

PENGEMBANGAN *SOFT SKILLS* MANAJEMEN WAKTU MELALUI PSIKOEDUKASI UNTUK SISWA DI SMK AL-ISLAM SURAKARTA

Emalia Yunika¹⁾, Sri Ernawati²⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora dan Seni,

Universitas Sahid Surakarta

E-mail: emaliayunika57@gmail.com

Abstrak

Perkembangan sains dan teknologi yang cepat tidak dapat dihindari oleh siapa pun termasuk siswa sekolah. Era teknologi menuntut individu untuk mampu mengembangkan potensi diri. Aspek dalam mengembangkan potensi diri merupakan soft skills. Soft skills merujuk salah satunya pada keterampilan mengelola waktu, Siswa merupakan individu yang cenderung aktif dalam mengikuti kegiatan sehingga akan membuat siswa mengalami kesulitan dalam mengelola waktu. Kegiatan ini diharapkan mampu memberikan pemahaman dengan metode psikoedukasi siswa juga dapat meningkatkan kemampuan mereka untuk mengelola waktu mereka dan bertanggung jawab atas tugas mereka. Kegiatan psikoedukasi ini dilaksanakan dalam empat tahap, yakni tahap perencanaan, pelaksanaan, hasil, dan evaluasi kegiatan. Peserta kegiatan ini adalah siswa SMK AL-ISLAM Surakarta. Para peserta memberikan tanggapan yang positif dan kegiatan ini berhasil dalam meningkatkan pemahaman serta penerapan manajemen waktu melalui psikoedukasi.

Kata Kunci : Manajemen Waktu, Psikoedukasi, Siswa, Soft Skills

Abstract

The rapid development of science and technology cannot be avoided by anyone including school students. The technological era requires individuals to be able to develop their potential. Aspects in developing self-potential are soft skills. Soft skills refer to one of them on time management skills, students are individuals who tend to be active in participating in activities so that it will make students experience difficulties in managing time. This activity is expected to be able to provide understanding with psychoeducation methods students can also improve their ability to manage their time and be responsible for their duties. This psychoeducation activity was carried out in four stages, namely the planning, implementation, results, and evaluation stages of the activity. The participants of this activity were students of SMK AL-ISLAM Surakarta. The participants gave positive responses and this activity was successful in improving their understanding and application of time management through psychoeducation

Kata kunci: Time Management, Psychoeducation, Students, Soft Skills

1. PENDAHULUAN

Perkembangan sains dan teknologi yang cepat tidak dapat dihindari oleh siapa pun termasuk siswa sekolah. Era teknologi menuntut individu untuk mampu mengembangkan potensi diri. Pekerjaan yang diisi oleh tenaga kerja manusia semakin berkurang akibat kemajuan teknologi komputer. Sehingga sumberdaya manusia menjadi semakin ketat. Aspek dalam mengembangkan potensi diri merupakan *soft skills*. Pengembangan *soft skills* bukanlah hal baru dalam dunia pendidikan, karena dasar untuk pengembangannya sudah sangat jelas.

Soft skills adalah prinsip belajar sepanjang hidup di alam, karena berhubungan dengan kemampuan dasar untuk menghadapi tuntutan serta tantangan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. *Soft skills* merupakan komponen penting yang tidak dapat diganti dengan mesin.

Soft skills adalah kemampuan dan kebiasaan unik bagi seseorang. *Soft skills* adalah kemampuan dan kebiasaan yang unik bagi seseorang (Al Abduwani, 2012). *Soft skills* juga faktor utama yang diperhatikan oleh organisasi dalam pengembangan karir bagi lulusan sekolah maupun universitas. *Soft skills* merujuk pada kemampuan mengelola stress, kemampuan mengelola waktu, kemampuan pemecahan masalah, kemampuan bekerja sama dengan tim dan sebagainya (Ngang & Chan, 2015).

Wallace dalam Kusmiran (2015), menyatakan bahwa *soft skills* lebih berkaitan dengan ciri-ciri kepribadian, kebiasaan sosial, dan perilaku yang mencakup kemampuan untuk mendukung interaksi serta melengkapi *hard skills* atau pengetahuan dari sudut pandang individu yang berbeda. *Soft skills* sendiri terdiri dari kualitas pribadi, kemampuan bersosialisasi dan pengetahuan.

