

## **Review Jurnal**

### **The effectiveness of Time Management Strategies Instruction on students' academic time management and academic self efficacy**



**Dosen Pengampu : Weni Kurnia Sari, S.ST., M.Biomed  
NAMA : Najwa Alawiyah Siregar  
NIM :22346040**

**INFORMATIKA  
DEPARTEMEN ELEKTRONIKA, FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2024/2025**

# ***The effectiveness of Time Management Strategies Instruction on students' academic time management and academic self efficacy***

## **Latar Belakang**

Jurnal yang berjudul “The effectiveness of Time Management Strategies Instruction on students' academic time management and academic self efficacy” berfokus pada efektivitas instruksi strategi manajemen waktu untuk meningkatkan manajemen waktu akademik dan efikasi diri akademik pada siswa tahun pertama yang memiliki kesulitan belajar (LD).

Manajemen waktu yang melibatkan penetapan tujuan, perencanaan, serta pengaturan prioritas dianggap mempengaruhi kemampuan individu dalam mengatur waktu dengan lebih baik. Berdasarkan penelitian sebelumnya, keterampilan ini dapat dilatih, dan berperan dalam meningkatkan efikasi diri siswa, yang merupakan keyakinan siswa dalam kemampuan mereka untuk mengatur dan menjalankan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan akademik (Bandura, 1997).

Abstrak atau bagian Pendahuluan yang disajikan penulis hanya menggunakan Bahasa Inggris (Bahasa Internasional). Secara keseluruhan isi dari abstrak atau bagian pendahuluan ini langsung menuju ke topik bahasan yang dibahas dalam jurnal ini, yang menurut saya pembaca menjadi mudah memahami jurnal ini.

## **Rumusan Masalah**

- Bagaimana efektivitas instruksi strategi manajemen waktu terhadap peningkatan manajemen waktu akademik dan efikasi diri akademik pada siswa tahun pertama yang mengalami kesulitan belajar?

## **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengeksplorasi efek dari penerapan instruksi strategi manajemen waktu terhadap manajemen waktu akademik dan efikasi diri akademik siswa tahun pertama yang memiliki kesulitan belajar (LD).

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pra-tes dan pasca-tes dengan kelompok kontrol. Sebanyak 60 siswa dengan kesulitan belajar dibagi menjadi dua kelompok: kelompok eksperimen yang mendapatkan pelatihan strategi manajemen waktu ( $n = 30$ ) dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan pelatihan tersebut ( $n = 30$ ). Alat ukur yang digunakan meliputi **Time Management Questionnaire** (TMQ) dengan skala Likert 3 poin dan **Academic Self-Efficacy Questionnaire**. Analisis data dilakukan menggunakan ANCOVA dan t-test untuk mengukur perbedaan antara kelompok eksperimen dan kontrol.

Didalam Paragraf pertama, penulis menegaskan bahwa manajemen waktu yang melibatkan penetapan tujuan, prioritas, perencanaan, ragu-ragu dan cara mengatasi hal itu, belajar dan belajar strategi, mencatat, manajemen stres, mempengaruhi kemampuan individu untuk lebih baik menggunakan waktu dan memberikan rasa urusan mengontrol kekuatan untuk mereka (Orgenstern, 2000). Studi menunjukkan bahwa keterampilan manajemen waktu dapat dilatih. MacCann dan et al. (2012) berpendapat bahwa manajemen waktu dapat dipengaruhi oleh kognisi (misalnya penetapan tujuan dan niat) dan konteks (misalnya peran lingkungan studi). Hal ini sejalan dengan panggilan untuk memasukkan karakteristik individu dan orang lain mempengaruhi dalam penelitian manajemen waktu (Claessens et al, 2007). Hal ini juga sejalan dengan temuan empiris terkait. Misalnya, siswa berprestasi ditemukan menunjukkan lebih mandiri keterampilan belajar (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990), dan dengan manajemen waktu tertentu (Eilam & Aharon, 2003).

Paragraf selanjutnya, penulis menjelaskan The konstruk self-efficacy telah dipelajari untuk menentukan masalah yang berkaitan dengan bagaimana siswa belajar dan bagaimana mereka mungkin atau mungkin tidak menerima pergeseran mengambil lebih banyak tanggung jawab untuk pembelajaran mereka (Bandura, 1997). Bandura mengusulkan bahwa kemampuan orang untuk membawa hasil yang signifikan membantu mereka dengan mampu memprediksi hasil tersebut. Bandura mendefinisikan self-efficacy sebagai merujuk kepada "keyakinan dalam kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan program tindakan yang diperlukan untuk memproduksi diberikan pencapaian" (1997, hal. 3). Bandura menempatkan konstruk self efficacy dalam konteks teori kognitif sosial, yang, pada gilirannya, didasarkan pada pengertian sebab-akibat timbal balik triadic dan badan manusia. Sehubungan dengan teori sosial kognitif sebab-akibat timbal balik triadic, Bandura (1986, 1997) berpendapat bahwa faktor personal (misalnya, sikap dan keyakinan), perilaku, dan peristiwa lingkungan semua pengaruh kemampuan satu sama lain dan dampak individu untuk melakukan dengan cara-cara tertentu.

