

Manajemen Waktu Pada Mahasiswa: Studi Kualitatif Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung

Merry Indah Sari, Rika Lisiswanti, Oktafany

Bagian Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Pendidikan tinggi menggunakan pembelajaran orang dewasa. Fakultas kedokteran menggunakan strategi student centered learning pada proses pembelajaran. Strategi memiliki karakteristik adanya pembelajaran yang aktif dan mandiri. Mahasiswa diharapkan mampu untuk memutuskan mengenai apa, kapan, metode dan bagaimana cara belajar. Banyaknya aktifitas pembelajaran di fakultas kedokteran serta aktifitas lainnya yang dilakukan mahasiswa menuntut mahasiswa untuk dapat melakukan manajemen waktu yang baik. Kegiatan organisasi, kegiatan bermain ataupun istirahat merupakan kegiatan yang harus dapat diatur dengan baik waktu pelaksanaannya. Kurangnya manajemen waktu dapat berakibat pada hasil belajar mahasiswa. Penelitian ini bertujuan mengetahui manajemen waktu mahasiswa berhubungan dengan proses belajar mahasiswa. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Dilakukan pengumpulan data pada 50 orang mahasiswa yang dibagi menjadi 5 kelompok FGD. Data kemudian ditranskrip, dilakukan koding dan dikelompokkan dalam kategori. Didapatkan sebagian besar mahasiswa belum memiliki manajemen waktu yang baik. Mahasiswa masih melakukan kegiatan sehari secara spontan. Kurangnya manajemen waktu sehari hari menyebabkan mahasiswa belajar dalam porsi yang lebih banyak saat ujian. Manajemen waktu merupakan pengaturan diri untuk menggunakan waktu seefektif mungkin untuk mencapai tujuan. Manajemen waktu dapat mengarahkan proses belajar mahasiswa. Manajemen waktu belajar yang kurang baik menyebabkan mahasiswa menggunakan pendekatan surface learning dalam belajar. Hal ini dapat mempengaruhi hasil belajar mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan keterampilan manajemen waktu dengan memperhatikan aspek aspek yang harus dihindari dan harus dilakukan.

Kata kunci : manajemen waktu, pembelajaran aktif, kualitatif

Time Management In Students: Qualitative Studies In Medical Students University of Lampung

Abstract

Higher education uses adult learning starategy. Faculty of medicine using student centered learning strategy on learning process. This strategy has the characteristics of active and independent learning. Students are expected to be able to decide on what, when, methods and how to learn. The number of learning activities in the medical faculty and other activities conducted by students requires students to have a good time management. Organizational activities, playing or having rest activities are activities that must be managed well. Lack of time management can result in student learning outcomes. This study aims to determine the time management of students related to student learning process. This is descriptive qualitative research. Data collection was conducted on 50 students divided into 5 groups of FGD. The data is then transcribed, coded and grouped into categories. Result shown that most students do not have good time management. Students are still doing spontaneous daily activities. Lack of day-to-day management causes students to study more during the exam. Time management is a self-regulation to use time as effectively as possible to achieve goals. Time management can lead of students learning process. Less management of learning time cause students to use the approach of surface learning. This can affect student learning outcomes. Therefore, students are expected to improve their time management skills by taking into account aspects that should be avoided and must be done.

Keywords : active learning, qualitative, time management

Pendahuluan

Pendidikan tinggi merupakan pendidikan lanjut setelah pendidikan dasar dan menengah. Mahasiswa di Perguruan Tinggi diasumsikan sebagai seorang yang dewasa oleh karena itu pembelajaran di perguruan tinggi menggunakan strategi *student centered learning*. Pada strategi ini mahasiswa tidak hanya memilih apa yang akan dipelajari namun mahasiswa juga tahu mengapa dan bagaimana suatu topik tersebut menarik untuk dipelajari¹.

Karakteristik *student centered learning* diantaranya adalah pembelajaran aktif, interaktif, kolaboratif, kontekstual serta mandiri. Mahasiswa diharapkan memiliki kemandirian dalam belajar. Pembelajaran mandiri berarti mahasiswa memutuskan sendiri mengenai apa, bagaimana, dimana dan kapan belajar tentang suatu hal yang mereka anggap penting².

Fakultas kedokteran memiliki banyak aktifitas pembelajaran seperti tutorial, clinical skills lab, praktikum, kuliah dan lain lain. Aktifitas pembelajaran tersebut berlangsung sejak pagi hingga siang atau sore hari. Selain itu juga tersedia banyak organisasi kemahasiswaan dimana mahasiswa dapat berperan aktif untuk mengaktualisasi diri.