Soft skills terdiri dari berbagai atribut yang saling terhubung satu sama lain. Setiap atribut ini memiliki peranan mendukung satu sama lain. Namun disisi lain, atribut yang dimiliki oleh setiap individu memiliki tingkat keterampilan yang berbeda-beda. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi termasuk pola pikir, berperilaku, berkata dan bertindak. Atribut *soft skills* dapat berubah sesuai dengan keinginan individu, jika seseorang tersebut bersedia untuk mengubahnya melalui latihan dan membiasakan diri dengan hal-hal berbeda. Kebiasaan tersebut nantinya akan mempengaruhi karakteristik serta kepribadian individu (Kusmiran, 2015).

SMK AL-ISLAM Surakarta adalah salah satu lembaga pendidikan jenjang SMK di wilayah Surakarta dengan siswa berusia 15-18 tahun. SMK AL-ISLAM Surakarta menawarkan Pendidikan pada bidang Teknologi Informasi. SMK AL-ISLAM terdiri dari 2 jurusan yaitu Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) dan Teknik Jaringan Akses (TJA). Siswa juga bisa mendapatkan keterampilan dan pengetahuan baru melalui kegiatan intrakurikuler yang ditawarkan dari pihak sekolah. Selain bidang teknologi informasi, ternyata siswa juga bisa mendapatkan pengetahuan terkait tentang keagamaan. SMK AL-ISLAM juga memiliki kegiatan organisasi dan ekstrakurikuler. Serta ada juga beberapa siswa yang memiliki kegiatan diluar sekolah.

Banyaknya kegiatan yang dilakukan membuat setiap siswa terkendala dalam mengatur waktu yang tepat antara pembagian waktu untuk disekolah, organisasi, waktu belajar, bermain, dan istirahat. Hal ini membuat, banyak siswa merasa tertekan oleh berbagai deadline tugas, baik tugas akademik maupun tugas organisasi. Terkadang hal ini membuat beberapa di antara mereka merasa tertekan dan terhambat yang pada akhirnya berdampak negatif pada salah satu aspek kehidupan mereka atau dapat dikatakan hidup mereka tidak seimbang.

Dampak-dampak tersebut meliputi penurunan prestasi belajar siswa, berkurangnya waktu tidur dan istirahat, berangkat terlambat. Namun tak jarang ditemukan siswa yang masih mampu mempertahankan semua kegiatan yang diikutinya baik kegiatan akademis maupun non-akademis dengan seimbang dan bisa mengelola waktunya. Mengatur waktu sangatlah penting terutama bagi siswa. Jika tidak bisa mengelola waktu dengan baik, maka waktu yang tersedia akan disia-siakan karena digunakan untuk sesuatu yang kurang penting. Akibatnya, aktivitas yang lebih mendesak dan penting tidak dapat diselesaikan dengan baik. Di sisi lain, dalam menetapkan waktu untuk aktivitas, tidak dapat dilakukan secara asal. Mengatur waktu harus berlandaskan pada kedisiplinan untuk menjalankan rencana yang telah dibuat berjalan dengan efektif dalam melakukan aktivitas bekerja pada kehidupan sosial dan akademik pada pribadi siswa tersebut.

Manajemen waktu mengacu pada jadwal untuk melakukan kegiatan terbaik dan hal-hal dalam waktu dekat (Abi & Sauda, 2018). Teknik penjadwalan waktu, khususnya untuk tugas-tugas, dikenal sebagai manajemen waktu, untuk produktivitas, efektivitas dan efisiensi. Manajemen waktu adalah proses perencanaan waktu, terutama untuk tugas-tugas, untuk efisiensi, efektivitas, dan produktivitas. Menentukan kapan harus mengerjakan tugas yang

dianggap lebih penting dan efisien merupakan salah satu cara untuk mengatur waktu (Purnamasari, A. N. & Suroso, 2020). Selama mampu memisahkan tugas yang penting dan mendesak dengan tugas yang kurang penting dan mendesak, seseorang dapat terus merencanakan kegiatan yang lebih terstruktur dan mengembangkan disiplin untuk menyelesaikannya melalui manajemen waktu.

Manajemen waktu adalah suatu metode atau strategi dalam merencanakan serta mengatur waktu agar dapat digunakan untuk aktivitas tertentu yang telah ditetapkan dan harus diselesaikan dalam periode waktu yang telah ditentukan (Maryadi, 2018).

