

NGHIÊN CỨU CÁC NHÂN TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN KỸ NĂNG QUẢN LÝ THỜI GIAN CỦA SINH VIÊN: NGHIÊN CỨU TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP HÀ NỘI

RESEARCH ON FACTORS AFFECTING STUDENT'S TIME MANAGEMENT SKILLS: STUDY AT HANOI UNIVERSITY OF INDUSTRY

Nguyễn Thị Thanh Loan^{1,*}, Nguyễn Thị My¹, Nguyễn Thị Thu¹,
Trần Thị Ánh¹, Vương Phương Ngân¹, Phạm Thị Hằng Nga¹

DOI: <https://doi.org/10.57001/huih5804.2024.067>

TÓM TẮT

Nghiên cứu vận dụng lý thuyết hành vi có kế hoạch của Ajzen (1991) và mô hình của Britton và Tesser (1991) để đo lường kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên và xem xét tác động của các nhân tố tới kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên Khoa Kế toán - Kiểm toán, Trường Đại học Công nghiệp Hà Nội thông qua mô hình định lượng với phần mềm SPSS 25. Kết quả nghiên cứu cho thấy: Với biến phụ thuộc kỹ năng quản lý thời gian đánh giá thông qua thiết lập mục tiêu, các biến độc lập như nhân tố thói quen; nhận thức của bản thân và mạng xã hội có mối quan hệ ảnh hưởng thuận chiều. Tương tự, với biến phụ thuộc kỹ năng quản lý thời gian đánh giá thông qua lập kế hoạch và thực hiện kế hoạch chịu ảnh hưởng tác động thuận chiều bởi ba nhân tố: nhân tố thói quen; nhận thức của bản thân và mạng xã hội. Trên cơ sở kết quả nghiên cứu, nhóm nghiên cứu đã đề xuất khuyến nghị đối với sinh viên và nhà trường.

Từ khóa: Kỹ năng quản lý thời gian; lập kế hoạch; thiết lập mục tiêu; thực hiện kế hoạch.

ABSTRACT

The study applies Ajzen's (1991) theory of planned behavior and Britton and Tesser's (1991) model to measure students' time management skills and examine the impact of various factors on students' time management skills of students in the Accounting - Auditing department at Hanoi University of Industry are assessed using a quantitative model with SPSS 25 software. The research results show that for the dependent variable of time management skills evaluated through goal setting, independent variables such as habits, self-awareness, and social networks have a positive correlation. With the dependent variable of time management skill evaluated through planning and implementation influenced positively by three factors: habit, self-perception, and social network. On the basis of the research results, the research team proposed recommendations for students and the university.

Keywords: Time management skills; planning; goal setting; implementing the plan.

¹Khoa Kế toán - Kiểm toán, Trường Đại học Công nghiệp Hà Nội

*Email: nguyenthithanhloan@hauivn.edu.vn

Ngày nhận bài: 01/8/2023

Ngày nhận bài sửa sau phản biện: 09/9/2023

Ngày chấp nhận đăng: 25/02/2024

DANH MỤC VIẾT TẮT

KH	Lập kế hoạch
MI	Mạng xã hội
QH	Mối quan hệ
GD	Môi trường giáo dục
BT	Nhận thức của bản thân
MT	Thiết lập mục tiêu
TQ	Thói quen
TH	Thực hiện kế hoạch

1. GIỚI THIỆU

Quản lý thời gian được coi là một vấn đề quan trọng đối với mỗi con người, giúp cho mỗi cá nhân làm chủ được quỹ thời gian mình có, làm chủ được cuộc sống và chủ động hơn trong mọi trường hợp. Nếu quản lý thời gian không tốt, con người sẽ phải đối mặt với những vấn đề như năng suất làm việc kém, lãng phí thời gian, mất cân bằng trong cuộc sống,... Thực trạng cho thấy nhiều sinh viên Việt Nam hiện nay là người có quỹ thời gian rảnh rỗi vô cùng lớn, thế nhưng lại là đối tượng lãng phí thời gian và chưa biết cách quản lý chúng một cách hiệu quả. Một trong số những nguyên nhân dẫn đến thực trạng trên đó là do kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên còn nhiều hạn chế.

Nghiên cứu các nhân tố ảnh hưởng tới kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên là một trong những vấn đề được sinh viên, lãnh đạo các trường đại học đặc biệt là Trường Đại học Công nghiệp Hà Nội nói chung, cũng như sinh viên Khoa Kế toán - Kiểm toán nói riêng, đặt vấn đề cần chú trọng, khảo sát, nghiên cứu để giúp sinh viên nhận thức rõ hơn về kiến thức, về kỹ năng quản lý thời gian, từ đó đề ra những biện pháp giúp sinh viên nâng cao khả năng quản lý thời gian của bản thân mình.

Nghiên cứu này được thực hiện với mục tiêu chính là cho sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Hà Nội nói chung, cũng như sinh viên Khoa Kế toán - Kiểm toán nói riêng thấy rõ được thực trạng kỹ năng quản lý thời gian của mình và các nhân tố ảnh hưởng tới kỹ năng quản lý thời gian, góp phần làm đa dạng hóa các giải pháp hỗ trợ cho sinh viên các trường đại học trong giai đoạn hiện nay.

2. TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU

Trên thế giới đã có nhiều nghiên cứu về ảnh hưởng của các nhân tố tới kỹ năng quản lý thời gian, các nghiên cứu điển hình được liệt kê trong bảng 1.