Hampir sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran Unila menjadi anggota organisasi kemahasiswaan yang ada di fakultas kedokteran. Bahkan beberapa mahasiswa tersebut mengikuti lebih dari 1 organisasi baik di lingkup fakultas kedokteran maupun dalam lingkup Universitas Lampung³. Kegiatan tersebut juga memakan waktu yang dimiliki mahasiswa.

Kemajuan teknologi yang ada saat ini juga memberi efek positif dan negatif bagi mahasiswa. Teknologi yang maju seperti semakin cepatnya koneksi internet serta ada telepon pintar memudahkan mahasiswa dalam mencari sumber belajar. Namun, teknologi ini juga membuat mahasiswa menghabiskan cukup banyak waktu dalam mengakses media sosial atau mencari hiburan seperti game online⁴. Kegiatan hiburan atau bermain ini juga menggunakan cukup banyak porsi waktu luang mahasiswa.

Setiap hari mahasiswa diberikan waktu untuk belajar secara mandiri dimana mahasiswa belajar apa yang mereka anggap perlu di waktu yang ditentukan sendiri oleh mereka. Banyaknya kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa setiap harinya berimplikasi pada kemampuan mahasiswa untuk mengatur kegiatan belajarnya. Mahasiswa juga harus mampu melakukan manajemen waktu untuk melaksanakan seluruh kegiatan tersebut⁵.

Kurangnya ketrampilan mahasiswa dalam melakukan manajemen waktu yang menyebabkan mereka menggunakan waktu dengan tidak seimbang dapat berpengaruh pada hasil belajar mahasiswa itu sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman mahasiswa mengenai manajemen waktu dalam hubungan dengan proses pembelajaran mahasiswa.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif untuk menggali pengalaman pasien dalam melakukan manajemen waktu selama menjadi mahasiswa fakultas kedokteran⁶. Pengumpulan data dilakukan dengan metode *focus gruoup discussion* (FGD) terhadap 50 orang mahasiswa angkatan 2013 yang dibagi menjadi 5 kelompok FGD. Proses pengumpulan data dibantu oleh seorang *interviewer* dan menggunakan panduan pertanyaan yang telah direview sebelumnya.

Proses diskusi kelompok terarah direkam dengan *voice recorder* kemudian dibuat transkrip dari wawancara tersebut. Proses analisis data dimulai dengan menyiapkan transkrip hasil wawancara, melakukan koding dan kemudian mengembangkan tema untuk pelaporan⁷. Untuk meningkatkan kredibilitas dari penelitian ini, peneliti melakukan koding dengan *multiple coder*. Peneliti menggunakan *low inference descriptor* agar pembaca dapat memaknai secara langsung dan memberikan interpretasi tentang pengalaman subjek penelitian⁶. Peneliti juga meminta ahli pendidikan kedokteran untuk melakukan review terhadap keseluruhan hasil penelitian ini. Pada penelitian ini peneliti menjamin

kerahasiaan identitas dari mahasiswa yang menjadi subjek penelitian.

Hasil

Lima puluh orang mahasiswa yang terdiri dari 35 orang wanita dan 15 orang laki laki menjadi subjek pada penelitian ini. Seluruh subjek penelitian memiliki rentang usia 20-22 tahun.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini tidak memiliki cara tersendiri dalam melakukan manajemen waktu yang mereka miliki. Dengan banyaknya kegiatan yang mereka miliki, mereka merasa bahwa itu adalah kegiatan sehari hari yang harus dijalani sehingga mereka tidak memiliki pembagian waktu khusus.

“kalo untuk saya sendiri sih, untuk menejemen waktunya tu sih yaa gak terlalu di.. apa..di menejemenin ya gitu ya, jadi kayak ya ya biasa aja kayak aaa ya rutin kayak see.. setiap hari yang dilakuin ya itu yang dilakuin selama 24 jam” (FGD 1, N)

“saya juga masuknya tipe orang gak.. gak.. **belum baik** dalam memenejemen waktu, tipe orang yang kalo mau ngelakuin sesuatu yaudah masih **spontan-spontan aja**” (FGD 2. T)

Namun beberapa mahasiswa telah berusaha untuk membuat jadwal kegiatan yang teratur setiap harinya untuk membagi kegiatan sehari hari.

