

Pelatihan Teknik Manajemen Waktu Bagi Remaja Karang Taruna Rengas Pulau Medan

Yusnia Sinambela^{*1}, Eni Monaliska Sihombing², Rommel Sinaga³

¹Program Studi Teknik Grafika, Politeknik Negeri Media Kreatif, Indonesia

²Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Kesehatan Sehati, Indonesia

³Program Studi Desain Grafis, Politeknik Negeri Media Kreatif, Indonesia

e-mail: ^{*1}belasinambela@gmail.com, ²serenauli@gmail.com,
³enimonaliska@gmail.com

Abstrak

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu bagi para remaja anggota Karang Taruna. Pada umumnya remaja karang taruna masih menggunakan waktu untuk hal-hal yang tidak produktif diluar jam persekolahan. Remaja karang taruna belum mampu memanajemen waktunya dengan baik, karena remaja belum mampu memprioritaskan setiap kegiatan sehari-hari. Metode kegiatan pengabdian adalah sosialisai dan pelatihan yang terdiri dari tiga tahap yaitu pra kegiatan, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi. Pelaksanaan kegiatan dengan memberikan pemaparan mengenai pentingnya manajemen waktu dan melatih peserta untuk memanajemen waktu dengan teknik yang dipaparkan. Hasil dari pelaksanaan kegiatan disimpulkan bahwa 100% peserta sudah mampu menyusun manajemen waktu nya sesuai kebutuhan yang prioritas dan 86,67 % peserta memiliki komitmen untuk menjalankan manajemen waktu yang sudah disusun.

Kata Kunci: Karang Taruna, Manajemen Waktu, Pelatihan, Remaja

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi yang sangat potensial dalam pembangunan bangsa. Remaja pada umumnya menghabiskan kegiatan sehari-hari di sekolah dengan padatnya kegiatan ekstrakurikuler dan perkembangan zaman menuntut para remaja untuk mampu bersaing di era yang serba digital [1]. Kemampuan remaja dalam menyaring dan melihat sisi positif dari kemajuan teknologi, akan berdampak baik untuk keberhasilan dimasa datang [2].

Pengabdian yang dilaksanakan oleh Wahyu mengatakan bahwa remaja memiliki modul dalam memanajemen waktu dengan tujuan penggunaan waktu yang efisien dan hasil yang maksimal [3]. Pengabdian yang dilaksanakan oleh Hilma, dalam manajemen waktu dapat mengatasi masalah, tetapkan tujuan sesuai usia, buat skala prioritas apa yang penting dan apa yang tidak, serta buat dan sesuaikan jadwal dengan kesadaran terhadap segala hal dan harus bisa berperan aktif dengan membuat komitmen awal berupa mengajak orang lain, dengan bersikap tegas pada diri sendiri, dengan menghindari penundaan agar tugas tidak menumpuk, dengan tidak membuang-buang uang untuk hal yang disukai atau tidak disukai [4]

Karang turuna Rengas Pulau yang berlokasi di Medan Marelan, merupakan organisasi yang beranggotakan mulai dari usia remaja berkisar 15 tahun sampai usia 45 tahun. Berdasarkan hasil wawancara dengan pembina dan pengurus karang taruna, bahwasannya anggota karang taruna khususnya remaja masih belum antusias menghadiri kegiatan karang taruna. Hal itu disebabkan karena padatnya aktivitas para remaja. Pada umumnya remaja karang taruna melakukan kegiatan sekolah, bermain dan sebagian kecil mengembangkan diri dengan les diluar sekolah.

Banyak kegiatan positif yang selalu diadakan oleh karang taruna Rengas Pulau, tetapi para remaja karang taruna sering sekali tidak menghadiri kegiatan tersebut. Remaja karang taruna belum mampu memanajemen waktunya dengan baik, karena remaja belum mampu memprioritaskan setiap kegiatan sehari-hari. Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdian melakukan sosialisasi dan latihan manajemen waktu yang terstruktur.

