

**POLA PEMANFAATAN WAKTU LUANG MAHASISWA SOSIOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS RIAU**

Oleh : Muhammad Syukri Hanafi

Email : muhammad.syukri3671@student.unri.ac.id

Pembimbing : Dr. Hesti Asriwandari, M.Si

Jurusan Sosiologi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Riau

Kampus Bina Widya, Jl. H.R. Soebrantas Km 12,5 Simp. Baru, Pekanbaru 28293

Telp/Fax. 0761-63277

ABSTRACT

This research are used for known the pattern of utilization of leisure time by sociology students at the Faculty of Social and Political, Riau University. The responses given by students (respondents) of course different. This difference can be seen from the use of free time, there is self-development, relaxation, or recreation. This research has 551 populations. This research used the slovin formula to determine the sample and obtained 186 samples. The sampling technique in this research are proportional random sampling. The Final Data was carried out through primary data using questionnaires and secondary data. From the results of this research, we can see that most students use their free time to do relaxation activities, such as resting, venting or worshipping.

Key words: Student Leisure Time, Self-Development, Relaxation, Recreation

1. PENDAHULUAN

Secara umum setiap individu memiliki waktu 24 jam dalam sehari semalam dan penggunaan waktu tersebut sangat tergantung terhadap kepentingan individu masing-masing. Waktu luang adalah waktu yang digunakan sebebas-bebasnya dan dapat menimbulkan perasaan yang lebih positif setelah memanfaatkannya. Dari segi cara pengisian waktu luang tersebut, waktu luang adalah waktu yang dapat diisi dengan individu sesuai dengan kesenangan pribadi individu tersebut.

Waktu luang dapat kita gambarkan dengan waktu senggang di mana waktu tersebut ada setelah segala kebutuhan terpenuhi. Yang mana waktu ini digunakan untuk melakukan hal sesuai dengan keinginan dan bertujuan untuk hal-hal yang positif menurut individu itu sendiri. Pernyataan ini diperkuat dengan pendapat ahli yaitu Brightbill yang beranggapan waktu luang erat kaitannya dengan kategori *discretionary time*, maksudnya waktu yang digunakan menurut pemilihan dan penilaian diri individu itu sendiri.

Seiring dengan perkembangan zaman dan gaya hidup mahasiswa terutama dalam pemanfaatan waktu luang mahasiswa yang kurang efisien sehingga dapat mengganggu proses studi mahasiswa tersebut. Berdasarkan alasan tersebut, penulis tertarik mengkaji lebih dalam tentang "Pola Pemanfaatan Waktu Luang Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau"

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan yang telah peneliti jelaskan pada latar belakang peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana aktifitas pemanfaatan waktu luang mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau?
2. Apa faktor yang mempengaruhi aktifitas pemanfaatan waktu luang mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau?

1.2 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui aktifitas mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau dalam melakukan pemanfaatan waktu luang.
2. Mengetahui faktor yang berpengaruh terhadap pemanfaatan waktu luang mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Gaya Hidup

David Chaney mengatakan bahwa gaya hidup adalah pola-pola tindakan yang membedakan antara satu orang dan lainnya. Lebih lanjut Chaney menjelaskan bahwa gaya hidup merupakan seperangkat praktik dan sikap yang masuk akal dalam konteks tertentu. Gaya hidup dapat dipahami sebagai sebuah karakteristik seseorang individu yang kasat mata, yang menandai sistem nilai, serta sikap terhadap diri sendiri dan lingkungannya.

2.2 Waktu Luang

Waktu luang dalam bahasa Inggris diartikan sebagai *leisure*. *Leisure* diartikan sebagai aktivitas waktu luang di luar pekerjaan dan tanggung jawab kegiatan pokok sehari-hari, yang dapat digunakan untuk 'menghibur' diri selepas bekerja, misalnya beristirahat, rekreasi ataupun melakukan aktivitas lain sesuai hobi atau sesuai keinginannya. Pada hakikatnya menjalankan aktivitas waktu luang tidak terbatas pada aktivitas yang bersifat rekreatif atau menghibur diri setelah bekerja, namun bisa juga seseorang melakukan aktivitas waktu luang yang dapat menambah pengetahuan atau meningkatkan keterampilan diri misalnya dengan mengikuti seminar, kursus (masak, menjahit, komputer, bahasa), dll. Apapun aktivitasnya asalkan yang bersangkutan memilih sebagai pilihannya sendiri secara bebas pada waktu luangnya.