Bảng 1. Tổng quan nghiên cứu

Năm/Tên nghiên cứu	Tên tác giả	Biến phụ thuộc	Biến độc lập	Kết quả nghiên cứu
(2014) Factors affecting time management and nurses' performance in Hebron Hospitals	Qteat M., Sayej S.	Quản lý thời gian, Hiệu suất của nhân viên	(1) Giới tính, (2) Trình độ học vấn, (3) Kinh nghiệm, (4) Động lực làm việc, (5) Hiệu quả lãnh đạo và quản lý thời gian	Không có mối tương quan có ý nghĩa giữa giới tính, trình độ học vấn, kinh nghiệm hoặc trình độ của người tham gia và quản lý thời gian hoặc hiệu suất của y tá. Việc quản lý thời gian của y tá có thể bị ảnh hưởng bởi những trở ngại cá nhân.
(2015) Phát triển kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên bậc đại học Trường Đại học Nội vụ Hà Nội	Nguyễn Tiên Trang	Kỹ năng quản lý thời gian	(1) Năng lực cá nhân, (2) Thói quen, sở thích, văn hóa cá nhân, (3) Nguồn lực cá nhân, tài chính, (4) Công nghệ thông tin, (5) Môi trường xã hội, môi trường giáo dục, (6) Quan hệ xã hội	Phần lớn sinh viên chỉ đạt mức trung bình khi khảo sát về các kỹ năng trong nhóm tiêu chí đánh giá hiệu quả quản lý thời gian của sinh viên, đặc biệt nổi bật là kỹ năng sử dụng các công cụ quản lý thời gian.
(2020) Các yếu tố ảnh hưởng đến quản trị thời gian của sinh viên trường Đại học Thương mại	Mai Thanh Lan	Quản trị thời gian	(1) Nhận thức của bản thân, (2) Làm việc không có kế hoạch, (3) Thói quen cá nhân, (4) Sự quá tải công việc, (5)	Hầu hết sinh viên đều bị dồn công việc của nhiều ngày để làm trong khoảng thời gian ngắn và có quá nhiều mục tiêu và muốn hoàn thành chúng cùng một lúc. Ngoài ra các

			Những trường hợp bất khả kháng, (6) Công việc đột xuất, mối quan hệ xung quanh.	mối quan hệ cũng giúp sinh viên giảm bớt áp lực trong học tập, công việc.
(2022) Factors affecting the time management of graduate medical sciences students during the COVID-19 pandemic	Abdi M., Naghiloo M.J., Dinmohammadi M.	Quản lý thời gian	13 biến cá nhân và học tập	Trong 13 biến cá nhân và học tập của sinh viên, trình độ học vấn và thời lượng học mỗi ngày có hiệu quả trong việc dự đoán kỹ năng quản lý thời gian (trong đó thời lượng học mỗi ngày có hiệu quả mạnh mẽ hơn).

Nguồn: Tổng hợp nghiên cứu của nhóm tác giả

3. CƠ SỞ LÝ THUYẾT VÀ CÁC GIẢ THUYẾT NGHIÊN CỨU

3.1. Cơ sở lý thuyết

Lý thuyết hành vi có kế hoạch (TPB - Theory of planned behaviour) được xem là lý thuyết nền tảng trong nghiên cứu về kỹ năng quản lý thời gian và các nhân tố ảnh hưởng tới kỹ năng quản lý thời gian.

Lý thuyết hành vi có kế hoạch của Ajzen (1991) có khả năng áp dụng và dự đoán trong phạm vi khá rộng. Lý thuyết này cũng được các nhà nghiên cứu sử dụng rộng rãi trong nhiều lĩnh vực khác nhau như: giáo dục, quản lý, tài chính, môi trường và kinh tế,...

Lý thuyết TPB được xây dựng với 3 thành phần để nghiên cứu hành vi của con người về một lĩnh vực, về một hành động, vấn đề cụ thể hay ý định (kỹ năng) về một hành vi, một hoạt động cụ thể sẽ bị chi phối bởi 3 biến độc lập: (1) Thái độ đối với hành vi; (2) Chuẩn mực chủ quan; (3) Nhận thức về kiểm soát hành vi.

3.2. Các giả thuyết nghiên cứu

Dựa trên tổng quan các công trình khoa học đã công bố, lý thuyết nền tảng. Nhóm tác giả xây dựng các các giả thuyết khoa học cụ thể như sau:

(i) Nhận thức của bản thân (BT)

Trong mô hình của lý thuyết hành vi có kế hoạch, thái độ và hành vi phản ánh cảm xúc của cá nhân về sự hào hứng, kế hoạch hoặc sự sẵn sàng tham gia và có ý kiến tích cực về hoạt động (Ajzen, 1987). Passig (2005) nhận thấy rằng nhận thức từ trẻ sơ sinh đến tuổi vị thành niên liên quan đến quản lý thời gian. Nhận thức tốt về thời gian cho thấy sự tích cực trong việc sử dụng thời gian và cân bằng cuộc sống (Karakose và Kocabas, 2009). Ozkilic (2003) khẳng định mối quan hệ quan trọng giữa bản thân và kỹ năng quản lý thời gian. Macan và cộng sự (1990) chỉ ra rằng sinh viên có nhận thức kiểm soát thời gian được đánh giá cao về hiệu suất, hài lòng và ít căng thẳng.