Bagi seorang calon pemimpin yang merupakan remaja harus memiliki kemampuan dalam mengatur waktu karena manajemen waktu sangat bermanfaat bagi seseorang dalam membantu meningkatkan kualitas hidup, memudahkan efektivitas kegiatan serta mencegah sikap prokrastinasi yang dapat merugikan orang itu sendiri [5]. Cukup banyak orang yang merasa perlunya manajemen waktu yang baik dan merasa harus diajarkan kepada setiap individu, namun kenyataannya masyarakat cenderung tidak memperhatikan dan tidak memanfaatkannya [6]. Selain itu, kurang tidur karena penundaan terus-menerus, penggunaan waktu yang tidak efisien, dan terburu-buru karena kurangnya persiapan dapat berdampak buruk pada kesehatan [7]. Solusi yang ditawarkan dalam menyelesaikan permasalahan adalah dengan melakukan sosialisasi kepada remaja karang taruna dengan tema manajemen waktu. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan adalah remaja karang taruna memahami pentingnya manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari dan remaja karang taruna memiliki komitmen untuk memanfaatkan waktu dengan baik dan bisa menyeimbangkan antara kegiatan sekolah dan diluar sekolah.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah sosialisai dan alur kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1 dibawah



Gambar 1 Tahapan Kegiatan Pengabdian

Adapun penjelasan pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

2.1 Pra Kegiatan

Pada tahapan ini tim pengabdian melakukan survei dan wawancara. Tujuan pelaksanaan survei untuk mengetahui lokasi dan aktivitas karang taruna. Wawancara dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara lengkap permasalahan yang dihadapi mitra. Wawancara dilakukan dengan pembina dan pengurus karang taruna. Mitra dari pengabdian ini adalah Karang Taruna Rengas Pulau Medan Marelan yang beralamat di Jl. Kapten Rahmad Buddin No.21, dan peserta kegiatan sosialisasi berkisar 15-20 remaja.

2.2 Pelaksanaan Kegiatan

2.2.1 Tahap Persiapan

Pada tahapan ini tim pengabdian melakukan koordinasi kepada pengurus karang taruna untuk menentukan waktu dan tempat penelitian. Pelaksanaan pengabdian dilakukan pada hari minggu, tanggal 14 Agustus 2024, yang berlokasi di Kantor Kelurahan Rengas Pulau Medan Marelan. Pada tahap persiapan, tim juga mempersiapkan hal-hal yang berhubungan dengan pelaksanaan kegiatan seperti narasumber, peralatan yang digunakan dan konfirmasi kehadiran peserta kegiatan. Peserta kegiatan adalah remaja karang taruna Medan Marelan.

2.2.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahapan ini kegiatan pengabdian antara lain melaksanakan pemaparan dan pelatihan manajemen waktu.

2.3 Evaluasi dan Monitoring Kegiatan

Pada tahapan ini tim memberikan pre-test sebelum sosialisasi dan post-test diakhir pelaksanaan kegiatan. Monitoring dilakukan dengan observasi dan wawancara kepada pembina dan pengurus karang taruna

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan mengkoordinasikan setiap kegiatan kepada narasumber, pengurus karang taruna, dan para peserta kegiatan agar kegiatan berjalan dengan baik dan lancar. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dihadiri 15 orang peserta. Rangkaian kegiatan pengabdian diuraikan sebagai berikut:

3.1 Pembukaan kegiatan.

Pembukaan kegiatan diawali dengan sambutan oleh pembawa acara dan sambutan pembina dan ketua tim pengabdian. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperkenalkan kampus penyelenggara kegiatan. Hal tersebut memberi dampak yang positif bagi kampus dalam hal penerimaan mahasiswa dikarenakan peserta secara umum adalah siswa kelas XI dan kelas XII. Kendala yang dihadapi pada pelaksanaan tahapan awal adalah peserta banyak yang terlambat mengikuti kegiatan dan solusinya adalah menghubungi serta mengkonfirmasi kehadiran.



Gambar 2 Pembukaan Kegiatan

3.2 Pemaparan Materi

Kegiatan ini merupakan inti dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Pemaparan yang bertemakan "Manajemen Waktu", yang dibawakan oleh Narasumber ibu Eni Monaliska Sihombing. Tujuan dari sosialisasi adalah:

- a. Peserta memahami pengertian dan pentingnya manajemen waktu
- b. Peserta memahami teknik manajemen waktu
- c. Peserta mampu menyusun rencana manajemen waktu



Gambar 3 Pameran Oleh Narasumber

3.3 Pelatihan

Pada tahapan ini peserta dilatih teknik manajemen waktu yang dipandu oleh narasumber beserta tim pengabdian. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk melatih peserta dalam memanajemen waktu. Langkah-langkah pelatihan adalah sebagai berikut:

