

STRATEGI MANAJEMEN WAKTU YANG MEMBANTU MAHASISWA LEBIH MUDAH MENYELESAIKAN TUGAS

Pirma Veretty Hayani Sagala¹, Meikardo Samuel Prayuda²

^{1,2} Universitas Katolik Santo Thomas, Medan, Indonesia

virmavarettysagala@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi manajemen waktu yang membantu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas secara lebih mudah dan efisien. Subjek penelitian adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Katolik Santo Thomas Medan. Menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, data dikumpulkan melalui kuisioner terbuka dan dianalisis secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa umumnya telah menyadari pentingnya manajemen waktu, namun penerapannya masih bervariasi. Strategi yang paling sering digunakan meliputi penyusunan jadwal belajar harian/mingguan, penetapan prioritas berdasarkan urgensi tugas, pembagian tugas besar menjadi bagian kecil, serta pengendalian gangguan seperti media sosial. Hambatan utama yang dihadapi mahasiswa adalah kebiasaan menunda, kurangnya disiplin diri, dan distraksi lingkungan.

Kata kunci: Manajemen Waktu; Strategi Belajar; Mahasiswa; Produktivitas; Tugas Akademik

PENDAHULUAN

Manajemen waktu merupakan keterampilan esensial yang sangat menentukan keberhasilan akademik mahasiswa di era modern. Mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan, mulai dari kegiatan akademik, organisasi, hingga tanggung jawab pribadi, yang jika tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan tekanan, stres, dan penurunan performa belajar. Dalam konteks ini, kemampuan mengelola waktu secara efektif menjadi salah satu kunci utama untuk meningkatkan produktivitas dan menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu. Davidson (2001) menyatakan bahwa manajemen waktu adalah proses menuntaskan tugas secara efektif dengan pemanfaatan waktu yang bijak. Forsyth (2009) juga menekankan bahwa manajemen waktu melibatkan pengaturan kegiatan untuk mencapai efektivitas, efisiensi, dan produktivitas optimal. Tanpa keterampilan ini, mahasiswa berisiko mengalami prokrastinasi, kelelahan, serta penurunan motivasi belajar. Hal ini berdampak langsung pada pencapaian akademik, seperti rendahnya Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) atau keterlambatan menyelesaikan studi.

Prayuda, et.al, (2024), permasalahan yang dihadapi mahasiswa terkait manajemen waktu tidak hanya disebabkan oleh beban tugas yang tinggi, tetapi juga oleh kurangnya kesadaran diri dalam menyusun prioritas dan mematuhi jadwal yang telah direncanakan. Kebiasaan menunda pekerjaan, gangguan dari media sosial, dan

kurangnya strategi belajar yang tepat menjadi faktor-faktor utama yang menghambat pengelolaan waktu secara optimal. Berdasarkan fenomena tersebut, penting untuk melakukan kajian mendalam mengenai strategi-strategi manajemen waktu yang digunakan mahasiswa, efektivitas penerapannya, serta hambatan-hambatan yang mereka alami. Dengan memahami hal ini, diharapkan dapat ditemukan pendekatan yang tepat untuk membantu mahasiswa meningkatkan kemampuan mengelola waktu secara efisien.

Manajemen waktu telah menjadi topik penting dalam berbagai kajian akademik. Macan et al. (1990) menemukan bahwa mahasiswa yang menerapkan strategi seperti membuat daftar tugas harian, menetapkan prioritas, dan mengatur batas waktu lebih jarang mengalami penundaan tugas. Penelitian Trueman & Hartley (1996) juga menunjukkan bahwa pelatihan manajemen waktu secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam merencanakan dan menyelesaikan tugas dengan efisien. Monika dan Azhar (2014) menambahkan bahwa pengelolaan waktu yang baik dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa, karena mahasiswa menjadi lebih terarah dan memiliki tujuan belajar yang jelas. Sementara itu, Chairina et al. (2017) menemukan bahwa manajemen waktu berkontribusi signifikan terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa.

Dengan mengacu pada berbagai penelitian tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai manajemen waktu dalam konteks pendidikan tinggi, serta memberikan rekomendasi praktis yang dapat diimplementasikan mahasiswa dalam kehidupan akademiknya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan dan memahami secara mendalam strategi manajemen waktu yang diterapkan oleh mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Pendekatan kualitatif dipilih karena fokus utama penelitian ini terletak pada eksplorasi pengalaman, kebiasaan, serta pemahaman subjektif mahasiswa terhadap pengelolaan waktu dalam konteks kehidupan akademik mereka. Penelitian ini tidak bermaksud untuk menguji hipotesis, tetapi lebih menekankan pada makna, proses, dan konteks yang terjadi di lapangan. Data utama dalam penelitian ini diperoleh melalui kuisisioner terbuka yang dirancang untuk menggali pengalaman personal mahasiswa mengenai strategi manajemen waktu.