“Ya kalo untuk saya manajemen waktunya 24 jam. Untuk pagi hari biasanya saya bangun tidur jam 5 kemudian saya sholat subuh setelah itu mandi kemudian berangkat kuliah eee biasanya untuk berangkat kuliah sekitar pukul 7 sampai setengah 5 kemudian setelah itu pulang ee kemudian

beres-beres, mandi, sholat ashar sambil nunggu sholat maghrib biasanya nonton tv dulu terus setelah itu sholat maghrib kemudian makan, makan malam ee kemudian belajar kemudian sekitar sampai jam 11 atau setengah 12an setelah itu tidur bangun lagi jam 5 pagi sholat subuh.”

(FGD 3, T)

Berdasarkan hasil FGD juga didapatkan bahwa mahasiswa tidak menyediakan jumlah waktu yang khusus untuk belajar. Mahasiswa juga masih berusaha untuk menyediakan waktu untuk hiburan untuk bermain hape, menonton atau bermain bersama teman.

“kalo saya.. yah, apa ya.. kalo misalnya manajemen waktu sih kurang banget, cuma..kalo untuk waktu belajar kayaknya jarang banget, soalnya kalau misal belajar ya tergantung mood nya mau kapan” (FGD 1, S).

“yah kalo dari saya menejemen waktunya aa misalnya..... misalnya abis dari kampus itu biasanya saya baca dulu sih apa tugas tadi, nanti dipikirin, trus sambil main hp, apa.. mikirlah tugas tadi tu apa, trus biasanya sebelum tidur itu saya ngerjain” (FGD 3, SS)

Pengaturan waktu yang dilakukan mahasiswa sedikit berbeda ketika waktu ujian. Sebagian besar mahasiswa menggunakan waktu diluar kampus untuk belajar bahkan dengan mengurangi waktu istirahat. Beberapa mahasiswa menggunakan waktu belajar diluar waktu ujian hanya dengan membaca sekilas dan

merencanakan untuk belajar lebih banyak saat ujian.

“apa yaa.. kalo lagi, kalo lagi gak ujian sih paling **biasa-biasa** aja sih kayak kan seringnya.. seringnya.. buka laptop kan buat **nonton drama** atau browsing-browsing internet.. trus ee ngeliat ada folder slide ini, trus bukalah tapi Cuma **scanning** doing sih gak.. gak dibaca banget gitu. truss kalo lagi mau ujian Kalo begadang perlu begadang. Kalo missal h-1 yaitu.. the power of kepepet jadi.. ya harus **begadang**” (FGD 5, RF).

“kalo misalnya pas lagi ga ujian ya belajar kalo waktunya senggang ya lebih banyak buat tidur sih, tiduuurr.. paling ee nonton tv.. kalo nonton film ga terlalu suka paling dengerin lagu, main gitar.. kalo misalnya pas lagi mau ujian mau ujian ya.. apa ya kaya gitu namanya juga mahasiswa pasti ee sistem kebut semalem kan besoknya mau ujian baru belajar malem itu ya aku kaya gitu” (FGD 4, SD)

Pembahasan

Manajemen waktu adalah segenap kegiatan dan langkah mengatur serta mengelola waktu dengan sebaik baiknya, sehingga mampu membawa ke arah tercapainya tujuan hidup yang telah ditetapkan⁸. Manajemen waktu merupakan pengaturan diri untuk menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan melakukan perencanaan dan mampu membuat prioritas dengan baik⁹. Mahasiswa yang telah melakukan manajemen waktu dengan baik maka akan mempunyai manajemen waktu belajar dengan baik. Manajemen waktu merupakan salah satu faktor internal bagi

seorang mahasiswa untuk menerapkan prinsip belajar yang efisien.

Dari hasil penelitian menunjukkan mahasiswa ketika tidak ujian sebagian besar waktu digunakan untuk kegiatan istirahat atau menghibur diri. Mereka tetap mempunyai waktu belajar, namun pembelajaran hanya bersifat *scanning*. Waktu yang disediakan untuk belajar juga terkadang dibatasi oleh “waktu mengantuk” sehingga tujuan belajar belum tercapai. Manajemen waktu belajar dapat mempengaruhi belajar dan mengarahkan aktivitas belajar individu¹⁰. Belajar yang dilakukan dalam rentang waktu yang lama tidak akan efisien jika hanya dilakukan sekali atau jarang.

Masih banyaknya mahasiswa yang belum bisa melakukan manajemen waktu yang baik menyebabkan pendekatan belajar yang dilakukan pun merupakan pendekatan permukaan saja (*surface learning*). Dalam kegiatan belajar sehari hari mahasiswa hanya mengulang membaca sekilas materi yang telah didapatkan hari itu. Ketika menjelang ujian baru mahasiswa menyediakan waktu lebih banyak untuk memahami. Namun hal ini tidak memberikan hasil yang memuaskan untuk sebagian mahasiswa.

