<https://doi.org/10.32520/al-afkar.v6i2.237>
- Blackmore, S. (2017). *The Average Work Week: How Many Hours Do Business Owners Work?* LinkedIn. <https://www.linkedin.com/pulse/average-work-week-how-many-hours-do-business-owners-sammy-blackmore>
- Claessens, B. J. C., Eerde, W. Van, Rutte, C. G., Roe, R. A., Claessens, B. J. C., Eerde, W. Van, & Rutte, C. G. (2007). *A review of the time management literature*. <https://doi.org/10.1108/00483480710726136>
- Conroy, E., Kowal, M., Toth, A. J., & Campbell, M. J. (2021). Boosting : Rank and skill deception in esports ☆. *Entertainment Computing*, 36, 100393.  
<https://doi.org/10.1016/j.entcom.2020.100393>
- Darmayanti, E. F. (2016). ANALISIS PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN DIKAITKAN DENGAN TIME MANAGEMENT. *AKUISISI-Vol 12 No. 2*, 12(3), 28.
- Fitzgerald. (2020). *ESSENTIAL FACTS*.
- Flick, U. (2017). *The Sage Handbook of Qualitative Data Collection*.
- Forsyth, P. (2022). *Successful Time Management*.

- Gea, A. A. (2014). *TIME MANAGEMENT : MENGGUNAKAN WAKTU SECARA EFEKTIF DAN EFISIEN*. 45, 777–785.
- Grafiani, C. P. (2023). *Seni Manajemen Waktu*.
- Griffiths, M. (2017). *The Psychosocial Impact of Professional Gamblings, Professional Video. Gaming & Esports*. Nottingham Trent Institutional Repository. <https://core.ac.uk/reader/74252560>
- Handayani, R. (2018). Analisa Aktivitas Fandom Mobile Legend Indonesia Dalam Membangun Struktur Komoditas Baru ( Studi Tentang Media Baru ). *Al-Munzir*, 11(1), 141–162.
- Herjati, P., Dionchi, P., & Pratama, N. H. (2022). *Proses Transisi Pemuda Penjoki Mobile Legends di Kota Malang dalam Konteks Masyarakat Risiko The Transition Process of Youth Mobile Legends Jockey in Malang City as Part of the Risk Society*. 07(2), 176–194.
- Hoffmacan, T. (1994). *Time Management : Test of a Process Model Time Management : Test of a Process Model*. March. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.79.3.381>
- Hoffmacan, T., Gibson, J. M., & Cunningham, J. (2010). Will you remember to read this article later when you have time? The relationship between prospective memory and time management. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 725–730. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.015>
- Inayati, Y. (2021). *Manajemen Waktu Pada Mahasiswa Yang Menikah*. i–33. [http://eprints.ums.ac.id/92715/11/NASKAH\\_PUBLIKASI..pdf](http://eprints.ums.ac.id/92715/11/NASKAH_PUBLIKASI..pdf)
- Intelligence. (2021). *Number of mobile gaming users worldwide in 2021, by region*. Statista.Com. <https://www.statista.com/statistics/512112/number-mobile-gamers-world-by-region/>
- Jasmine, N. M., Psikologi, F., & Airlangga, U. (2021). *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Gambaran Psychological Well-Being pada Pro-player Tim E-Sport Indonesia*. 1(2), 1357–1368.
- Karima, A. (2022). *Meningkatkan Level Player dengan Joki Gim, Etis atau Tidak?* Kumparan.Com. <https://kumparan.com/azizah-k/meningkatkan-level-player-dengan-joki-gim-etis-atau-tidak-1yHZH81ZJLC>

- Karir, T. (2021). *Ini Alasan Pentingnya Pengalaman Kerja untuk Kemajuan Karir*. <https://www.topkarir.com/article/detail/ini-alasan-pentingnya-pengalaman-kerja-untuk-kemajuan-karir>
- Kerja, D. (2022). *Tantangan Manajemen Waktu dan Cara Untuk Mengatasinya*. <https://dokodemo-kerja.com/blog/ind/dunia-kerja/manajemen-waktu/>
- Khatib, A. S. Al. (2014). *Time Management and Its Relation to Students' Stress, Gender and Academic Achievement among Sample of Students at Al Ain University of Science and Technology, UAE* *Time Management and Its Relation to Students' Stress, Gender and Academic Achievement among Sampl.* 20–22.
- Kholisa, N. (2012). Hubungan Manajemen Waktu dengan Efektivitas Kerja Karyawan. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1(1), 56–60. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip>
- Khotimah, K., Suratmi, S., & Qowi, N. H. (2022). Relationship of Time Management with The Habit of Academic Procrastination in Nursing Students. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.54771/jnms.v1i2.643>
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Koseling Gusjigang*, 3(1), 97–103. <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/download/1120/1071>
- Lestari. (2015). *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*.
- Linda. (2017). Manajemen Waktu Pada Himpunan Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 10(1), 1–8.
- Ma, H., Wu, Y., & Wu, X. (2013). *Research on Essential Difference of E-Sport and Online Game*. 615–621. <https://doi.org/10.1007/978-1-4471-4796-1>
- Minarni, L., & Sudagijono, J. S. (2015). *Lia Minarni, Jaka Santosa Sudagijono : Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Minum Obat...* 13–22.
- Newzoo. (2019). *Newzoo Global Games Market Report 2019 | Light Version*. Newzoo.Com. <https://newzoo.com/resources/trend-reports/newzoo-global->

