

PELATIHAN TENTANG TEKNIK MANAJEMEN WAKTU YANG EFEKTIF UNTUK MENGOPTIMALKAN PRODUKTIVITAS HARIAN DI SMK INSAN AQILAH 5

Abdul Muiz¹⁾, Gergohius Gheda Kaka²⁾, Agustina Kaka³⁾

Abstrak

Pelatihan "*Teknik Manajemen Waktu yang Efektif untuk Mengoptimalkan Produktivitas Harian di SMK Insan Aqilah 5*" bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam mengelola waktu secara efektif guna menunjang produktivitas akademik dan non-akademik mereka. Mengingat pentingnya manajemen waktu dalam kehidupan siswa yang sering kali dihadapkan pada berbagai kegiatan dan tugas, pelatihan ini dirancang untuk memberikan pemahaman serta keterampilan praktis dalam merencanakan dan mengatur waktu dengan baik. Pelatihan ini dibagi menjadi tiga sesi utama: pertama, sesi teori yang menjelaskan konsep dasar manajemen waktu dan teknik-teknik efektif seperti *Eisenhower Matrix*, *Time Blocking*, dan teknik *Pomodoro*; kedua, sesi praktik yang melibatkan simulasi penerapan teknik-teknik tersebut dalam skenario kehidupan sehari-hari; dan ketiga, sesi refleksi dan evaluasi, yang memungkinkan peserta untuk berbagi pengalaman serta mendiskusikan tantangan yang dihadapi dalam penerapan manajemen waktu. Diharapkan dengan pelatihan ini, siswa SMK Insan Aqilah 5 dapat lebih produktif dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka, meningkatkan fokus dan disiplin, serta mengurangi prokrastinasi. Selain itu, pelatihan ini bertujuan untuk membentuk kebiasaan yang baik dalam mengelola waktu, yang akan berguna tidak hanya selama masa pendidikan tetapi juga di dunia kerja kelak.

Kata Kunci: pelatihan, manajemen waktu, produktivitas, teknik manajemen waktu, siswa SMK, optimasi waktu.

PENDAHULUAN

Manajemen waktu merupakan salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki oleh setiap individu, terutama bagi siswa di tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Dalam kehidupan sehari-hari, siswa sering dihadapkan pada berbagai tuntutan, seperti menyelesaikan tugas sekolah, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, hingga mempersiapkan diri untuk menghadapi dunia kerja. Namun, kurangnya keterampilan dalam mengatur waktu sering kali menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tanggung jawab secara efektif.

SMK Insan Aqilah 5, sebagai institusi pendidikan yang bertujuan mencetak generasi yang terampil dan siap kerja, memiliki peran penting dalam membekali siswa dengan keterampilan penunjang, termasuk manajemen waktu. Pelatihan tentang teknik manajemen waktu yang efektif diperlukan untuk membantu siswa memahami cara mengatur prioritas, menetapkan tujuan, serta memaksimalkan waktu yang tersedia agar produktivitas harian mereka meningkat.

Melalui pelatihan ini, diharapkan siswa tidak hanya mampu mengoptimalkan waktu mereka dalam aktivitas belajar, tetapi juga dapat membawa kebiasaan manajemen waktu yang baik ke dunia kerja di masa depan. Dengan demikian, pelatihan ini menjadi langkah strategis dalam mempersiapkan siswa untuk menghadapi tantangan kehidupan dan dunia profesional.

LANDASAN TEORI

Manajemen waktu adalah proses perencanaan dan pengendalian waktu yang tersedia untuk menyelesaikan berbagai aktivitas secara efisien. Menurut [Sumber Teori], manajemen waktu melibatkan pengaturan prioritas, pemilihan tujuan, dan pengalokasian waktu untuk setiap aktivitas. Dengan manajemen waktu yang baik, seseorang dapat meningkatkan produktivitas, mengurangi stres, dan mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.

Produktivitas adalah ukuran efisiensi seseorang dalam mencapai hasil yang diinginkan. Dalam konteks siswa, produktivitas melibatkan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dan non-akademik secara efektif tanpa mengorbankan waktu untuk istirahat dan kegiatan lainnya. Manajemen waktu yang baik adalah kunci utama dalam meningkatkan produktivitas.

Pelatihan ini didasarkan pada teori manajemen diri (self-management) yang menekankan pentingnya kemampuan individu untuk mengatur waktu, menetapkan tujuan, dan mengontrol aktivitas agar sesuai dengan prioritas.

METODE PELAKSANAAN

Pelatihan "*Teknik Manajemen Waktu yang Efektif untuk Mengoptimalkan Produktivitas Harian di SMK Insan Aqilah 5*" menggunakan pendekatan partisipatif dan praktis. Peserta dilibatkan secara aktif dalam sesi diskusi, simulasi, dan latihan penerapan teknik manajemen waktu. Metode ini dirancang untuk memastikan pemahaman konsep dan penguasaan keterampilan yang dapat diterapkan langsung oleh peserta.

Pelaksanaan pelatihan ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut **Identifikasi kebutuhan pelatihan**, Menggali informasi mengenai kendala siswa dalam mengatur waktu melalui wawancara atau survei sederhana. **Penyusunan materi**, Menyusun materi pelatihan yang mencakup konsep dasar, teknik manajemen waktu, dan simulasi praktis. **Pengaturan logistik**, Menyiapkan tempat pelatihan, alat peraga, dan bahan pendukung seperti modul, video, dan perangkat simulasi

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan pelatihan terdiri dari tiga sesi utama:

1. Sesi Teori:

- Pengenalan konsep dasar manajemen waktu.
- Pembahasan pentingnya manajemen waktu untuk meningkatkan produktivitas siswa.
- Penjelasan teknik manajemen waktu seperti:
 - *Eisenhower Matrix*
 - *Time Blocking*
 - *Teknik Pomodoro*
- Studi kasus tentang dampak buruk prokrastinasi.