(ii) Thói quen (TQ)

Trong các nghiên cứu tài liệu trước, tác giả phát hiện ra rằng các hành vi, thói quen quản lý thời gian tích cực làm tăng điểm trung bình của học sinh, trong khi các hành vi quản lý thời gian tiêu cực làm giảm kết quả học tập (Britton và Tesser, 1991; Indreica và cộng sự, 2011; Mpofo và cộng sự, 1996; Saketi và Taheri, 2010; Sevari và Kandy, 2011; Tanriogen và Iscan, 2009). Seginer và Lilach (2004) cho rằng việc hiểu và thay đổi các thói quen liên quan đến việc sử dụng thời gian là quan trọng đối với thanh thiếu niên, giúp cân bằng cuộc sống và dành thời gian cho gia đình. Phương pháp hiệu quả để làm điều này là phát triển thói quen làm việc đều đặn và giữ không gian làm việc ngăn nắp để tăng hiệu suất công việc (McKay; Brett và Kate, 2013).

(iii) Quan hệ xã hội (QH)

Theo nghiên cứu của Porter và cộng sự (2018) đã chỉ ra rằng sinh viên gặp nhiều hạn chế về thời gian do phải chăm sóc con cái hoặc các thành viên khác trong gia đình và thực hiện các hoạt động có giá trị xã hội. Việc quản lý thời gian của sinh viên bị ảnh hưởng bởi những mối quan hệ xung quanh làm cho công việc bị trì trệ (Drucker, 1982). Do đó mà sinh viên gặp khó khăn trong việc cân bằng giữa việc quản lý thời gian và cuộc sống hàng ngày của họ (Richelle và cộng sự, 2019).

(iv) Mạng xã hội (MI)

Theo Siddiqi và Memon (2016) thì mạng xã hội được phát hiện có ảnh hưởng đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên. Cá nhân có mức độ sử dụng mạng xã hội càng cao thì họ càng gặp khó khăn trong việc quản lý thời gian, do đó việc này sẽ tác động đến kết quả học tập của cả nam và nữ. Các tác giả Asfour (1991), Sheikha (1991), Shamrani (2000), Al-Zahrani (2006) cũng đã chỉ ra rằng mạng xã hội có vai trò trong việc kiểm soát và quản lý thời gian, giải quyết các rủi ro không mong muốn. Theo Siddiqi và Memon (2016), sử dụng mạng xã hội nhiều càng làm cho việc quản lý thời gian khó khăn hơn, ảnh hưởng đến kết quả học tập của cả nam và nữ. Sharmin và Ahmed (2019), Shahzad và Bilad (2019) cũng đã tìm thấy và liên kết việc sử dụng mạng xã hội để theo đuổi học thuật và tăng động lực học tập.

(v) Môi trường giáo dục (GD)

Karim và cộng sự (2015) đã nhấn mạnh tầm quan trọng của giáo dục không chỉ trong việc học tập mà còn trong cuộc sống hàng ngày của mỗi cá nhân. Mboga và Nyaanga (2016) phát hiện rằng giáo dục từ gia đình và nhà trường có ảnh hưởng đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên. Theo Ozcelik (2006), quản lý thời gian của học sinh bắt đầu từ việc tự học các kỹ năng từ khi còn nhỏ thông qua việc đọc tài liệu hoặc theo hướng dẫn trong gia đình và nhà trường, áp dụng thời gian hiệu quả.

Bảng 2. Các giả thuyết nghiên cứu

Giả thuyết	Nội dung của giả thuyết	Kỳ vọng
H ₁	Nhận thức của bản thân có tác động thuận chiều đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên	+

H ₂	Thói quen của bản thân có tác động thuận chiều đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên	+
H ₃	Quan hệ xã hội có tác động ngược chiều đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên	-
H ₄	Mạng xã hội có tác động thuận chiều đến kỹ năng quản lý thời gian	+
H ₅	Môi trường giáo dục có tác động thuận chiều đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên	+

Nguồn: Tổng hợp nghiên cứu của nhóm tác giả

4. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

4.1. Dữ liệu thu thập

Mẫu nghiên cứu bao gồm có 525 quan sát từ các sinh viên thuộc Khoa Kế toán - Kiểm toán Trường Đại học Công nghiệp Hà Nội. Nhóm tác giả sử dụng phần mềm SPSS 25 trong quá trình phân tích dữ liệu. Nghiên cứu thực hiện thống kê mô tả cho các biến, tiến hành chạy hồi quy mô hình, thực hiện kiểm định về việc lựa chọn mô hình phù hợp với bộ dữ liệu nghiên cứu, kiểm định về hiện tượng phương sai không đồng nhất và thực hiện các phương án khắc phục điểm yếu của mô hình.

4.2. Đo lường các biến trong mô hình

Qua nghiên cứu các công trình khoa học đã công bố và lý thuyết có liên quan, nhóm tác giả đã sử dụng mô hình của Britton và Tesser (1991). Mô hình đã đo lường kỹ năng quản lý thời gian, gồm 3 phương diện (được đo bằng 1 trong 3 chỉ tiêu sau):

(1) *Lập kế hoạch ngắn hạn gồm 7 hành vi:* Lập danh sách việc phải làm; Lập thời gian biểu việc phải làm; Lập kế hoạch hàng ngày; Viết ra mục tiêu mỗi ngày; Có ý tưởng rõ ràng những việc muốn hoàn thành; Dành thời gian lập kế hoạch mỗi ngày; Thiết lập và thực hiện các việc ưu tiên.

(2) *Thái độ với thời gian gồm 6 hành vi:* Tiếp tục các thói quen không có lợi; Niềm tin cải thiện cách quản lý thời gian; Bận rộn vì ngại từ chối; Chịu trách nhiệm về thời gian; Dành nhiều thời gian chải chuốt; Sử dụng thời gian tích cực.

