

## Hubungan antara Time Management Skill dengan Pengalaman Optimal (Flow) pada Pekerja = Relationship between Time Management Skill with Optimal Experience (Flow) on Worker

Shafiya Areta, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491823&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Pengalaman Optimal (Flow) merupakan pengalaman positif yang memiliki banyak manfaat bagi individu, terutama pada pekerja. Pekerja akan lebih baik performanya jika memiliki Time Management Skill (keterampilan manajemen waktu) yang baik. Sampel populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah pekerja pada tahap dewasa muda dan minimal pendidikan D3 (N=322). Penelitian ini memperoleh rentang usia partisipan adalah 21 hingga 40 tahun (M = 28.9, SD = 5.67). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Assessment Time Management Skill (ATMS) dan Work-Related Flow Inventory (WOLF) yang masing-masing memiliki internal konsistensi sangat baik. Analisis yang digunakan adalah Pearson Correlation dengan menggunakan total skor secara keseluruhan dan setiap dimensi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan memiliki arah positif antara Time Management Skill dengan flow..... Optimal Experience (Flow) is a positive experience that has many benefits for individuals, especially for workers. Workers will have better performance if they are good time management skills. The population sample used in this study is workers in young adulthood and minimum D3 (N = 322). Participant in this study have age range of 21 to 40 years (M = 28.9, SD = 5.67). The instruments used in this study are Time Skills Management Assessment (ATMS) and Work-Related Flow Inventory (WOLF), each of which has very good internal consistency. The analysis used is Pearson Correlation by using the overall total score and each dimension. The results of this study is significant and have a positive direction between Time Management Skills and Flow.