

# Mengelola waktu di Jurusan Teknik Arsitektur: Antara tugas dan kehidupan sosial

Hidayatul ilmiyah

Program Studi Teknik Arsitektur, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
e-mail: [hidayatulilmiah82@gmail.com](mailto:hidayatulilmiah82@gmail.com)

## Kata Kunci:

Manajemen waktu;  
Mahasiswa arsitektur;  
Tugas; Kehidupan Sosial.

## Keywords:

Time management;  
Architecture students;  
Tasks; Social.

## ABSTRAK

Perguruan tinggi memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang efektif. Penelitian ini menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen waktu mahasiswa arsitektur, serta peran perguruan tinggi dalam mendukung mahasiswa dalam mengatasi tantangan tersebut. Beberapa strategi yang dapat diterapkan oleh perguruan tinggi meliputi Jurusan Teknik Arsitektur dikenal sebagai salah satu program studi yang menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan manajemen waktu yang sangat baik. Integrasi pelatihan manajemen waktu ke dalam kurikulum, penyediaan fasilitas belajar yang memadai, dan program mentoring. Penelitian ini juga menekankan pentingnya kolaborasi antara mahasiswa, dosen, dan staf administrasi dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi pengembangan keterampilan manajemen waktu.

## ABSTRACT

Universities have an important role in helping students develop effective time management skills. This study analyzes the factors that influence architecture students' time management, as well as the role of universities in supporting students in overcoming these challenges. Some of the strategies that universities can implement include integrating time management training into the curriculum, providing adequate learning facilities, and mentoring programs. This research also emphasizes the importance of collaboration between students, lecturers, and administrative staff in creating a learning environment conducive to the development of time management skills.

## Pendahuluan

Sebagai bagian dari peradaban manusia, arsitektur terhubung dengan banyak aspek kehidupan, seperti geografi, sejarah, teknik, seni, serta ruang dan lanskap. Oleh karena itu, tergantung dari sudut pandangnya, arsitektur dapat didefinisikan dengan berbagai cara. Sebagai contoh, arsitektur dapat didefinisikan sebagai seni bangunan, termasuk bentuk dan ornamennya. Secara teknis, arsitektur adalah sistem bangunan yang mencakup desain, konstruksi, dan proses struktural-dalam hal ini, juga elemen keindahan dan ornamen. When seen in terms of space, architecture is the way that people or groups of people use space to accomplish specific tasks. Architecture is the tangible manifestation and cultural legacy of a society within the confines of a certain location and period in terms of history, culture, and geography (Adhimastira, I.K., 2014).

Jurusan Teknik Arsitektur dikenal sebagai salah satu program studi yang menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan manajemen waktu yang sangat baik. Beban



tugas yang padat, mulai dari perancangan bangunan, pembuatan model, hingga presentasi, seringkali membuat mahasiswa arsitektur merasa kewalahan. Di sisi lain, kehidupan sosial yang aktif juga menjadi bagian penting dalam pengalaman kuliah. Bagaimana cara menyeimbangkan keduanya?

Manajemen waktu yang efektif adalah kunci untuk mengatasi tantangan ini. Mahasiswa arsitektur perlu membuat jadwal yang terperinci, mengalokasikan waktu khusus untuk setiap tugas, dan menghindari kebiasaan menunda pekerjaan. Selain itu, penting juga untuk memprioritaskan tugas-tugas. Tugas yang memiliki deadline dekat atau nilai yang lebih tinggi harus dikerjakan terlebih dahulu. Dengan begitu, mahasiswa dapat menyelesaikan semua tugas tepat waktu tanpa mengorbankan kualitas.

Selain manajemen waktu, mahasiswa arsitektur juga perlu mengatur lingkungan belajar yang kondusif. Memilih tempat yang tenang dan bebas dari gangguan dapat meningkatkan konsentrasi saat belajar. Selain itu, memanfaatkan teknologi seperti aplikasi pengingat atau perangkat lunak manajemen proyek juga dapat membantu dalam mengelola waktu dan tugas.