Kuisisioner disebarakan secara daring menggunakan platform Google Form kepada mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Katolik Santo Thomas Medan. Penyebaran dilakukan secara purposive, dengan mempertimbangkan bahwa responden memiliki pengalaman langsung dalam mengelola waktu belajar dan tugas akademik. Selain kuisisioner, data sekunder diperoleh melalui studi literatur yang mencakup jurnal ilmiah, buku, dan artikel yang relevan dengan topik manajemen waktu, strategi belajar, dan efektivitas akademik.

Analisis data dilakukan dengan teknik analisis tematik (thematic analysis) yang melibatkan beberapa tahap berikut:

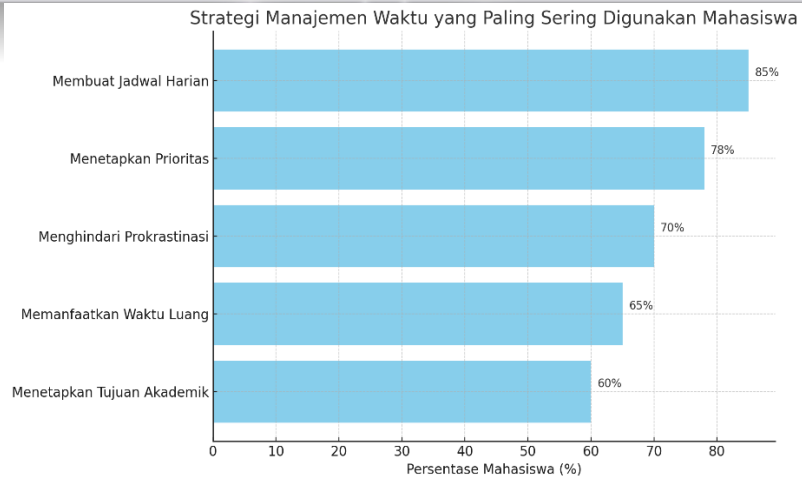
1. Reduksi Data: Menyeleksi jawaban responden yang relevan dengan fokus penelitian dan menyaring informasi yang tidak sesuai.
2. Kategorisasi: Mengelompokkan data ke dalam tema-tema utama, seperti strategi yang digunakan, hambatan yang dihadapi, dan efektivitas penerapan.
3. Penyajian Data: Menyusun data yang telah dikelompokkan ke dalam bentuk narasi dan tabel tematik untuk memudahkan interpretasi.
4. Penarikan Kesimpulan: Menyimpulkan temuan berdasarkan pola yang muncul dari data, serta menghubungkannya dengan teori dan penelitian terdahulu.
5. Validasi: Untuk menjaga keabsahan data, digunakan triangulasi sumber dan member check, yaitu mengonfirmasi kembali pemahaman peneliti terhadap jawaban responden.

PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan mahasiswa aktif Program Studi PGSD Universitas Katolik Santo Thomas Medan, yang diminta untuk menjawab kuisisioner terbuka mengenai strategi manajemen waktu mereka. Data dikumpulkan dari 40 responden dan dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi strategi yang paling umum digunakan, serta kendala dan efektivitasnya. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan lima strategi manajemen waktu yang paling sering diterapkan oleh mahasiswa. Tabel di bawah ini menunjukkan persentase mahasiswa yang menggunakan masing-masing strategi:

Tabel 1: Strategi Manajemen Waktu yang Paling Sering Digunakan oleh Mahasiswa PGSD

Strategi manajemen waktu	Presentase mahasiswa yang Menerapkan (%)
Membuat Jadwal Harian	85%
Menetapkan Prioritas	78%
Menghindari Prokrastinasi	70%
Memanfaatkan Waktu Luang	65%
Menetapkan tujuan akademik	60%



Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa PGSD Universitas Katolik Santo Thomas Medan telah memiliki kesadaran terhadap pentingnya manajemen waktu, yang tercermin dari tingginya penggunaan strategi seperti membuat jadwal harian (85%) dan menetapkan prioritas tugas (78%). Strategi-strategi tersebut terbukti membantu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas secara lebih terstruktur dan tepat waktu. Namun, ditemukan pula bahwa strategi seperti menghindari prokrastinasi (70%), memanfaatkan waktu luang (65%), dan menetapkan tujuan akademik (60%) belum diterapkan secara konsisten oleh semua mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kesadaran sudah terbentuk, penerapan strategi manajemen waktu masih memerlukan pembiasaan, kedisiplinan, dan dukungan lingkungan belajar yang kondusif.