Perilaku kesulitan mengelola waktu belajar secara umum diartikan sebagai siswa yang tidak teratur dalam membagi waktunya. Hal ini sejalan dengan penjelasan (Hakim, 2018) bahwa kesulitan dalam mengelola waktu muncul dikarenakan individu tersebut tidak mampu memprioritaskan kegiatan yang lebih penting dibandingkan dengan kegiatan-kegiatan lain yang bisa ditunda.

Manajemen waktu yang baik menurut para peneliti dilakukan dengan membuat data semua aktivitas atau tugas dan menyusun skala prioritas untuk setiap tugas tersebut. Dalam hal ini dapat lebih memudahkan individu untuk mengatur dan merencanakan aktivitas-aktivitas mana yang akan didahulukan. Tempatkan aktivitas yang paling penting untuk daftar (list) di paling atas yang akan segera dikerjakan, diikuti dengan pekerjaan-pekerjaan lain yang dapat ditunda. Dalam teori manajemen waktu disebutkan bahwa manajemen waktu yang dilakukan akan memberikan hasil yang positif jika dilakukan dengan tulus.

Kegiatan pegabdian ini didasari atas diskusi Selama percakapan dengan guru bimbingan dan konseling (BK) yang mengevaluasi pentingnya dilakukan pelatihan psikoedukasi yang berfokus pada manajemen waktu untuk seluruh siswa yang bersekolah di SMK AL-ISLAM Surakarta. Sebelumnya guru BK sudah melakukan upaya untuk membantu siswa agar dapat mengelola waktu mereka, namun, hasilnya belumlah maksimal. Oleh sebab itu, kami melakukan kegiatan pegabdian yang diperlukan oleh pihak mitra mengenai Pengembangan *Soft Skills* Melalui Psikoedukasi Untuk Siswa di SMK AL-ISLAM Surakarta. Tujuan dari pegabdian ini untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman siswa akan pengelolaan waktu.

2. METODE PELAKSANAAN

Pegabdian ini dilakukan di SMK AL-ISLAM Surakarta dengan jumlah peserta 85 siswa. Pegabdian ini menggunakan metode psikoedukasi melalui ceramah dan *role play*. Prosedur pelaksanaan psikoedukasi dilakukan dengan melalui berbagai tahapan. Tahap persiapan dengan melakukan wawancara dengan pihak mitra serta mempersiapkan materi. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan materi terkait pengetahuan dan pemahaman manajemen waktu serta melakukan *roleplay*. Tahap Hasil yaitu semua siswa dapat memahami pentingnya mengelola waktu. Tahap Evaluasi : diharapkan dapat mempersiapkan bahan psikoedukasi dengan lebih matang serta bisa dengan menggunakan metode lain yang bervariasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan pegabdian ini adalah memberikan pemahaman dan keterampilan tentang pengelolaan waktu pada siswa SMK AL-ISLAM Surakarta. Metode yang digunakan tidak hanya berfokus pada memberikan pengetahuan melalui ceramah, tetapi juga melalui *role play* pelibatan aktif dalam aplikasi nyata konsep-konsep manajemen waktu yang dipelajari. Kegiatan pelatihan soft skills dilakukan di SMK AL-ISLAM Surakarta pada hari Selasa, 15 April 2025 di jam 09:00-11.00 WIB dengan jumlah peserta 85 siswa.

Tabel 1. Jumlah Siswa

No	Kelas	Jumlah
1.	Kelas X-1	28
2.	Kelas X-2	28
3	Kelas XI	29

Kegiatan pelatihan ini juga dilakukan dengan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama yaitu tahap persiapan dan perencanaan dilakukan dengan melakukan wawancara dan koordinasi dengan pihak mitra guru BK terkait permasalahan yang sering muncul. Kemudian juga dalam tahapan ini melakukan persiapan bahan administratif sesuai dengan kebutuhan pelaksanaan pelatihan, menyiapkan bahan dan materi pelatihan. Tahapan ini juga menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.

Tahap kedua yaitu tahap pelaksanaan, dilakukan dengan penyampaian materi memberikan pengetahuan kepada siswa terkait manajemen waktu. Kegiatan ini berlangsung selama kurang lebih 45 menit dilakukannya dengan memberikan materi deskripsi manajemen waktu, manfaat manajemen waktu, contoh dan tips untuk manajemen waktu. Materi ini dimaksudkan untuk memungkinkan siswa untuk belajar, memahami, mengelola waktu dalam kegiatan sekolah maupun diluar sekolah.