2.3 Mahasiswa

Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam lingkungan masyarakat yang memperoleh status tersebut dikarenakan ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon individu yang intelektual dan cendekiawan dalam suatu lapisan masyarakat. Mahasiswa memiliki tugas untuk belajar agar diharapkan bisa meraih prestasi di bidang akademik ketika menempuh pendidikannya di perguruan tinggi. Mahasiswa juga diharapkan mampu menjalankan perannya sebagai seseorang Mahasiswa.

3. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Menurut Sugiyono (dalam Siyoto, 2015) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang

berlandaskan pada filsafat positifisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik. Dengan metode penelitian ini penulis bisa mengetahui bagaimana pola pemanfaatan waktu luang terhadap mahasiswa sosiologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau.

3.1 Lokasi Penelitian

Pengambilan lokasi dalam penelitian ini berdasarkan populasi, sebagaimana Siyoto & Sodik (2015: 63-64) mengatakan bahwa penelitian populasi akan melibatkan keseluruhan objek penelitian atau semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian. Lokasi penelitian merupakan objek sekaligus tempat di mana peneliti melakukan penelitian guna untuk memperoleh data-data yang diperlukan. Adapun lokasi penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau, Kampus Bina Widya Jalan Prof. Mucthar Lutfi, Kecamatan Tuah Madani, Kota Pekanbaru Provinsi Riau. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut dikarenakan lokasi tersebut menjadi titik kumpul mahasiswa sosiologi di mana mahasiswa sosiologi menjadi narasumber utama dari penelitian ini.

3.2 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan dari objek penelitian yang didapat melalui hasil pengukuran maupun acuan data yang diperoleh peneliti dari sumber terpercaya yang memiliki legalitas dalam memberikan data tersebut. Dalam penelitian ini, populasi merupakan obyek atau subyek yang memiliki

kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif angkatan 2020 sampai 2022 S1 Jurusan Sosilogi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau yang masih memiliki kewajiban menyelesaikan mata kuliahnya.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan Proposional Sampling, dan penentuan jumlah sampel penelitian menggunakan perhitungan Slovin. Rumus tersebut digunakan untuk menentukan ukuran sampel dari populasi yang telah diketahui jumlahnya yaitu sebanyak 551 mahasiswa menurut Sugiono (2017:81) untuk tingkat persisi yang ditetapkan dengan derajat nilai kritis 10%

Tabel 3.1
Hasil Perhitungan Slovin

| No. | Angkatan | Populasi | Solvin 10% |
|--------|----------|----------|------------|
| 1 | 2020 | 245 | 71 |
| 2 | 2021 | 223 | 69 |
| 3 | 2022 | 83 | 46 |
| Jumlah | | 551 | 186 |

Sumber: Olahan Peneliti (2022)

Dengan menggunakan rumus slovin maka sampel mahasiswa angkatan 2020 sampai 2022 yang awalnya berjumlah 551 diperkecil menjadi 186 orang.

3.3 Metode Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua sumber data, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer yaitu data yang di peroleh secara langsung, data ini diperoleh melalui pengisian angket dan kuisisioner kepada informan yang terkait dengan bahasan penelitian sedangkan data sekunder yaitu yang diperoleh dari

sumber tidak langsung seperti di buku, jurnal dan dokumentasi.

3.4 Teknik Analisis Data

Teknik ini dilakukan untuk memperjelas suatu data agar mudah dipahami dan menjadi salah satu solusi bagi permasalahan yang berkaitan dengan penelitian. Adapun teknik analisa data yang digunakan ialah kuantitatif. Teknik kuantitatif deskriptif adalah suatu metode untuk menganalisis data dengan cara menganalisa data yang telah terkumpul dengan mencari fakta yang berhubungan dengan penelitian. Data yang sudah terkumpul akan dikelompokkan dan dilakukan analisa statistik berupa perhitungan nilai mean, median, persentasi serta dilakukan cross tabel untuk menggambarkan hubungan sederhana dari perilaku dengan faktor yang mempengaruhi perilaku. Selanjutnya data ini disajikan dalam bentuk tabel dan untuk menggambarkan dari setiap data menggunakan *Software Computer* yaitu SPSS.