(3) *Lập kế hoạch dài hạn gồm 5 hành vi:* Thực hiện công việc vào ngày trước hạn; Có mục tiêu cả quý; Không bị ảnh hưởng bởi các yếu tố bên ngoài; Đạt hiệu quả khi làm từng việc một; Thường xem lại các ghi chú.

Kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên sẽ được đo lường theo ba phương diện: Thiết lập mục tiêu; Lập kế hoạch; Thực hiện kế hoạch. Cả ba trường hợp: *Biến độc lập* là 5 nhóm nhân tố: Nhận thức của bản thân (BT); Thói quen (TQ); Mối quan hệ (QH); Mạng xã hội (MI); Môi trường giáo dục (GD).

Bảng 3. Các biến trong mô hình nghiên cứu để xuất

Thiết lập mục tiêu (MT)	MT1	Bạn có những mục tiêu dài hạn cho cuộc đời mình
	MT2	Bạn có những mục tiêu cụ thể, rõ ràng để hoàn thành mỗi ngày
	MT3	Bạn xác định thời hạn cho những mục tiêu của mình
	MT4	Bạn đặt những mục tiêu thực tế và vừa sức với khả năng của bản thân
	MT5	Bạn định kỳ xem lại các mục tiêu để kiểm tra tiến độ thực hiện

Lập kế hoạch (KH)	KH1	Bạn thiết lập những kế hoạch dài hạn và ngắn hạn dựa trên những mục tiêu đã xác định
	KH2	Bạn biết việc gì là quan trọng để giúp đạt được mục tiêu của mình
	KH3	Bạn luôn xác định và để cao những công việc ưu tiên
	KH4	Khi có vài việc để làm, bạn thường cố gắng tính toán xem điều gì là quan trọng nhất
	KH5	Bạn ưu tiên và sắp xếp thời gian tốt nhất trong ngày để hoàn thành những công việc quan trọng
Thực hiện kế hoạch (TH)	TH1	Bạn không làm cùng lúc nhiều việc nhưng giải quyết từng công việc một
	TH2	Bạn hoàn thành tất cả các công việc đã lên kế hoạch trước đó
	TH3	Bạn không bao giờ trì hoãn thực hiện những nhiệm vụ đã lên kế hoạch trước đó
	TH4	Bạn ưu tiên thực hiện các nhiệm vụ học tập hơn là tiêu tốn thời gian cho việc lướt web/facebook, đi làm thêm, mua sắm/làm đẹp...
	TH5	Bạn ghi chú những thời hạn quan trọng (ngày thi, ngày nộp tiểu luận...) trên lịch cá nhân để nhắc nhở mình
Nhận thức của bản thân (BT)	BT1	Bạn nhận thức được tầm quan trọng của kỹ năng quản lý thời gian
	BT2	Bạn quan tâm đến kỹ năng quản lý thời gian
	BT3	Bạn có thể đánh giá, xử lý được các vấn đề liên quan đến việc quản lý thời gian
	BT4	Bạn có phương pháp quản lý thời gian hiệu quả
	BT5	Bạn có sức khỏe tốt, tinh thần thoải mái, tích cực trong việc giải quyết các công việc
Thói quen (TQ)	TQ1	Bạn có thói quen lên kế hoạch công việc ứng với mốc thời gian cụ thể
	TQ2	Bạn có thói quen dành thời gian hàng ngày để xem xét và sắp xếp thứ tự ưu tiên các công việc
	TQ3	Bạn có thói quen xác định thời gian thư giãn hoặc nghỉ ngơi và sử dụng đúng
	TQ4	Bạn có thói quen mang theo bảng kế hoạch hoặc những dụng cụ nhắc nhở để quản lý thời gian
	TQ5	Bạn dồn công việc của nhiều ngày để giải quyết trong một thời gian ngắn
Mối quan hệ (QH)	QH1	Kế hoạch, thời gian của bạn ảnh hưởng theo lịch trình của bạn bè, người thân
	QH2	Tham gia các câu lạc bộ, đoàn thể trong trường ảnh hưởng đến lịch trình thời gian của bạn
	QH3	Bạn dễ ảnh hưởng bởi những công việc đồng nghiệp hoặc bạn bè nhờ làm
	QH4	Thời gian vui chơi, tản ngẫu với bạn bè ảnh hưởng trực tiếp đến việc sử dụng thời gian của bạn
Mạng xã hội (MI)	MI1	Bạn dành thời gian đọc tin tức về kinh tế, chính trị, xã hội...
	MI2	Bạn dành thời gian xem video, đọc tin tức giải trí qua các trang: Youtube, Facebook, Tiktok
	MI3	Bạn dành thời gian nói chuyện với bạn bè, người thân qua mạng xã hội: Facebook, Zalo, Instagram...
	MI4	Bạn dành thời gian trao đổi, thảo luận về học tập với bạn bè qua nền tảng xã hội: Zoom, Google meet...
	MI5	Bạn dành thời gian tham gia các nhóm về học tập, nghề nghiệp qua: mạng xã hội, học trực tuyến...