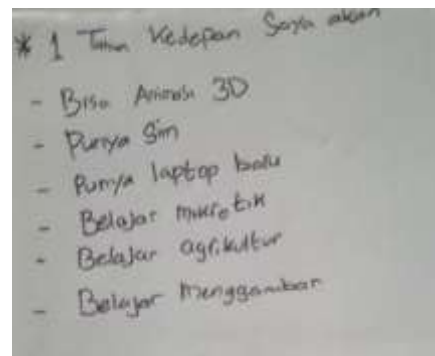
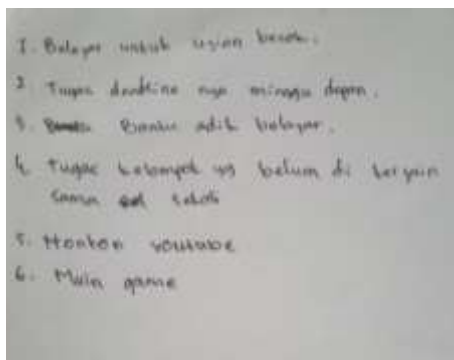
Selain penyampaian materi siswa melakukan roleplay dengan membuat perencanaan yang akan dilakukan kedepannya. *Well-planning* (perencanaan yang baik), manajemen waktu yang baik sangatlah penting untuk menghadapi tuntutan hidup saat ini tanpa mengalami banyak stress (Gea, 2014). Forsyth (2009) menyatakan bahwa manajemen waktu merupakan metode untuk Mengatur waktu Anda secara efektif untuk mencapai produktivitas, efisiensi, dan efektivitas. Siswa juga melakukan roleplay games prioritas. Pada games ini, siswa harus mengurutkan beberapa opsi yang sudah dituliskan. Siswa dapat memprioritaskan dan mengurutkan mana pilihan yang harus diprioritaskan sampai dengan terakhir yaitu pilihan yang dapat ditunda.



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2. Pelaksanaan Role Play



Gambar 3. Hasil Role Play

Tahap ketiga yaitu tahap hasil, selama pelaksanaan pelatihan didapatkan bahwa siswa cukup memahami pentingnya manajemen waktu. Hasil *roleplay* yang didapatkan tim pegabdian adalah siswa sudah bisa menerapkan psikoedukasi manajemen waktu. Siswa sudah bisa menentukan, memilih, mengatur waktu dalam melakukan kegiatan yang paling penting dan tidak terlalu penting. Hal ini dilakukan agar supaya, para siswa bisa mengetahui kegiatan mana yang lebih penting dan seharusnya diselesaikan terlebih dahulu agar tidak membuat siswa kewalahan dalam menyelesaikan tugas-tugas disekolah. Membuat daftar urutan tugas bisa mempermudah sebuah pekerjaan, tugas, dan kegiatan agar tidak terlalu menumpuk.

Hasil lain didapatkan melalui siswa yang menuliskan perencanaan untuk 1 tahun kedepan yang akan mereka lakukan. Hal ini dilakukan agar setiap siswa yang bersekolah tidak merasakan kesulitan dalam mengelola waktu. Menjadikan suatu kegiatan yang prioritas dapat membantu siswa dalam menghindari tantangan dalam mengatur waktu dengan berbagai kegiatan yang mereka lakukan di sekolah maupun di luar sekolah.

Tahap keempat yaitu tahap evaluasi, pelatihan dilakukan dengan baik. Ceramah dilakukan oleh tim pengabdian. Pada tahap ini juga mengidentifikasi ternyata ada kekurangan selama pelaksanaan psikoedukasi, terkait tentang jam yang bentrok dengan waktu istirahat membuat siswa lupa akan materi yang dijelaskan sehingga membuat tim pegabdi harus menjelaskan kembali materinya.

Sesuai dengan yang dijelaskan oleh Macan, dkk (2000) Manajemen waktu adalah metode pengelolaan waktu di mana orang pertama-tama mengidentifikasi kebutuhan dan keinginan mereka, kemudian mengaturnya sesuai dengan dengan kegiatan yang lebih penting.