4. GAMBARAN UMUM

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) adalah Fakultas pertama yang didirikan di Universitas Riau. Pembentukannya didasarkan pada Keputusan Yayasan Riau No. 2 / KPTS / JUR / 62 pda tanggal 25 September 1962. Hal ini kemudian diperkuat oleh keputusan Menteri Pendidikan Tinggi dan Ilmu Pengetahuan No. 123 pada 20 September 1963 (efektif diakui pada 1 Oktober 1963)

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Riau, terletak F9FH+9CG, Simpang Baru, Kec. Binawidya, Kota Pekanbaru, Riau 28292. Universitas Riau memiliki sebuah Fakultas yang

menjadi wadah belajar bagi mahasiswa yang ingin menimba ilmu dan berkaitan dengan bidang Ilmu Sosial dan bidang Ilmu Politik atau Pemerintahan. Letak Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik cukup strategis yakni tidak terlalu jauh dari pusat kegiatan Mahasiswa yang ada seperti di depan kampus Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik sendiri terdapat wahana Mahasiswa yang disebut dengan Venue Panjat Tebing.

Secara strategis FISIP UNRI dirancang dan dipersiapkan memberikan kontribusi yang optimal mewujudkan Universitas Riset (Research University) sebagaimana Visi Universitas Riau. Fisipol Universitas Riau telah berhasil pula untuk menjadikan Program Studi Ilmu Hukum Jurusan Ilmu Pemerintahan menjadi Fakultas Hukum UNRI. Semenjak tahun 2001, FISIP telah memiliki Program Pascasarjana yang terdiri dari program studi ilmu Administrasi, Ilmu Politik, Sosiologi dan pada tahun 2015 berdiri pula program S2 Ilmu Komunikasi.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

| | |
|---|--------|
| T | Tinggi |
| S | Sedang |
| R | Rendah |

5.1 Aktifitas Pemanfaatan Waktu Luang

5.1.1 Pengembangan Diri

Tabel 5.1

Analisis Data Pengembangan Diri

| No | Kategori | Ferkuensi | Persentas |
|--------|----------|-----------|-----------|
| 1 | Tinggi | 3 | 2% |
| 2 | Sedang | 85 | 46% |
| 3 | Rendah | 98 | 52% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Hasil analisis tingkat pengisian aktifitas pemanfaatan waktu luang kategori pengembangan diri berdasarkan aktifitas mengikuti organisasi kampus, mengikuti seminar / pelatihan kampus, bergabung dalam kepanitiaan, membuka bisnis / usaha sendiri, mengikuti kegiatan kerelawanan, dan mengikuti kompetensi. Mendapatkan hasil dominan rendah dikarenakan respon responden mayoritas menjawab rendah dengan ferkuensi 98 respon rendah, jawaban sedang dengan ferkuensi 85 respon dan jawaban tinggi dengan ferkuensi 3 respon.

5.1.2 Relaksasi

Tabel 5.2

Analisis Data Relaksasi

| No | Kategori | Ferkuensi | Persentas |
|--------|----------|-----------|-----------|
| 1 | Tinggi | 80 | 43% |
| 2 | Sedang | 106 | 57% |
| 3 | Rendah | 0 | 0% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Hasil analisis tingkat pengisian aktifitas pemanfaatan waktu luang kategori relaksasi berdasarkan aktifitas istirahat yang cukup, konseling / curhat, dan beribadah. Mendapatkan hasil jawaban dominan sedang dikarenakan respon responden mayoritas menjawab sedang dengan ferkuensi 106 respon sedang dan jawaban tinggi dengan ferkuensi 80 respon.