- a. Peserta diberikan waktu untuk merenungkan kegiatan/aktivitas keseharian, dengan tujuan apakah kegiatan selama ini bermanfaat atau tidak bermanfaat.
- b. Peserta diberikan waktu untuk menuliskan kegiatan sehari-hari sebagai siswa dan anggota karang taruna
- c. Peserta diberikan waktu untuk menyusun kegiatan tersebut berdasarkan teknik yang sudah dipaparkan oleh narasumber. Teknik yang dipaparkan oleh narasumber ada 5 yaitu teknik Podomoro, Teknik Kanban, Teknik Smart Goals, Eat The Frog dan Bullet Journal. Setiap peserta menyusun sesuai dengan teknik tersebut.

Teknik podomoro merupakan teknik yang sangat populer digunakan dalam memanajemen waktu, dan teknik ini menggunakan metode 25 menit fokus kerja, 5 menit istirahat. Agar efektif dibutuhkan timer untuk pengingat [8]. Selain itu narasumber juga membukan strategi manajemen waktu dengan teknik self manajemen, yang merupakan usaha seseorang untuk mencapai waktu yang efektif sesuai dengan keinginannya [9]. Narasumber juga menjelaskan cara memanajemen waktu berdasarkan kuadran penting dan mendesak [10]

- d. Mengumpulkan Hasil



Gambar 4 Pelatihan Teknik Manajemen Waktu

3.4 Evaluasi dan Monitoring

Sebelum pelaksanaan kegiatan masing-masing peserta diberikan pre-test dan setelah pelaksanaan kegiatan diberikan post-test. Berikut merupakan rekapitulasi hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan masyarakat.

Tabel 1 Hasil Pre Test dan Post Test

No	Uraian	Pre-Test (Jumlah Peserta)		Post-test (Jumlah Peserta)	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Apakah Anda pernah mendengar istilah dan pentingnya manajemen Waktu ?	2	13	15	
2	Pernahkan Anda mengikuti pemaparan dan penjelasan secara detail mengenai manajemen waktu?		15	15	
3	Apakah Anda sudah memanajemen waktu secara terstruktur?		15	15	
4	Apakah Anda merasa khawatir jika pekerjaan/Tugas Anda tidak selesai tepat waktu?	15		2	13
5	Pernahkan Anda menyusun jadwal untuk kegiatan sehari-hari?	5	10	15	
6	Apakah Anda sudah membagi pekerjaan/tugas sesuai dengan kebutuhan prioritas?	2	13	15	
7	Apakah penyampaian materi sudah bagus sehingga Anda menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari?			15	
8	Melalui kegiatan pengabdian, Apakah Anda akan memberikan waktu untuk mengikuti kegiatan karang taruna?			10	5
7	Apakah Anda memiliki komitmen untuk menjalankan manajemen waktu yang sudah disusun?			13	2

Berdasarkan hasil evaluasi dari Tabel 1 diatas disimpulkan bahwa:

1. 86,67% dari jumlah peserta belum memahami pentingnya manajemen waktu, setelah pelaksanaan kegiatan 100% peserta sudah memahami pentingnya manajemen waktu.
2. Semua peserta kegiatan yang berjumlah 15 orang belum pernah menyusun waktu secara terstruktur sebelum pelaksanaan kegiatan ini dan ada 10 orang sudah pernah menyusun kegiatan sehari-hari tetapi tidak dilaksanakan hanya sebatas menyusun saja.
3. Setelah pelaksanaan kegiatan 100% peserta sudah mampu menyusun manajemen waktu nya sesuai kebutuhan yang prioritas.
4. 66,67 % peserta kegiatan sudah menyusun jadwal untuk mengikuti kegiatan karang taruna
5. 86,67 % peserta memiliki memiliki komitmen untuk menjalankan manajemen waktu yang sudah disusun.
6. Kegiatan monitoring dilakukan dengan melakukan kunjungan kembali untuk melakukan observasi dan wawancara untuk mengetahui apakah para remaja sudah mengikuti kegiatan karang taruna atau tidak. Berdasarkan hasil monitoring 40% peserta sudah mengikuti beberapa kegiatan yang diadakan oleh karang taruna

Kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan adalah peserta pengabdian datang terlambat sehingga pelaksanaan kegiatan mundur dua jam dari waktu yang ditentukan. Solusi yang dilakukan adalah dengan menghubungi kembali dan mengkonfirmasi kehadiran.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan masyarakat disimpulkan bahwa pemaparan mengenai pentingnya manajemen waktu bagi remaja karang taruna dapat memberikan dampak bagi peserta seperti meningkatkan wawasan dan pengetahuan dalam mengelola waktu sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas dari remaja tersebut karena menggunakan waktu untuk hal-hal yang positif. Setelah pelaksanaan kegiatan 100% peserta sudah mampu menyusun manajemen waktu nya sesuai kebutuhan yang prioritas.