Kehidupan sosial juga memiliki peran penting dalam perkembangan mahasiswa arsitektur. Berinteraksi dengan teman sebaya, dosen, dan profesional di bidang arsitektur dapat memberikan wawasan baru dan memperluas jaringan. Namun, penting untuk membatasi waktu yang dihabiskan untuk kegiatan sosial agar tidak mengganggu studi. Mencari keseimbangan antara kehidupan akademik dan sosial adalah kunci untuk meraih kesuksesan.

Dalam menghadapi tantangan manajemen waktu, mahasiswa arsitektur dapat belajar dari pengalaman mahasiswa senior atau mengikuti berbagai pelatihan yang berkaitan dengan manajemen waktu. Selain itu, dukungan dari keluarga dan teman-teman juga sangat penting untuk membantu mahasiswa tetap termotivasi dan fokus pada tujuan.

## Pembahasan

Manajemen waktu yang efektif sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Rahasia untuk menyelesaikan kegiatan dengan sukses dan efisien adalah manajemen waktu yang cerdas. Namun, beberapa orang merasa kesulitan untuk mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang efektif (Iman, I.N. et al., 2023). Sebagai agen perubahan, seorang mahasiswa memikul tanggung jawab yang besar baik untuk orang lain maupun diri mereka sendiri. Tanggung jawab mahasiswa dalam situasi ini adalah menyelesaikan tugas-tugas akademik dan bertindak sebagai penuntut ilmu. Dibutuhkan banyak waktu, tenaga, biaya, dan fokus untuk melakukan kegiatan-kegiatan tersebut. Khususnya di bidang akademik, seorang mahasiswa harus mampu mengatur diri sendiri. Hal ini termasuk menjadwalkan sesi belajar, menyelesaikan tugas-tugas akademik yang diperlukan, dan membagi waktu antara kuliah dan kegiatan ekstrakurikuler (Fauziah, H, 2015., Mukhlis, 2016).

Ferrari (dalam Hakim, N. Prihandhani, Wirajaya, 2017) menyatakan bahwa mahasiswa yang menunda-nunda mengumpulkan tugas cenderung terlambat karena berbagai

alasan. Hal ini membuat mereka memiliki lebih banyak waktu untuk menyelesaikan tugasnya dan biasanya memilih kegiatan yang lebih menyenangkan seperti bermain game online, jalan-jalan, menonton televisi, dan lain sebagainya. Seseorang yang menunda-nunda tugas akan merasa cemas, stres, dan sulit untuk fokus karena tenggat waktu pengumpulan tugas semakin dekat. Manajemen waktu adalah kesulitan besar bagi mahasiswa jurusan teknik arsitektur. Manajemen waktu yang efektif diperlukan untuk menangani banyak tugas sekolah, tugas-tugas kreatif yang rumit, dan keinginan untuk menjaga kehidupan sosial yang positif (Nisa, N K dkk., 2019).

### **Tantangan dalam Manajemen Waktu**

Waktu sangatlah berharga. Hal-hal yang sangat penting perlu dilindungi semaksimal mungkin. Mengajarkan kepada audiens yang berhak tentang nilai waktu adalah salah satu teknik untuk menjaga waktu. Pernyataan yang masuk akal yang telah terbukti memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran di antara sejumlah besar individu (Syelviani, M., 2020). Waktu adalah sumber daya yang terbatas. Setiap orang memiliki jumlah waktu yang sama-86.400 detik sehari, atau 24 jam. Sementara beberapa orang menyelesaikan lebih banyak hal daripada yang lain, yang lain mengeluh bahwa mereka tidak punya cukup waktu. Kebiasaan yang sering dilakukan berpotensi menyebabkan masalah pemborosan waktu. Manajemen waktu diperlukan untuk mengatasi hal ini (Syelviani, M., 2020).