games-market-report-2019-light-version

- Nihayati, N., Nasional, B. S., Sumarni, E., & Nasional, B. S. (2020). *Kajian Kepuasan Pelanggan di Perpustakaan Badan Standardisasi Nasional Kajian permintaan standar nasional Indonesia ( SNI ) melalui PNBPN di Perpustakaan BSN. May*, I-V 1-109.  
[https://www.researchgate.net/profile/Nihayati\\_Nihayati/publication/341312264\\_Kajian\\_Kepuasan\\_Pelanggan\\_di\\_Perpustakaan\\_Badan\\_Standardisasi\\_Nasional/links/5eba44ed4585152169c84984/Kajian-Kepuasan-Pelanggan-di-Perpustakaan-Badan-Standardisasi-Nasional.pdf#p](https://www.researchgate.net/profile/Nihayati_Nihayati/publication/341312264_Kajian_Kepuasan_Pelanggan_di_Perpustakaan_Badan_Standardisasi_Nasional/links/5eba44ed4585152169c84984/Kajian-Kepuasan-Pelanggan-di-Perpustakaan-Badan-Standardisasi-Nasional.pdf#p)
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). *Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. 1*(1), 29–34.
- Nugraha, M. (2022). *Berapa menit 1 match di Mobile Legends?*  
<https://esportsku.com/berapa-menit-1-match-di-mobile-legends/>
- Nursam, N. (2017). Manajemen Kinerja. *Kelola: Journal of Islamic Education Management*, 2(2), 167–175. <https://doi.org/10.24256/kelola.v2i2.438>
- Paridawati, I., Daulay, M. I., & Amalia, R. (2021). *JOURNAL ON TEACHER EDUCATION Research & Learning in Faculty of Education Persepsi Orangtua Terhadap Penggunaan Smartphone pada Anak Usia Dini di Desa Indrasakti Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar. 2*, 28–34.
- Pintarnya, L. (2023). *Full Time*. Layanan Pintarnya.Com.  
<https://layanan.pintarnya.com/kamus/f/full-time/#:~:text=Perbedaan yang paling mencolok adalah,20-30 jam per minggu.>
- Poerwandari, E. K. (2013). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*.
- Qolbi, & Sutrisno, S. (2021). Manajemen Skala Prioritas Kehidupan Manusia dalam Perspektif Agama Islam. *NUKHBATUL 'ULUM: Jurnal Bidang Kajian Islam*, 7(2), 197–210. <https://doi.org/10.36701/nukhbah.v7i2.357>
- Rosyidi, H. (2015). Psikologi Kepribadian (Paradigma traits, Kognitif, Behavioristik dan Humanistik). In *Jaudar Press: Vol. (Issue 9)*.
- Sampoernauniversity. (2022). *Manajemen waktu: Manfaat, Dampak Buruk, Tips*.

- <https://www.sampoernauniversity.ac.id/id/manajemen-waktu/>
- Sobers, R. (2023). *What Working in Cybersecurity is Really Like: A Day in the Life*. <https://www.varonis.com/blog/working-in-cybersecurity>
- Social. (2021). *DIGITAL 2021: GLOBAL OVERVIEW REPORT*.  
Datareportal.Com. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report>
- Solikhawati, A. (2022). *ANALISIS DAMPAK MULTITASKING DALAM PENINGKATAN MUAMALAH BERKAH SEJAHTERA SURABAYA SKRIPSI Oleh : ANISA SOLIKHAWATI NIM : G94218155 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA*.
- Speaking, P. (2023). *3 Dampak Negatif Kurangnya Time Manajemen*.  
<https://publicspeakingacademy.co.id/dampak-kurangannya-time-manajemen/>
- Srijanti, Purwanto, S. K., & Artiningrum Primi. (2007). *Etika Membangun Sikap Profesionalisme Sarjana*. 4(1), 9–15.
- Stainton-Rogers, W., & Willig, C. (2017). *The Sage Handbook of Qualitative Research in Psychology*.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Susanto, H. (2014). Mengembangkan Kemampuan Self Regulation untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 07, 64–71. [http://www.academia.edu/download/34838935/Hal.64-71\\_Mengembangkan\\_Self\\_Regulation.pdf](http://www.academia.edu/download/34838935/Hal.64-71_Mengembangkan_Self_Regulation.pdf)
- Syelviani, M. (2020). *PENTINGNYA MANAJEMEN WAKTU DALAM MENCAPAI EFEKTIVITAS BAGI MAHASISWA (Studi Kasus Mahasiswa Program Studi Manajemen Unisi)*. 6(1).
- Vorderer, P., Hartmann, T., & Amsterdam, V. U. (2014). *Explaining the enjoyment of playing video games: The role of competition*. January 2003. <https://doi.org/10.1145/958720.958735>
- Willig, C. (2013). *Introducing Qualitative Research in Psychology*.