5. SARAN

Kegiatan ini perlu dilakukan secara rutin baik untuk meningkatkan semangat remaja karang taruna untuk memberikan waktu mengikuti kegiatan Karang Taruna. Pengabdian Masyarakat selanjutnya dengan menambah jumlah peserta kegiatan dan menambahkan topik pemaparan sesuai dengan kebutuhan remaja karang taruna

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim mengucapkan terimakasih kepada Bapak Lurah Rengas Pulau Medan Marelان yang sudah memberikan masukan untuk pelaksanaan kegiatan dan pembina serta pengurus karang taruna yang sudah memberikan waktu , tenaga sehingga kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Adilla, "Analisis Strategi Manajemen Waktu Pada Remaja," *J. Bimbingan. dan Konseling Pandohop*, vol. 3, no. 2, pp. 1–7, 2023, doi: 10.37304/pandohop.v3i2.8203.
- [2] D. Dwi Julyana and A. Lianawati, "Berlatih alokasi waktu dalam self management efektif meningkatkan manajemen belajar siswa," *Orig. Artic.*, vol. 229, no. 2, pp. 229–235, 2020, doi: 10.26539/teraputik.42429.
- [3] L. Nafisah, A. Nugraha, S. Hartini, and S. Muyana, "Pengembangan Modul Pelatihan Dengan Menggunakan Teknik Problem Solving Tentang Manajemen Waktu Belajar Siswa Di Smp Negeri 4 Sewon," *J. Bimbingan. dan Konseling Borneo*, vol. 3, no. 2, pp. 55–62, 2021, doi: 10.35334/jbkb.v3i2.2344.
- [4] H. Wahidaty, "Manajemen Waktu: Dari Teori Menuju Kesadaran Diri Peserta Didik," *Edukatif J. Ilmu Pendidik.*, vol. 3, no. 4, pp. 1880–1889, 2021, [Online]. Available: <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1015>
- [5] W. A. Rahman, A. T. Susilo, and A. Dewantoro, "Pengembangan Modul Manajemen Diri untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Siswa SMA," *J. Psikoedukasi dan Konseling*, vol. 6, no. 1, p. 28, 2022, doi: 10.20961/jpk.v6i1.60325.
- [6] T. A. Juniawaty, K. P. S. Universitas, R. Indah, and D. D. Y. Tarina, "Pemahaman Kemampuan Mengatur Waktu (Time Management) Bagi Seorang Pemimpin Dalam Efektivitas Kegiatan," *ReaseachGate*, no. May, pp. 1–9, 2022, [Online]. Available: https://www.researchgate.net/publication/360928853_Pemahaman_Kemampuan_Mengatur_Waktu_Time_Management_Bagi_Seorang_Pemimpin_dalam_Efektivitas_Kegiatan
- [7] R. Reswita, "Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK," *PAUD Lect. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 2, no. 02, pp. 25–32, 2019, doi: 10.31849/paud-lectura.v2i02.2497.
- [8] H. Arviani, D. Claretta, and Z. A. Achmad, "Peningkatan Kualitas Belajar Siswa dengan Teknik Pomodoro, Cornell Notes dan Feynman di Sanggar Belajar Professor Kota Madiun," *Khidmatuna J. Pengabd. Masy.*, vol. 2, no. 1, p. 67, 2021, doi: 10.54471/khidmatuna.v2i1.1268.
- [9] S. N. Elvina, "Teknik Self Management dalam Pengelolaan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif," *Islam. Couns. J. Bimbingan. Konseling Islam*, vol. 3, no. 2, p. 123, 2019, doi: 10.29240/jbk.v3i2.1058.
- [10] A. A. Gea, "Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien," *Humaniora*, vol. 5, no. 2, p. 777, 2014, doi: 10.21512/humaniora.v5i2.3133.