5.1.3 Rekreasi

Tabel 5.3

Analisis Data Rekreasi

| No | Kategori | Ferkuensi | Persentas |
|----|----------|-----------|-----------|
| 1 | Tinggi | 71 | 38% |

| | | | |
|--------|--------|-----|------|
| 2 | Sedang | 115 | 62% |
| 3 | Rendah | 0 | 0% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Hasil analisis tingkat pengisian aktifitas pemanfaatan waktu luang kategori rekreasi berdasarkan aktifitas melakukan hobi, berkumpul bersama teman, *traveling* / jalan-jalan, dan berolahraga. Mendapatkan hasil dominan rendah dikarenakan respon responden mayoritas menjawab sedang dengan ferkuensi 115 respon sedang dan jawaban tinggi dengan ferkuensi 71 respon.

5.2 FAKTOR POLA PEMANFAATAN WAKTU LUANG

5.2.1 Angkatan

Tabel 5.4
Analisis Data Angkatan

| No. | Angkatan | Ferkuensi | Persentase |
|--------|----------|-----------|------------|
| 1 | 2020 | 71 | 38,2% |
| 2 | 2021 | 69 | 37,1% |
| 3 | 2022 | 46 | 24,7% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Hasil analisis tingkat faktor pemanfaatan waktu luang kategori angkatan. Sehingga yang mendapatkan nilai tertinggi adalah kategori angkatan 2020 dengan ferkuensi 71 respon.

5.2.2 Jenis Kelamin

Tabel 5.5
Analisis Data Jenis Kelamin

| No. | Jenis Kelamin | Ferkuensi | Persentase |
|--------|---------------|-----------|------------|
| 1 | Perempuan | 134 | 72% |
| 2 | Laki-laki | 52 | 28% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Hasil analisis tingkat faktor pemanfaatan waktu luang kategori jenis kelamin. Sehingga yang mendapatkan nilai tertinggi adalah kategori perempuan dengan nilai 134 respon.

5.2.3 Uang Bulanan

Tabel 5.6
Analisis Data Uang Bulanan

| No. | Uang saku bulanan | Ferkuensi | Persentase |
|--------|-------------------------------------|-----------|------------|
| 1 | > Rp. 2.000.001.00 | 17 | 9,1% |
| 2 | Rp. 1.000.001.00 - Rp. 2.000.000.00 | 84 | 45,2% |
| 3 | < Rp. 1.000.000.00 | 85 | 45,7% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Hasil analisis tingkat faktor pemanfaatan waktu luang kategori uang bulanan. Sehingga mendapatkan nilai tertinggi adalah kategori < Rp. 1.000.000.00 dengan nilai 85 respon.

5.2.4 Lingkungan Pertemanan

Tabel 5.7
Analisis Data Lingkungan
Pertemanan

| No. | Lingkungan Pertemanan | Ferkuensi | Persentase |
|--------|-----------------------|-----------|------------|
| 1 | Rekreasi | 42 | 22,6% |
| 2 | Relaksasi | 47 | 25,3% |
| 3 | Pengembangan diri | 97 | 52,2% |
| Jumlah | | 186 | 100% |

Sumber: Olahan Peneliti 2022

Analisis tingkat faktor pemanfaatan waktu luang kategori lingkungan pertemanan. Sehingga yang mendapatkan nilai tertinggi adalah kategori pengembangan diri dengan ferkuensi 97 respon.

5.3 Hasil Analisis Regresi

Dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel X (faktor yang mempengaruhi pola pemanfaatan waktu luang) dan Y (aktifitas pemanfaatan waktu luang). Peneliti menggunakan analisis regresi linier sederhana menggunakan bantuan SPSS 26.