Môi trường giáo dục (GD)	GD1	Sự quan tâm và giáo dục từ gia đình ảnh hưởng đến kỹ năng quản lý thời gian của bạn
	GD2	Chương trình đào tạo của nhà trường giúp bạn quản lý thời gian hiệu quả
	GD3	Các hoạt động giảng dạy kết hợp với buổi đào tạo, workshop giúp bạn quản lý thời gian hiệu quả hơn

Nguồn: Tổng hợp nghiên cứu của nhóm tác giả

4.3. Mô hình hồi quy

Hồi quy tuyến tính đa biến được áp dụng cho mô hình như sau:

Mô hình 1:

$$MT = \beta_0 + \beta_1 BT + \beta_2 TQ - \beta_3 QH + \beta_4 MI + \beta_5 GD + e$$

Mô hình 2:

$$KH = \beta_0 + \beta_1 BT + \beta_2 TQ - \beta_3 QH + \beta_4 MI + \beta_5 GD + e$$

Mô hình 3:

$$TH = \beta_0 + \beta_1 BT + \beta_2 TQ - \beta_3 QH + \beta_4 MI + \beta_5 GD + e$$

Trong đó:

- Các biến độc lập bao gồm: BT, TQ, QH, MI, GD
- β : Hệ số của mô hình hồi quy
- e: phần dư, đại diện cho sai số trong mô hình

5. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ THẢO LUẬN

5.1. Thống kê mô tả các biến

Nghiên cứu thống kê mô tả với mẫu là 525 phiếu khảo sát của sinh viên. Nghiên cứu sử dụng thang đo Likert 5 mức độ để đánh giá các biến quan sát với các mức đánh giá: 1. Rất không đồng ý; 2. Không đồng ý; 3. Bình thường; 4. Đồng ý; 5. Rất đồng ý.

Bảng 4. Thống kê mô tả các biến phụ thuộc

	Mean	Độ lệch chuẩn		Mean	Độ lệch chuẩn		Mean	Độ lệch chuẩn
MT1	3,93	0,86	KH1	3,71	0,87	TH1	3,64	0,94
MT2	3,63	0,89	KH2	3,84	0,82	TH2	3,42	0,90
MT3	3,76	0,86	KH3	3,94	0,83	TH3	3,24	1,00
MT4	3,85	0,89	KH4	3,96	0,84	TH4	3,51	0,93
MT5	3,62	0,96	KH5	3,92	0,87	TH5	3,62	1,02

Nguồn: Tổng hợp kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả

Các biến phụ thuộc có giá trị trung bình của các chỉ báo của biến độc lập dao động từ 3,24 đến 3,96. Điều đó cho thấy sinh viên tỏ ra khá hài lòng về các quan điểm của nhóm đưa ra về việc thiết lập mục tiêu, lập kế hoạch cũng như thực hiện kế hoạch. Độ lệch chuẩn dao động trong khoảng ~1 cho thấy mức độ sinh viên trả lời các câu hỏi không chênh lệch nhau.

Bảng 5. Thống kê mô tả các biến độc lập

	Mean	Độ lệch chuẩn		Mean	Độ lệch chuẩn		Mean	Độ lệch chuẩn
BT1	4,11	0,80	TQ1	3,66	0,87	QH1	3,50	0,94
BT2	3,99	0,83	TQ2	3,62	0,85	QH2	3,41	1,02

BT3	3,75	0,82	TQ3	3,67	0,87	QH3	3,54	0,99
BT4	3,56	0,91	TQ4	3,48	1,02	QH4	3,63	0,96
BT5	3,80	0,89	TQ5	3,41	1,10			
	Mean	Độ lệch chuẩn		Mean	Độ lệch chuẩn			
MI1	3,37	0,92	GD1	3,73	0,87			
MI2	3,74	0,83	GD2	3,57	0,92			
MI3	3,74	0,85	GD3	3,64	0,89			
MI4	3,52	0,93						
MI5	3,57	0,88						

(Nguồn: Tổng hợp kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Từ kết quả của bảng số liệu trên có thể thấy: Các biến độc lập có giá trị trung bình của các chỉ báo dao động khá cao từ 3,37 đến 4,11. Điều đó cho thấy sinh viên khá là hài lòng với các câu hỏi về vấn đề nhận thức của bản thân, thói quen, mối quan hệ, môi trường giáo dục cũng như mạng xã hội. Về độ lệch chuẩn của các biến độc lập thì đều dao động trong khoảng ~1 cho ta thấy rằng mức độ chênh lệch giữa các câu trả lời của sinh viên là không lớn, ở mức vừa phải.

5.2. Phân tích độ tin cậy Cronbach's alpha

Nghiên cứu sử dụng hệ số Cronbach's alpha để phân tích độ tin cậy của thang đo. Thang đo biến nghiên cứu thể hiện qua hệ số Cronbach's alpha nằm trong 0,8 đến 0,9 đảm bảo độ tin cậy của thang đo trong phân tích khám phá (Nunnally và Bernstein, 1994).

Khi phân tích hệ số Cronbach's Alpha bằng SPSS 25, các biến độc lập và phụ thuộc có các hệ số tương quan biến tổng của các biến đều lớn hơn 0,3. Và hệ số Cronbach's alpha if item deleted lớn hơn hệ số Cronbach hiện tại nên không có trường hợp loại bỏ biến quan sát nào. Kết quả tổng hợp phân tích độ tin cậy của thang đo được trình bày tại bảng 6.