Maksudnya bahwa terdapat aktivitas tertentu yaitu menetapkan sasaran untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan dengan memprioritaskan tugas-tugas yang harus diselesaikan. Kemudian, dengan menggunakan perencanaan, penjadwalan, daftar pengorganisasian, dan prosedur penanganan tugas, tugas-tugas penting diatur sesuai dengan waktu dan sumber daya yang tersedia.

Manajemen waktu adalah kemampuan untuk mendistribusikan waktu dan sumber-sumber untuk mencapai tujuan (Dejanasz, 2002). Keterampilan dalam mengatur waktu mengacu pada bagaimana cara individu menghabiskan waktu untuk memprioritaskan dan mencapai berbagai tujuan hidup serta menciptakan kesejahteraan. Manajemen waktu merupakan keterampilan personal dan manajerial. Ini adalah proses menyusun dan mewujudkan tujuan, memperkirakan waktu dan sumber-sumber yang diperlukan untuk mencapai tujuan serta disiplin dalam diri untuk fokus pada tujuan. Selain itu, manajemen waktu dapat menurunkan tingkat stress (Dejanasz, 2002).

Siswa yang memanfaatkan waktu dengan baik, akan dapat menyelesaikan tugas tepat waktu dengan hasil yang maksimal, bisa mengatur jam tidur dan istirahat supaya tidak terlambat berangkat ke sekolah, mempunyai lingkungan yang nyaman dan aman. Penerapan manajemen waktu yang baik dan terstruktur akan membuat individu terbiasa dengan manajemen waktu tersebut. Memanfaatkan waktu yang lebih efektif dan efisien yang nantinya akan berdampak pada kedisiplinannya dalam beraktivitas.

4. KESIMPULAN

Pengembangan soft skills manajemen waktu merupakan soft skills yang penting untuk dimiliki oleh setiap siswa. Ketika melakukan kegiatan di sekolah maupun diluar sekolah, maka siswa akan lebih mudah untuk tetap fokus jika memiliki kemampuan manajemen waktu. Manajemen waktu berperan penting dalam membantu siswa SMK AL ISLAM Surakarta yang sering kali memiliki jadwal padat untuk dapat mengelola waktu dan bisa membagi waktu dengan baik.

Pegabdian ini bertujuan untuk membantu siswa memahami pentingnya mengelola waktu, membentuk kebiasaan positif dan ketaatan jadwal, menumbuhkan sikap bertanggung jawab, membantu mengurangi prokrastinasi, mengajarkan siswa untuk mengatur prioritas. Saran untuk kegiatan pegabdian kepada masyarakat selanjutnya diharapkan dapat dipersiapkan dengan baik, dengan menggunakan berbagai metode yang bervariasi sesuai dengan kebutuhan mitra. Selain itu, pada saat pelaksanaan, dapat memastikan bahwa implementasi kegiatan dilakukan secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Abduwani, T. A. (2012). The Value And Development Of Soft Skills: The Case Of Oman. *International Journal of Information Technology and Business Management*, 2(1), 87-88.
- De Janasz, Dwod, & Schneider. 2002. *Interpersonal Skills In Organization*. New York : McGraw-Hill.
- Forsyth, P. (2009). *Janganlah Sia-siakan Waktumu*. Yogyakarta: PT. Gara Ilmu.
- Gea, Atosökhi, Antonius. (2014). Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien. *HUMANIORA Vol.5 No.2 Oktober 2014: 777-785*.

Hakim, T. 2018. Belajar secara efektif. Jakarta Puspaswara.

Kusmiran, Eny. 2015. Soft Skill Caringdalam Pelayanan Keperawatan. Trans Info Media. Jakarta

Macan, dkk. 2000, Time Manajemen ; Testop Proses Model, american journal of Terhealth Studies, American: Proquest Reserch library.

Maryadi, T. (2018). Manajemen Waktu. Mmr Ugm. <https://doi.org/12-31-8-12-2018>

Ngang, T. K., Chan, T. C., & Vetriveilmany, U. D. a/p. (2015). Critical issues of soft skills development in teaching professional training: educators' perspectives. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205, 128–133. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.039>.

Purnamasari, A. N. & Suroso, S. (2020). Time Management untuk Mengurangi Keterlambatan pada Siswa SMP. *Proceedings of the ICECRS*.