

Hubungan manajemen waktu dengan banyaknya kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

Mutiara Padmosantjojo, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20287041&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Kegiatan ekstrakurikuler mahasiswa diadakan dengan tujuan untuk memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk mengembangkan minat dan keterampilan yang dimiliki. Kegiatan ekstrakurikuler juga merupakan bagian yang penting dalam kehidupan kampus karena kegiatan ekstrakurikuler ini dinilai mampu menampung minat sosial yang besar dari sebagian besar mahasiswa. Oleh karena itulah, kegiatan ekstrakurikuler ini perlu dikembangkan seluas mungkin, sejauh pelaksanaannya tidak melanggar jalannya kegiatan kurikuler (Cole & Hall, 1970). Namun, kecenderungan yang seringkali timbul di antara mahasiswa adalah bahwa mereka lebih senang membuang-buang waktu pada kegiatan yang bersifat menyenangkan daripada mengeijakan tugas atau kegiatan yang sebenarnya penting untuk segera dikeijakan (Kalechstein dkk, 1989). Kegiatan ekstrakurikuler adalah salah satu contoh bentuk kegiatan yang dianggap menyenangkan oleh mahasiswa karena dalam kegiatan ekstrakurikuler mereka dapat menyalurkan seluruh minat dan keterampilan mereka. Oleh karenanya, tak heran jika seringkali mahasiswa terlihat begitu larut dan aktif dalam kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler, sehingga lebih banyak waktu yang mereka sediakan untuk mengikuti dan menyelesaikan tugas-tugas dalam kegiatan ekstrakurikuler daripada waktu yang mereka sediakan untuk mengikuti dan menyelesaikan tugas-tugas kurikuler. Akibatnya, hal ini akan mengganggu waktu belajar secara efektif (Brown & Holtzman, 1967). Kecenderungan ini juga terlihat di Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Agar kegiatan kurikuler dan ekstrakurikuler ini betul-betul dapat dijalankan mahasiswa dengan seimbang dan tidak tumpang tindih, mahasiswa dituntut untuk mengatur waktunya secara lebih serius dengan melakukan suatu manajemen waktu. Dengan manajemen waktu, mahasiswa dapat menjadikan waktunya menjadi lebih produktif, dengan mengatur apa yang dilakukan dalam waktu tersebut (Higgins, 1982). Menurut penelitian Macan dkk (1990), mahasiswa yang dapat mengembangkan manajemen waktu dilaporkan memiliki performa yang lebih baik, tidak menghadapi ketumpangtindihan dan kebingungan peran, dapat mengurangi beban keija yang beriebihan, serta dapat memperkecil gangguan stress yang seringkali dihadapi. Dengan demikian diharapkan meskipun seorang mahasiswa terlibat dalam banyak kegiatan ekstrakurikuler, hal tersebut tidak akan mengganggu waktu belajarnya karena ia telah dapat mengelola waktunya secara baik dengan menerapkan manajemen waktu. Menurut Canfield (1987), ada 4 aspek dalam manajemen waktu, yakni 1) menetapkan prioritas, 2) membuat perencanaan, 3) melakukan efisiensi keija, dan 4) mengembangkan sikap disiplin diri.

Penelitian ini mengungkap apakah ada hubungan antara manajemen waktu dan aspek-aspeknya dengan

banyaknya kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Alat ukur yang dipakai dalam penelitian ini adalah 1) Kuesioner Kegiatan Ekstrakurikuler dan 2) Inventori Pemanfaatan Waktu (Time Problems Inventory) yang disusun oleh A. A. Canfield dan telah dimodifikasi serta di-Indonesiakan. Sedangkan subyek penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia yang tengah mengambil mata kuliah Diagnostik V. Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah Incidental Sampling, yaitu subyek yang dipilih untuk dijadikan sampel merupakan sampel yang paling dimungkinkan didapat (Guliford & Fruchter, 1978). Pelaksanaan pengambilan data dilakukan secara massal di ruang kuliah 201-202 Gedung D Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Depok.

Dari hasil penelitian, didapatkan bahwa 1) tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara aspek prioritas, aspek perencanaan, aspek disiplin diri dalam manajemen waktu dan manajemen waktu itu sendiri dengan banyaknya kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, dan 2) ada hubungan yang positif dan signifikan antara aspek efisiensi kerja dalam manajemen waktu dengan banyaknya kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Menurut penulis, koefisien korelasi yang tidak signifikan pada beberapa aspek di atas dengan kegiatan ekstrakurikuler disebabkan karena 1) indeks reliabilitas alpha yang rendah pada aspek-aspek tersebut dan jumlah item yang kurang banyak sehingga setelah item-item yang tidak valid digugurkan, jumlahnya menjadi sangat kurang, 2) keterbatasan penetapan sampel yang hanya sebatas mahasiswa yang mengikuti mata kuliah Diagnostik V saja juga menyebabkan penelitian ini membuahkan hasil yang kurang tajam dalam melihat keterkaitan antar variabel karena sampel kurang mewakili keseluruhan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 3) variabel-variabel lain, seperti keadaan sosial ekonomi mahasiswa, yang tidak dikontrol dalam penelitian ini, juga turut mempengaruhi tidak signifikannya korelasi yang didapatkan antara variabel-variabel penelitian.

Saran-saran diajukan untuk penelitian lebih lanjut antara lain dalam hal alat, sampel, dan variabel-variabel lain yang belum dikontrol. Daftar Bacaan: 24 literatur (1967 - 1996)