Temuan ini konsisten dengan pendapat Davidson (2001) yang menyatakan bahwa manajemen waktu yang baik melibatkan perencanaan yang terstruktur untuk menyelesaikan tugas dengan efektif. Forsyth (2009) juga menekankan bahwa efisiensi dan produktivitas sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengatur waktu secara bijak. Penelitian terdahulu oleh Macan et al. (1990) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa penggunaan strategi seperti to-do list dan penetapan prioritas berkorelasi positif dengan performa akademik mahasiswa. Selain itu, Monika & Azhar (2014) menegaskan bahwa manajemen waktu yang baik meningkatkan motivasi belajar mahasiswa, yang juga tercermin dalam hasil penelitian ini di mana mahasiswa merasa lebih semangat ketika memiliki tujuan yang jelas dan jadwal yang teratur.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis strategi manajemen waktu yang digunakan oleh mahasiswa Program Studi PGSD Universitas Katolik Santo Thomas Medan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah menerapkan berbagai strategi manajemen

waktu, dengan strategi yang paling dominan adalah menyusun jadwal harian, menetapkan prioritas tugas, serta berusaha menghindari prokrastinasi. Mahasiswa juga memanfaatkan waktu luang dan menetapkan tujuan akademik sebagai bagian dari upaya mereka meningkatkan efisiensi belajar. Meski demikian, penerapan strategi tersebut belum sepenuhnya konsisten, karena masih ditemukan kendala seperti kurangnya disiplin diri, rasa lelah, serta distraksi dari media sosial. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa manajemen waktu berkontribusi penting terhadap efektivitas belajar, produktivitas, dan pengurangan stres akademik. Strategi manajemen waktu yang baik tidak hanya berdampak pada peningkatan hasil belajar, tetapi juga membantu mahasiswa membentuk kebiasaan belajar yang lebih terarah dan berkelanjutan.

Implikasi dari hasil penelitian menunjukkan bahwa:

1. Mahasiswa membutuhkan pendampingan dan pelatihan untuk membiasakan diri dengan strategi manajemen waktu yang tepat.
2. Institusi pendidikan perlu memberikan perhatian pada pengembangan keterampilan belajar mandiri dan pengaturan waktu sebagai bagian dari pembinaan akademik.
3. Penerapan manajemen waktu yang efektif dapat menjadi salah satu kunci dalam menciptakan mahasiswa yang produktif, terorganisir, dan berprestasi.

Dengan demikian, strategi manajemen waktu bukan hanya menjadi solusi praktis bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas, tetapi juga berperan penting dalam membentuk pola pikir dan sikap belajar yang positif dalam jangka panjang.

DAFTAR RUJUKAN

- Chairina, P. S., Ramdhani, N., & Dewi, Y. A. (2017). Pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologi UGM*, 45(2), 123–135.
- Davidson, J. (2001). *Time management*. Amacom.
- Forsyth, P. (2009). *Successful time management (3rd ed.)*. Kogan Page.
- Ginting, M. N. K., & Azhar, M. (2014). Hubungan antara manajemen waktu dengan motivasi belajar mahasiswa. *Jurnal Psikopedagogia*, 3(2), 57–66.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage Publications.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760–768. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.760>

Monika, N. K., & Azhar, M. (2014). Manajemen waktu sebagai prediktor motivasi belajar mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 3(2), 47–53.

Prayuda, M. S., & Ginting, F. Y. A. (2024). Pengantar Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Yayasan Kita Menulis.

Prayuda, M. S., Gultom, C. R., Purba, N., & ... (2024). FROM AVERSION TO ENGAGEMENT: TRANSFORMING EFL HIGHER EDUCATION STUDENTS' APPROACH TO ENGLISH IDIOMS THROUGH ROLE-PLAYING. ...
Review: Journal of
<http://journal.uniku.ac.id/index.php/ERJEE/article/view/8869>

Trueman, M., & Hartley, J. (1996). A comparison between the time-management skills and academic performance of mature and traditional-entry university students. *Higher Education*, 32(2), 199–215.
<https://doi.org/10.1007/BF00138396>