Koefisien determinasi (*R square*) bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel dependen (aktifitas pemanfaatan waktu luang). Berikut hasil uji determinasi (*R Square*)

Tabel 5.8

Hasil uji determinasi (Model Summary^b)

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | .066 ^a | 0,004 | -0,001 | 0,297 |

a. Predictors: (Constant), Faktor

b. Dependent Variabel: Nilai Raport

Berdasarkan hasil Uji Determinasi Model Summary^b di atas diketahui nilai *R square* sebesar 0,066 (6,6%). Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan model regresi, dimana variabel idenpenden (faktor pemanfaatan waktu luang) memiliki pengaruh sangat rendah terhadap variabel dependen (aktifitas pemanfaatan waktu luang) sebesar 6,6%. Dan untuk menentukan berada pada kuadram nilai korelasi tersebut peneliti menggunakan acuan dari Neolaka (2014) arah kekuatan hubungan antar varibel ditujukan pada tabel dibawah ini:

Tabel 5.9

Interpretasi nilai r

| Interval Koefisen | Tingkat hubungan |
|-------------------|--------------------|
| 0.00 | Tidak ada korelasi |
| >0,00-0,199 | Sangat rendah |
| 0,20-0,399 | Rendah |
| 0,40-0,599 | Sedang |
| 0,60-0,799 | Kuat |
| 0,80-0,999 | Sangat kuat |
| 1,00 | Korelasi sempurna |

Sumber: Sugiyono (2012)

Dari tabel interpretasi r di atas membuktikan pengaruh faktor pemanfaatan waktu luang mahasiswa terhadap aktifitas pemanfaatan waktu luang mahasiswa berada pada interval koefisien yaitu > 0,00-0.199 dan interpretasinya masuk dalam kategori sangat rendah.

Tabel 5.10 ANOVA^a

| Model | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-------|------------|----------------|-----|-------------|-------|-------------------|
| 1 | Regression | 0,07 | 1 | 0,07 | 0,795 | .374 ^b |
| | Residual | 16,188 | 184 | 0,088 | | |
| Total | | 16,258 | 185 | | | |

a. Dependent Variable: Aktifitas

b. Predictors: (Constant), Faktor

Pada tabel ANOVA menjelaskan apakah ada pengaruh yang nyata (signifikan) variabel faktor pemanfaatan waktu luang mahasiswa (X) terhadap variabel aktifitas pemanfaatan waktu luang mahasiswa (Y). dari output diatas terlihat bahwa F hitung dengan tingkat signifikan Porbalitas $0,374 > 0,05$ maka model regresi tidak dapat dipakai untuk memprediksi variabel partisipasi.

6. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pola Pemanfaatan Waktu Luang Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau, maka pola pemanfaatan waktu luang mahasiswa sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau, Kampus Bina Widya, Jalan HR. Soebrantas, Pekanbaru memiliki pola pemanfaatan waktu luangnya lebih dominan atau banyak dihabiskan untuk kegiatan relaksasi seperti istirahat, konseling atau curhat, dan beribadah.

Faktor pemanfaatan waktu luang mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau lebih dominan terhadap uang saku dikarenakan rata-rata uang saku mahasiswa dengan nilai dominan adalah $< \text{Rp. } 1.000.000.00$ sehingga mahasiswa harus bisa memanfaatkan uang saku bulanan secara bijak dan harus dapat menghemat segala kebutuhan yang tidak terlalu perlu.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan relaksasi merupakan pola

pemanfaatan waktu luang yang sering dilakukan oleh mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau. Peneliti memberikan saran kepada lembaga yang menghimpun mahasiswa agar menjadi wadah konseling serta pengembangan diri yang lebih optimal sehingga mahasiswa terkhususnya Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau bisa mengisi waktu luangnya dengan maksimal dan berkualitas.

Pihak Jurusan Sosiologi dan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau seharusnya memberikan pelayanan atau *Consultaation Corner* terkait pengembangan bakat atau yang berhubungan dengan hal tersebut agar mahasiswa terwadahi serta tahu arah pengembangan bakatnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amos Neolaka (2014). *Metode Penelitian dan Statistik*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Arbaini, N. (2020). *"Gaya Hidup Shopaholic Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa FISIP Universitas Riau Yang Kecanduan Berbelanja Pakaian"*. Jom FISIP Vol 4 No.1 Febuari 2017. Department of Sociology Faculty of Social and Political Science University of Riau
- Arum, R. (2021). *"Apa Itu Mahasiswa"*. Gramedia Blog. Sumber: <https://www.gramedia.com/best-seller/apa-itu-mahasiswa/>
- Chaney, David. (1996). *"Lifestyle atau Lifestyle sebuah pengantar*