Paragraf selanjutnya, penulis menjelaskan Ada intervensi manajemen waktu meliputi pelatihan keterampilan seperti goal pengaturan, penjadwalan, memprioritaskan tugas-tugas, pemantauan diri, pemecahan masalah teknik, mendelegasikan, dan negosiasi, serta resolusi konflik (Bruning & Frew, 1987; Higgins, 1986; Morisano, Hirsh, Peterson, Pihl, & Shore, 2010; Richardson & Rothstein, 2008). Mereka secara khusus berfokus pada manajemen waktu sering berpusat pada menetapkan tujuan dan prioritas, mekanisme manajemen waktu

(misalnya, membuat to-do list), dan / atau preferensi seseorang untuk organisasi (misalnya, preferensi untuk terorganisir daripada bekerja tidak teratur hari;. Claessens et al, 2007). Macan et al. (1990) menyarankan bahwa waktu pelatihan manajemen harus mengarah pada peningkatan di daerah-daerah dan, pada gilirannya, ini harus mengarah pada peningkatan kontrol dirasakan waktu (Claessens et al., 2007). Studi (lihat Green & Skinner, 2005; King et al, 1986;. Macan, 1994; Slaven & Totterdell, 1993; Van Eerde, 2003) telah menyimpulkan juga bahwa, setelah pelatihan, peserta akan terlibat dalam perilaku manajemen waktu lebih sering (Claessens et al., 2007). Selain itu, variabel seperti memperkirakan waktu, waktu akurat pada tugas-tugas penting, kecemasan, dan penundaan tampaknya akan terpengaruh positif oleh pelatihan manajemen waktu (Burt & Kemp, 1994 Claessens et al, 2007; Eilam & Aharon, 2003; Francis-Smythe & Robertson, 1999; Karim, et al, 2013;. Van Eerde, 2003). Saat ini penggunaan waktu atau mengelola waktu adalah masalah penting baik bagi individu dan organisasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi efektivitas waktu strategi manajemen instruksi pada belajar manajemen waktu akademik siswa cacat 'dan self efficacy akademik tahun pertama.

## Hasil Penelitian

- **Manajemen Waktu Akademik:** Hasil ANCOVA menunjukkan bahwa instruksi strategi manajemen waktu efektif dalam meningkatkan manajemen waktu akademik siswa. Nilai (F) yang diperoleh adalah 1149,034 pada tingkat signifikansi 0,01.
- **Efikasi Diri Akademik:** Terdapat peningkatan signifikan dalam efikasi diri akademik pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Nilai t-test yang dihasilkan adalah 32,842 pada tingkat signifikansi 0,01.

## Pembahasan

Pada bagian pembahasan, penulis membagi sub pokok bahasan menjadi beberapa bagian, yaitu :

### Metode Peserta ;

60 siswa berpartisipasi dalam penelitian ini. Setiap peserta siswa memenuhi kriteria berikut didirikan untuk dimasukkan dalam penelitian ini:

- a) diagnosis LD oleh referensi guru, dan ketidakmampuan belajar tes skrining (Kamel, 1990).
- b) skor IQ pada Kemampuan Mental Test (Mosa, 1989) antara 90 dan 118
- c) Tidak adanya kondisi menonaktifkan lainnya. Sampel dibagi menjadi dua kelompok; eksperimental (n = 30 anak laki-laki) dan kontrol (n = 30 anak laki-laki)

### Instrumen ;

19-item TMQ dikembangkan untuk mengukur praktik manajemen waktu siswa sekolah persiapan memiliki skala Likert 3-point. Tanggapan bawah setiap item terdiri dari biasa,

kadang-kadang, dan tidak pernah. Nilai-nilai yang lebih tinggi pada TMQ sesuai dengan praktek manajemen waktu yang lebih baik. Manajemen Waktu Angket diberikan untuk mata pelajaran di ruang kelas dan butuh 10 menit.

### **Prosedur;**

Siswa yang ikut memenuhi kriteria yang ditetapkan berikut untuk dimasukkan dalam penelitian ini:

- a) diagnosis LD oleh referral guru. Hasil pemindaian neurologis menunjukkan bahwa orang-orang yang neurologis kekurangan
- b) skor IQ pada Kemampuan Mental Test (Mosa, 1989) antara 95 dan 115
- c) skor kinerja membaca minimal 2 tahun di bawah tingkat kelas
- d) tidak adanya lainnya menonaktifkan kondisiPra-intervensi.

### **Desain dan Analisis;**

Efek menerapkan waktu strategi manajemen instruksi pada siswa waktu akademik manajemen dan self efficacy akademik dinilai menggunakan berulang-langkah desain, pasca pra dan tindak lanjut pengujian.