2. Sesi Praktik:

- Simulasi penerapan *Eisenhower Matrix* untuk mengidentifikasi prioritas kegiatan harian.
- Latihan membuat jadwal menggunakan metode *Time Blocking*.
- Penggunaan teknik *Pomodoro* untuk mengerjakan tugas dalam waktu singkat dengan fokus maksimal.
- Evaluasi simulasi dan diskusi kelompok untuk berbagi pengalaman dan hasil.

3. Sesi Refleksi dan Evaluasi:

- Peserta diminta untuk merefleksikan pola manajemen waktu mereka sebelum dan sesudah pelatihan.
- Diskusi terbuka untuk menjawab pertanyaan atau kendala yang mungkin dihadapi peserta dalam menerapkan teknik yang diajarkan.

Tahap Evaluasi

Evaluasi pelatihan dilakukan melalui:

1. Pre-test dan post-test:

- Mengukur pemahaman peserta sebelum dan setelah pelatihan.

2. Penilaian praktik:

- Menilai kemampuan peserta dalam menyusun jadwal harian menggunakan teknik yang telah diajarkan.

3. Umpan balik peserta:

- Mengumpulkan pendapat peserta tentang materi, metode pelatihan, dan manfaat yang diperoleh melalui kuesioner.

Hasil dan Pembahasan

Pelatihan "*Keterampilan Daur Ulang Kertas sebagai Peluang Usaha*" telah dirancang sebagai upaya untuk memberikan solusi terhadap dua isu penting, yaitu pengelolaan limbah dan pemberdayaan ekonomi masyarakat. Dengan memanfaatkan limbah kertas yang sering kali dianggap tidak berguna, pelatihan ini memberikan pengetahuan dan keterampilan praktis kepada peserta untuk mengolah limbah tersebut menjadi produk kreatif dan bernilai ekonomis.

Pelatihan ini memiliki beberapa capaian utama, yaitu:

1. Peserta mampu memahami konsep dasar dan pentingnya daur ulang kertas, baik dari segi lingkungan maupun peluang ekonomi.
2. Peserta terampil dalam mengolah limbah kertas menjadi berbagai produk kreatif seperti kerajinan tangan dan barang fungsional.
3. Peserta memiliki pemahaman dasar tentang kewirausahaan, termasuk strategi pemasaran produk berbasis daur ulang.
4. Tumbuhnya kesadaran masyarakat untuk mengelola limbah secara produktif dan ramah lingkungan.

Dengan pendekatan berbasis teori dan praktik, pelatihan ini diharapkan mampu memberdayakan masyarakat untuk menciptakan peluang usaha yang berkelanjutan, sekaligus mendukung upaya pelestarian lingkungan.

Agar pelatihan ini dapat memberikan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan, beberapa saran yang dapat dipertimbangkan adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan skala pelatihan:

- Mengadakan pelatihan serupa di berbagai wilayah untuk menjangkau lebih banyak peserta dan memperluas dampak positifnya.
2. **Pendampingan lanjutan:**
 - Memberikan pendampingan bagi peserta yang ingin memulai usaha berbasis daur ulang, baik dalam bentuk konsultasi, bantuan pemasaran, maupun fasilitasi peralatan.
 3. **Kolaborasi dengan pihak lain:**
 - Bekerjasama dengan pemerintah, organisasi masyarakat, atau perusahaan untuk mendukung pengembangan usaha berbasis daur ulang melalui program CSR atau pemberian hibah.
 4. **Promosi produk daur ulang:**
 - Membantu memasarkan produk hasil daur ulang melalui pameran, platform digital, atau gerai khusus produk ramah lingkungan.

Dengan melibatkan berbagai pihak dan mengintegrasikan pelatihan ini ke dalam program pemberdayaan yang lebih luas, diharapkan manfaatnya dapat dirasakan oleh lebih banyak individu dan komunitas. Upaya kolektif ini tidak hanya menciptakan dampak ekonomi yang positif, tetapi juga mendorong terciptanya lingkungan yang lebih bersih dan lestari.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R., & Setiawan, H. (2015). *Pemanfaatan Limbah Kertas untuk Produk Kerajinan Ramah Lingkungan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan. (2012). *Panduan Pengelolaan Sampah dan Daur Ulang untuk Masyarakat*. Jakarta: KLHK.
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing Management* (15th Edition). Pearson Education Limited.
- Peraturan Pemerintah Nomor 81 Tahun 2012 tentang Pengelolaan Sampah Rumah Tangga dan Sampah Sejenis Sampah Rumah Tangga.
- Purwanto, E. (2018). *Kreativitas dalam Pengembangan Usaha Mikro Berbasis Kerajinan*. Surabaya: Pustaka Widya.
- Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2008 tentang Pengelolaan Sampah.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2008 tentang Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM).
- Wahyudi, T., & Kusuma, R. (2020). *Teknik Daur Ulang: Solusi Inovatif untuk Pengelolaan Limbah*. Bandung: Alfabeta.
- Wulandari, R., & Setyaningsih, A. (2021). "Pengaruh Pelatihan Daur Ulang terhadap Kesadaran Lingkungan dan Kewirausahaan." *Jurnal Inovasi Sosial*, 9(2), 125–135.