Bảng 6. Tổng hợp kết quả sau khi phân tích hệ số Cronbach's Alpha

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
MT - Thiết lập mục tiêu (Cronbach's Alpha = 0,833)				
MT1	14,85	8,461	0,541	0,823
MT2	15,15	7,752	0,683	0,785
MT3	15,02	7,902	0,677	0,787
MT4	14,93	8,003	0,618	0,803
MT5	15,16	7,560	0,645	0,796
KH - Lập kế hoạch (Cronbach's Alpha = 0,864)				
KH1	15,66	7,973	0,582	0,862
KH2	15,53	7,742	0,690	0,834
KH3	15,43	7,486	0,756	0,818
KH4	15,41	7,720	0,676	0,838
KH5	15,45	7,408	0,725	0,825

TH - Thực hiện kế hoạch (Cronbach's Alpha = 0,847)				
TH1	13,79	9,893	0,592	0,832
TH2	14,02	9,519	0,714	0,801
TH3	14,19	9,282	0,664	0,813
TH4	13,92	9,533	0,676	0,810
TH5	13,81	9,296	0,636	0,822
BT - Nhận thức của bản thân (Cronbach's Alpha = 0,854)				
BT1	15,09	8,043	0,613	0,837
BT2	15,21	7,616	0,687	0,818
BT3	15,45	7,386	0,760	0,799
BT4	15,65	7,412	0,643	0,831
BT5	15,41	7,516	0,638	0,831
TQ - Thói quen (Cronbach's Alpha = 0,859)				
TQ1	14,17	9,670	0,728	0,818
TQ2	14,22	9,790	0,723	0,820
TQ3	14,16	9,608	0,742	0,814
TQ4	14,36	8,822	0,742	0,811
TQ5	14,43	9,722	0,501	0,883
QH - Mối quan hệ (Cronbach's Alpha = 0,851)				
QH1	10,58	6,581	0,655	0,825
QH2	10,67	6,154	0,676	0,817
QH3	10,54	6,092	0,724	0,795
QH4	10,45	6,294	0,708	0,803
MI - Mạng xã hội (Cronbach's Alpha = 0,817)				
MI1	14,57	7,910	0,481	0,819
MI2	14,19	7,847	0,579	0,789
MI3	14,19	7,663	0,603	0,782
MI4	14,41	6,976	0,696	0,753
MI5	14,37	7,214	0,686	0,757
GD - Môi trường giáo dục (Cronbach's Alpha = 0,818)				
GD1	7,21	2,813	0,584	0,833
GD2	7,37	2,435	0,698	0,720
GD3	7,30	2,451	0,734	0,683

(Nguồn: Tổng hợp kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

5.3. Phân tích các nhân tố EFA

Bảng 7. Kết quả kiểm định KMO and Bartlett

KMO and Bartlett's Test					
	MT	KH	TH	Các biến độc lập	
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy	0,847	0,850	0,819	0,926	
Bartlett's Test of Sphericity	Approx, Chi-Square	916,532	1198,826	1067,556	6511,144
	df	10	10	10	231
	Sig.	0,000	0,000	0,000	0,000

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Kết quả phân tích nhân tố cho thấy chỉ số KMO của các biến phụ thuộc và biến độc lập đều lớn hơn (>) 0,5; Kết quả kiểm định Bartlett's với mức ý nghĩa Sig. = 0,000 < 0,05, như vậy các biến có tương quan với nhau và thỏa mãn điều kiện phân tích nhân tố. Giá trị tổng phương sai trích của các biến đều lớn hơn (>) 50%: đạt yêu cầu; Giá trị hệ số Eigenvalues của các nhân tố đều lớn hơn (>) 1.

Bảng 8. Ma trận xoay nhân tố

Rotated Component Matrix ^a				
	Component			
	1	2	3	4
TQ2	.813			
TQ4	.812			
TQ1	.804			
TQ3	.744			
BT4	.701			
QH3		.822		
QH4		.816		
QH1	.317	.759		
QH2	.310	.750		
MI4	.313		.792	
MI3			.781	
MI5	.400		.755	
BT1				.861
BT2	.306			.834

Extraction Method: Principal Component Analysis.
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.
a. Rotation converged in 5 iterations.

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Kết quả ở bảng 8 cho thấy sau khi chạy mô hình xoay đã có sự thay đổi từ 5 biến ban đầu thành 4 biến độc lập - loại bỏ đi 1 biến GD - Môi trường giáo dục. Trong đó có 1 biến quan sát là BT4 di chuyển sang nhóm biến độc lập TQ - Thói quen. Ngoài ra không có thêm sự xáo trộn các nhân tố.

5.4. Phân tích tương quan

Mô hình 1: Các giá trị Sig của biến phụ thuộc thiết lập mục tiêu (MT) đối với các biến độc lập nhận thức của bản thân (BT), thói quen (TQ), mối quan hệ (QH) và mạng xã hội (MI) đều bằng 0 và đều nhỏ hơn 0,05, hệ số tương quan r giữa các biến có ý nghĩa.

Bảng 9. Kết quả phân tích tương quan Pearson mô hình 1

Correlations						
	MT_TB	BT_TB	TQ_TB	QH_TB	MI_TB	
MT_TB	Pearson Correlation	1	.561**	.654**	.335**	.442**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	525	525	525	525	525
BT_TB	Pearson Correlation	.561**	1	.518**	.314**	.368**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000
	N	525	525	525	525	525
TQ_TB	Pearson Correlation	.654**	.518**	1	.480**	.529**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000
	N	525	525	525	525	525
QH_TB	Pearson Correlation	.335**	.314**	.480**	1	.462**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000
	N	525	525	525	525	525
MI_TB	Pearson Correlation	.442**	.368**	.529**	.462**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	525	525	525	525	525

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Mô hình 2: Các giá trị Sig của biến phụ thuộc lập kế hoạch (KH) đối với các biến độc lập nhận thức của bản thân (BT), thói quen (TQ), mối quan hệ (QH) và mạng xã hội (MI)

đều bằng 0 đều nhỏ hơn 0,05, hệ số tương quan r giữa các biến có ý nghĩa.