- komprehensif*". Nuraeni. 2004. Yogyakarta: Jalasutra.
- Cleopatra, M. (2015). "*Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika*". Sumber: Binghamton University Jurnal Formatif 5(2)
- Dapan, Setyawan, F. (2010). "*Pemanfaatan Waktu Luag Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Yogyakarta*". Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga. Vol. VI No. 2. Sumber: <https://journal.uny.ac.id/index.php/medikora/article/view/4699>
- Ernina, A. (2015). "*Motifasi Berwira Usaha Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Univerisits Jember Dalam Pemanfaatan Waktu Luang*". Skripsi Univeersitas Jember. Sumber: [https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65633/110210301052_ABIDA H%20ERVINA%20SAFITRI .pdf?sequence=1&isAllowed =y](https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65633/110210301052_ABIDA%20ERVINA%20SAFITRI.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Hartoto, J. (1983). "*Peranan Rekreasi bagi Kehidupan Keluarga*". Majalah. Yogyakarta: PPM IKJP Yogyakarta.
- Hayati, D. (2012). "*Aktifitas Waktu Luang (Leisure) Anak Jalanan di Sekitar Simpang Lima Kota Semarang Kota Semarang (Studi Anak Jalanan Binaan Yayasan Setara*". Jurnal Of Non Formal Education and Community Empowement. Sumber: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jnfc>
- Khairunisa, Febriana. S., Safri. (2015). "*Hubungan Gaya Hidup Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau*". Jurnal Neliti. Sumber: <https://www.neliti.com/id/publications/186812/hubungan-gaya-hidup-dengan-prestasi-akademik-mahasiswa-keperawatan-universitas-r>
- Lukman Baharudin dan Setiyo Hartono. 2016. "*Hubungan Antara Aktivitas Olahraga dengan Kemampuan Gerak Dasar Siswa*". Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. 4 (1) : 236-241
- Mahmudi, H. (2016). "*Penggunaan Waktu Luang Mahasiswa Putra FIK Universitas Negri Yogyakarta*". Skripsi Universitas Negri Yogyakarta. Sumber: https://eprints.uny.ac.id/37420/1/SKRIPSI%20Heri%20Mahmudi_12603141033.pdf
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, (2020).
- Octavina, S. (2020). "*Pengaruh Sistem Pembayaran Ukt Terhadap Prestasi Mahasiswa*". Skripsi Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah. Sumber: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/53141/1/SKRIPSI%20SHERA%20OCTAVIANA%20%2811150150009116%29.pdf>
- Paridah. (2009). "*Pola Pengolaan Waktu dan Hasil Belajar Siswa Yang Sekolah Sambil Bekerja*". Artikel Penelitian. Sumber:

- <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/download/31907/75676580494>.
- Popsy, T. (2007). "*Jurnal Psikologi Populer*". Wordpress. Sumber: <http://poopsy.wordpress.com/2007/06/05/mengisi-celah-waktu-luang>
- Riadi, Muchlisin (2018). "*Pengertian, Jenis, Indikator dan Faktor yang mempengaruhi Gaya Hidup*". Dikutip dari <https://www.kajianpustaka.com/2018/03/pengertian-jenis-indikator-dan-faktor-yang-mempengaruhi-gaya-hidup.html>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). "*Dasar Metodologi Penelitian*" Dr. Sandu Siyoto, SKM, M.Kes M. Ali Sodik, M.A. 1.
- Sugiyono (2012). "*Metode Penelitian Kuantitatif*". Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2013). "*Metode Penelitian Kuantitatif*". Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2017). "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*". Bandung : Alfabeta, CV. Sumber: <https://massugiyantojambi.wordpress.com/2011/04/15/teori-motivasi/>
- Sugiyono. (2018). "*Metode Penelitian Kuantitatif*". Bandung: Alfabeta.
- Torkildsen, George. (1986). "*Leisure and Recreation Management*". Buku. Cambridge University Press.
- Yulianti, M. (2013). "*Motivasi Mahasiswa Universitas Riau dalam Melakukan Perjalanan Wisata Motivation of University of Riau Students in Travelling*". Jurnal Repository Universitas Riau. Sumber: <https://repository.unri.ac.id/handle/123456789/1031>