Manajemen waktu yang baik sangat berkaitan dengan *Self Regulated Learning* seorang mahasiswa. Dengan kemampuan ini mahasiswa dapat mengatur sistem belajarnya sendiri untuk mencapai tujuan belajarnya¹¹. Hofer et al menyatakan bahwa, manajemen waktu seseorang dipengaruhi oleh pengaturan diri, motivasi dan pencapaian tujuan seseorang¹². Mahasiswa harus berlatih untuk memiliki pengaturan diri yang baik, tetap menjaga dan selalu memperbarui motivasi serta memperjelas tujuan yang akan dicapai.

Usaha yang perlu dilakukan mahasiswa untuk memiliki manajemen waktu yang baik adalah dengan menghindari kebiasaan menghabiskan waktu¹⁰. Kebiasaan seperti selalu mengecek hape, mengakses sosial media terkadang merupakan kebiasaan yang tidak

terasa akan menghabiskan banyak waktu yang tersedia. Mahasiswa juga harus memiliki sikap asertif sehingga mereka dapat fokus pada kegiatan yang menuju kepada tujuan. Kegiatan bermain yang terkadang tidak direncanakan dapat menghabiskan lebih banyak waktu. Manajemen waktu yang dilakukan oleh mahasiswa dapat mempengaruhi hasil belajar yang diperoleh. Manajemen waktu yang efisien dapat menghasilkan prestasi belajar yang baik¹³.

Simpulan

Pendidikan di perguruan tinggi merupakan suatu pembelajaran orang dewasa yang menggunakan *student centered learning*. Banyaknya aktivitas yang dilakukan mahasiswa menuntut mahasiswa untuk memiliki keterampilan manajemen waktu. Sebagian besar mahasiswa masih belum memiliki manajemen waktu yang baik. Hal ini menyebabkan mahasiswa masih banyak yang menggunakan pendekatan *surface learning* dalam pembelajarannya. Kurangnya manajemen waktu ini dapat mengakibatkan hasil belajar yang tidak sesuai dengan harapan. Untuk memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik maka mahasiswa harus memperhatikan aspek aspek yang harus dilakukan dan yang harus yang harus dihindari.

Daftar Pustaka

1. Neill G, Mc Mahon T. Student centered learning: what it mean to student and lecturers? In O' NeillG, MooreS, Mc Mullin B, editors. Emerging issues in the practice of university learning and teaching. Dublin : IASHE,2005;27-36.
2. Barrows HS, Tamblyn RM. Problem based learning. An approach to medical education. New York.
3. Anggoro A. Hubungan keaktifan berorganisasi dengan prokratinasi akademik dan indeks prestasi kumulatif mahasiswa tahun ketiga fakultas kedokteran universitas lampung. Skripsi. Bandar Lampung.Universitas Lampung. 2016.
4. Gaol TR. Hubungan kecanduan game online dengan prestasi akademik mahasiswa di fakultas teknik universitas indonesia. Skripsi. Jakarta. Universitas Indonesia. 2012.
5. Haryono E, Akhidinirwanto W, Ashari.
6. Johnson RB, Christensen LB. Educational research; Quantitative, qualitative,and mixed approachs.3rd ed.Thousand Oaks. Sage. 2008.
7. Creswell, JW. Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (3rd ed). Thousand Oaks; Sage Publications, Inc. 2009
8. Gie TL. Efisiensi untuk meraih sukses. Yogyakarta: Panduan. 2003
9. Kusuma KP. Manajemen waktu ditinjau dari motivasi belajar pada mahasiswa bekerja. Skripsi. Semarang : universitas Katolik Soegipranata. 2008.
10. Puspitasari W. Hubungan antara manajemen waktu dan dukungan sosial dengan prestasi akademik mahasiswa yang bekerja. Skripsi. Yogyakarta : universitas Ahmad Dahlan. 2013
11. Mulyani MD. Hubungan antara manajemen waktu dengan self regulated learning pada mahasiswa. Educational psychology journal. 2013;(2)1.
12. Hofer M, Schmid S, Fries S, Dietz F, Clausen M, Reinders H. Individual values, motivational conflicts and learning for school. J Learn and Instruct. 2007;17;17-28
13. Kamp RJA, Dolmans DHJM, van Berkel HJM, Schmidt HG. The relationship between students small group activities, time spent on self study and achievement. Higher Education. 2012;64(3);385-397.