### **Hasil ;**

Menunjukkan data analisis ANCOVA untuk perbedaan dalam tes pasca berarti skor antara kelompok eksperimen dan kontrol dalam waktu akademik pengelolaan. Tabel menunjukkan bahwa (F) nilai adalah (1149,034) dan itu adalah nilai signifikan pada tingkat (0,01). Diskusi ; Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi efek dari efek menerapkan waktu strategi manajemen instruksi dari manajemen waktu akademik siswa dan efikasi diri akademik. Dalam sub pokok bahasan diatas penulis menjelaskan dengan sangat rinci bagaimana penelitian tersebut dilaksanakan. Pembahasan yang dilakukan oleh penulis mudah dipahami maksud dan tujuannya oleh pembaca .

### **Kekuatan Penelitian**

- 1) Teori dan model analisis yang diguakan tepat
- 2) Bahasa yang digunakan oleh penulis mudah dipahami maksud dan tujuannya oleh pembaca. Analisisnya sangat rinci dan mudah dipahami

### **Kelemahan Penelitian**

- 1) Penulis kurang lengkap dalam menyimpulkan keseluruhan isi dari jurnal ini.
- 2) Penulis kurang detail dalam memberikan hasil yang didapat dalam melakukan penelitiannya.

## References

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman & Company.
- Bruning, N. S., & Frew, D. R. (1987). Effects of exercise, relaxation, and management skills training on physiological stress indicators: A field experiment. *Journal of Applied Psychology*, 72, 515–521.
- Burt, C. D. B., & Kemp, S. (1994). Construction of activity duration and time management potential. *Applied Cognitive Psychology*, 8, 155–168.
- Claessens, B.J.C., van Eerde, W., Rutte, C.G., & Roe, R.A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255–276.
- Dombrowski, J. (2006). *The relationship of self efficacy, time management behavior, involve conflict, and number and ages of children in the household to physical activity in working mothers*. The Catholic University of American. Unpublished dissertation.
- Eilam, B., & Aharon, I. (2003). Students' planning in the process of self-regulated learning. *Contemporary Educational Psychology*, 28, 304–334.
- Francis-Smythe, J. A., & Robertson, I. T. (1999). On the relationship between time management and time estimation. *British Journal of Psychology*, 90, 333–347.
- Green, P., & Skinner, D. (2005). Does time management training work? An evaluation. *International Journal of Training and Development*, 9, 124–139.
- Hajar Naser Naeemi Aval a, Ramin Dastouri a, Seyed Davood Hoseyni Nasab a, Mansour Bayrami (2014). Efficiency of Time Management Strategies Instruction on Students' Self-efficacy. *Reef Resources Assessment and Management Technical Paper*, Vol. 40 (5), pp. 408–417.
- Higgins, N. C. (1986). Occupational stress and working women: The effectiveness of two stress reduction programs. *Journal of Vocational Behaviors*, 29, 66–78.
- Karim Babayi Nadinloyia, Nader Hajloob, Nasser Sobhi Garamaleki c, Hasan Sadeghid (2013). The Study Efficacy of Time Management Training on Increase Academic Time Management of Students. *3rd World Conference on Psychology, Counselling and Guidance (WCPCG-2012)*
- King, A. C., Winett, R. A., & Lovett, S. B. (1986). Enhancing coping behaviours in at-risk populations: The effects of time-management instruction and social support in women from dual-earner families. *Behaviour Therapy*, 17, 57–66.
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79, 381–391.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82, 760–768.
- MacCann, Carolyn; Fogarty, Gerard J.; Roberts, Richard D. (2012). Strategies for Success in Education: Time Management Is More Important for Part-Time than Full-Time Community College Students. *Learning and Individual Differences*, v22 n5 p618–623.
- Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J. B., Pihl, R. O., & Shore, B. M. (2010). Setting, elaborating, and reflecting on personal goals improves academic performance. *Journal of Applied Psychology*, 95, 255–264.
- Mosa, Farouk. A. (1989) Mental Ability Test, Cairo, El Nahda Al Masrya. *Orgenstern, J. (2000). Time management from the inside out*. New York: Hencry holt.

Pintrich, P.R., & De Groot, E.V. (1990). Motivational and Self- Regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*. 82, 33-40.

Richardson, K. M., & Rothstein, H. R. (2008). Effects of occupational stress management intervention programs: A meta-analysis. *Journal of Occupational Health Psychology*, 13, 69–93.

Schunk, D. H., & Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. In A. Wigfield & J. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation*. San Diego: Academic Press.

Slaven, G., & Totterdell, P. (1993). Time management training: Does it transfer to the workplace? *Journal of Managerial Psychology*, 8, 20–28.

Terry P S, (2002). *Effect of time management practice on self-regulation, and academic self-efficacy*. Dissertation of curriculum and instruction, Virginal University.

Van Eerde, W. (2003). Procrastination at work and time management training. *Journal of Psychology*, 137, 421–434.

Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student differences in selfregulated learning: Relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, 82, 51–59.

Zimmerman, B.J., Bandura, A., & Martinez-pons, M. (1992). Self-Motiration Disabilities and Behavior Disorder. *Exceptional children*, 6,5, 97- 389.