Bảng 10. Kết quả phân tích tương quan Pearson mô hình 2

Correlations						
	KH_TB	BT_TB	TQ_TB	QH_TB	MI_TB	
KH_TB	Pearson Correlation	1	.646**	.534**	.291**	.383**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	525	525	525	525	525
BT_TB	Pearson Correlation	.646**	1	.518**	.314**	.368**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000
	N	525	525	525	525	525
TQ_TB	Pearson Correlation	.534**	.518**	1	.480**	.529**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000
	N	525	525	525	525	525
QH_TB	Pearson Correlation	.291**	.314**	.480**	1	.462**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000
	N	525	525	525	525	525
MI_TB	Pearson Correlation	.383**	.368**	.529**	.462**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	525	525	525	525	525

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Mô hình 3: Các giá trị Sig của biến phụ thuộc thực hiện kế hoạch (TH) đối với các biến độc lập nhận thức của bản thân (BT), thói quen (TQ), mối quan hệ (QH) và mạng xã hội (MI) đều bằng 0 đều nhỏ hơn 0,05, hệ số tương quan r giữa các biến có ý nghĩa.

Bảng 11. Kết quả phân tích tương quan Pearson mô hình 3

Correlations						
	TH_TB	BT_TB	TQ_TB	QH_TB	MI_TB	
TH_TB	Pearson Correlation	1	.531**	.636**	.318**	.429**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	525	525	525	525	525
BT_TB	Pearson Correlation	.531**	1	.518**	.314**	.368**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000
	N	525	525	525	525	525
TQ_TB	Pearson Correlation	.636**	.518**	1	.480**	.529**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000
	N	525	525	525	525	525
QH_TB	Pearson Correlation	.318**	.314**	.480**	1	.462**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000
	N	525	525	525	525	525
MI_TB	Pearson Correlation	.429**	.368**	.529**	.462**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	525	525	525	525	525

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

5.5. Phân tích hồi quy

Mô hình chúng tôi sử dụng trong bài là mô hình hồi quy tuyến tính đa biến. Phân tích hồi quy tuyến tính là phân tích mối quan hệ giữa biến.

Mô hình 1: Mô hình phân tích hồi quy tuyến tính giữa biến phụ thuộc là thiết lập mục tiêu (MT) với bốn biến độc lập là nhận thức của bản thân (BT), thói quen (TQ), mối quan hệ (QH), mạng xã hội (MI).

$$MT = 0,885 + 0,418* TQ + 0,271* BT + 0,094* MI$$

Mô hình 2: Mô hình phân tích hồi quy tuyến tính giữa biến phụ thuộc là lập kế hoạch (KH) với bốn biến độc lập là nhận thức của bản thân (BT), thói quen (TQ), mối quan hệ (QH), mạng xã hội (MI).

$$KH = 1,040 + 0,455* BT + 0,217* TQ + 0,073* MI$$

Bảng 12. Kết quả phân tích hồi quy mô hình 1

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	.885	.140		6.321	.000		
	BT_TB	.271	.034	.293	8.013	.000	.717	1.394
	TQ_TB	.418	.038	.461	11.099	.000	.556	1.799
	QH_TB	-.021	.031	-.024	-6.663	.507	.708	1.413
	MI_TB	.094	.035	.102	2.666	.008	.656	1.525

a. Dependent Variable: MT_TB

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Bảng 13. Kết quả phân tích hồi quy mô hình 2

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	1.040	.142		7.335	.000		
	BT_TB	.455	.034	.497	13.249	.000	.717	1.394
	TQ_TB	.217	.038	.242	5.692	.000	.556	1.799
	QH_TB	-.015	.032	-.018	-.476	.634	.708	1.413
	MI_TB	.073	.036	.081	2.054	.041	.656	1.525

a. Dependent Variable: KH_TB

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Mô hình 3: Mô hình phân tích hồi quy tuyến tính giữa biến phụ thuộc là thực hiện kế hoạch (TH) với bốn biến độc lập là nhận thức của bản thân (BT), thói quen (TQ), mối quan hệ (QH), mạng xã hội (MI).

$$TH = 0,479 + 0,458 * TQ + 0,270 * BT + 0,104 * MI$$

Bảng 14. Kết quả phân tích hồi quy mô hình 3

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	.479	.159		3.017	.003		
	BT_TB	.270	.038	.266	7.031	.000	.717	1.394
	TQ_TB	.458	.043	.459	10.699	.000	.556	1.799
	QH_TB	-.031	.035	-.034	-8.866	.376	.708	1.413
	MI_TB	.104	.040	.103	2.611	.009	.656	1.525

a. Dependent Variable: TH_TB

(Nguồn: Kết quả phân tích dữ liệu của nhóm tác giả)

Dựa vào kết quả của 3 phương trình hồi quy trên của 3 biến phụ thuộc MT, KH và TH, nhóm tác giả tiến hành tính trung bình giá trị của 3 phương trình để kết luận được mức độ ảnh hưởng của các biến độc lập đến kỹ năng quản lý thời gian.

$$\Rightarrow \text{Kỹ năng quản lý thời gian} = 0,801 + 0,364 * TQ + 0,332 * BT + 0,090 * MI$$

6. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

Qua việc nghiên cứu các nhân tố ảnh hưởng đến kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên, thực nghiệm tại Trường Đại học Công nghiệp Hà Nội có thể kết luận rằng: Thói quen,

nhận thức của bản thân và mạng xã hội có ảnh hưởng thuận chiều tới việc thiết lập mục tiêu, lập kế hoạch và thực hiện kế hoạch, từ đó cũng ảnh hưởng tới kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên, kết quả này phù hợp với nghiên cứu của Britton và Tesser (1991), Passig (2005), Siddiqi và Memon (2016). Từ kết quả này, để nâng cao kỹ năng quản lý thời gian một cách hiệu quả:

Đối với bản thân sinh viên: Sinh viên nên rèn luyện thói quen lập kế hoạch cho công việc hàng ngày, hàng tuần và hàng tháng; biết cách sử dụng thời gian hợp lý bằng việc ghi chép cụ thể những công việc cần làm, phân bổ thời gian cho từng công việc và ưu tiên hoàn thành những công việc cấp bách và quan trọng trước. Sinh viên cần nâng cao nhận thức của bản thân thông qua việc xác định rõ các mục tiêu, xây dựng động cơ học tập đúng đắn; lập kế hoạch sử dụng thời gian hợp lý đặc biệt là các hoạt động tự học, tự nghiên cứu; kiên trì, quyết tâm thực hiện công việc. Bên cạnh đó, sinh viên cần biết sử dụng mạng xã hội hợp lý thông qua việc ứng dụng công nghệ thông tin.

Đối với nhà trường: Các chương trình đào tạo nên xem xét kết hợp nhiều hơn các khóa học kỹ năng quản lý thời gian trong chương trình. Các khóa học này có thể được cung cấp dưới dạng các khóa học định hướng, các hoạt động ngoại khóa, một môn học tự chọn hoặc bắt buộc để phát triển các kỹ năng cần thiết liên quan đến quản lý thời gian cho sinh viên. Ngoài ra, nhà trường nên đánh giá kỹ năng quản lý thời gian của sinh viên trong quá trình đào tạo, đưa ra phản hồi cần thiết để giúp sinh viên phát triển kỹ năng này.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Abdi M., Naghiloo M.J., Dinmohammadi M. (2022). Factors affecting the time management of graduate medical sciences students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Medical Education Development*, 15(46), 22-28.
- Britton B.K., Tesser A. (1991). Effects of Time-Management Practices on College Grades. *Journal of Educational Psychology*, Vol 83, No 3, 405-410.
- Canary D.J., Seibold D.R. (1984). Attitudes and Behavior: An Annotated Bibliography. *Praeger*.
- Ezeonwumelu V.U., Nwikipo M.N., Mary Nneka, Okoro C.C., Ekanem, E.I. (2021). Social Media Addiction and Time Management Skills of University Students in Akwa Ibom State, Nigeria. *Global Journal of Social Sciences Studies*, Vol 7, No 1, 24-34.
- Hoang Trong, Chu Nguyen Mong Ngoc (2005). *Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS*. Statistical Publishing House, Hanoi.
- Karakose T. (2015). The Relationship between Medical Students' Time Management Skills and Academic Achievement. *Kamla-Raj*, 9(1), 19-24.
- Mai Thanh Lan (2020). *Factors affecting time management of students at the Thuongmai University*. Thuongmai University, Hanoi.
- Mohamed O., Hamal R.B., Mohamed K. (2018). A study on time management: case of northeast normal university international students. *European Journal of Alternative Education Studies*, Vol 3, Issue 1, 17-29.

Nguyen Dinh Tho, Nguyen Thi Mai Trang (2009). Nghiên cứu khoa học trong quản trị kinh doanh. Statistical Publishing House, Hanoi.

Nguyen Hoang Khắc Hieu, Huynh Van Son (2011). Status of time-management skills of students in some universities in Ho Chi Minh City at present analyzed on the perspective of the habits using the time. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 28, 112-116, DOI: [https://doi.org/10.54607/hcmue.js.0.28.1704\(2011\)](https://doi.org/10.54607/hcmue.js.0.28.1704(2011))

Nguyen Thien Hanh (2015). Time management skills of students at Sonadezi College of Technology and Management. Master thesis, Ho Chi Minh City University of Education, Ho Chi Minh City.

Nunnally J.C., Bernstein I.H. (1994). *Psychometric Theory*, 3rd ed. McGraw-Hill, Inc., New York

Pehlivan A. (2013). The Effect of the Time Management Skills of Students Taking a Financial Accounting Course on their Course Grades and Grade Point Averages. *International Journal of Business and Social Science*, Vol 4, No 5, 196-203.

Qteat M., Sayej S. (2014). Factors affecting time management and nurses' performance in Hebron Hospitals. *Journal of Education and Practice*, Vol 5, No 35, 41-58.

Sheppard B.H., Hartwick J., & Warshaw P.R. (1988). The Theory of Reasoned Action: A Meta-Analysis of Past Research with Recommendations for Modifications and Future Research. *Journal of Consumer Research*, Vol 15.

Siddiqi S., Memon Z.A. (2016). *Internet Addiction Impacts on Time Management That Results in Poor Academic Performance*. Institute of Electrical and Electronics Engineers, DOI: 10.1109/FIT.2016.020

Vu Thi Thanh Binh (2018). *Improving self-study methods through researching time management skills of students at Hanoi University of Industry*. Science research topic, Hanoi University of Industry.

AUTHORS INFORMATION

**Nguyen Thi Thanh Loan, Nguyen Thi My, Nguyen Thi Thu,
Tran Thi Anh, Vuong Phuong Ngan, Pham Thi Hang Nga**

Faculty of Accounting - Auditing, Hanoi University of Industry, Vietnam