Mahasiswa arsitektur sering kali menghadapi berbagai kendala dalam mengelola waktu mereka. Menurut Claessens et al. (2007), Merencanakan dan secara sadar mengatur jumlah waktu yang dihabiskan untuk tugas-tugas tertentu adalah praktik manajemen waktu, yang sebagian besar dilakukan untuk meningkatkan produktivitas, efektivitas, dan efisiensi. Namun, banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam menerapkan manajemen waktu yang efektif. Prokrastinasi, ketidakmampuan memprioritaskan tugas, dan gangguan dari teknologi adalah beberapa kendala utama yang dihadapi.

### **Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa**

Sandra dan Djalali (2013) menyatakan bahwa prokrastinasi adalah tindakan tidak dapat menggunakan waktu secara efisien atau menunda-nunda penyelesaian tugas. Karena sentimen ketidakpuasan terhadap tugas dan rasa takut akan kegagalan, prokrastinasi adalah penggunaan waktu yang tidak efisien dan kecenderungan untuk menunda memulai suatu tugas dengan segera. Karena kurangnya penelitian, tidak ada statistik nasional yang dapat diandalkan tentang kejadian penundaan akademis di Indonesia. Menurut beberapa penelitian, hingga 70% siswa sering menunda, dan 95% siswa di Amerika melakukannya pada saat memulai atau menyelesaikan tugas (Kartadinata & Tjundjin., 2008).

Pandangan dan keterampilan akademik = 16%, masalah perhatian = 9%, variabel sosial = 17%, manajemen waktu = 33%, inisiatif pribadi = 17%, dan kemalasan = 8% adalah elemen-elemen yang mempengaruhi seorang penunda, menurut penelitian Muyana, S. (2018).

Manajemen waktu yang efektif sangat penting untuk keberhasilan siswa dalam menyelesaikan tugas akademik dan mendukung kegiatan belajar yang lebih terkonsentrasi sehingga siswa dapat terbiasa dengan disiplin manajemen waktu. Mengenai teori prokrastinasi Ferrari dan Steel (dalam Ghufro dan Risnawita, 2012) mencakup beberapa aspek sebagai berikut:

a. Persepsi waktu

Fitur ini menyiratkan bahwa mereka yang memiliki kecenderungan menunda-nunda adalah mereka yang melewati tenggat waktu. Mereka tidak memikirkan masa depan; mereka hanya fokus pada saat ini. Hal ini menyebabkan orang tersebut menjadi tidak dapat diandalkan karena mereka tidak dapat memperkirakan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan sebuah tugas.

b. Tindakan dengan niat

Kegagalan siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademis meskipun mereka memiliki keinginan yang kuat untuk melakukannya adalah contoh kesenjangan antara keinginan dan tindakan yang sebenarnya. Namun, kesenjangan antara tindakan dan keinginan semakin menyempit ketika tenggat waktu semakin dekat. Pada kenyataannya, seorang penunda yang awalnya menunda kegiatan mungkin melakukan lebih dari yang mereka inginkan.

c. Keadaan pikiran yang tertekan

Terlihat dari perasaan menunda-nunda yang berhubungan dengan kecemasan. Tindakan menunda-nunda pasti menyebabkan ketidaknyamanan. Penunda menjadi cemas karena hasil yang tidak menguntungkan.

d. Kesan kemampuan

Keraguan akan kemampuan diri sendiri akan membuat seseorang melakukan penundaan, meskipun penundaan tidak berhubungan dengan bakat. Seseorang menyalahkan dirinya sendiri karena tidak mampu dan takut gagal. Salah satu cara untuk mencegah kedua emosi ini berkembang adalah dengan menghindari tugas-tugas kuliah karena takut gagal.

### **Dampak dari Manajemen Waktu yang Buruk**

Perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengaturan (pengawasan) produktivitas waktu merupakan komponen-komponen dari manajemen waktu. Karena salah satu sumber daya yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan adalah waktu, yang perlu ditangani dengan baik. Jika manajemen waktu ini dilakukan dengan cermat dan disiplin, maka akan memberikan hasil yang lebih baik. Selain itu, orang harus memiliki komitmen yang tinggi untuk mengikuti dan melaksanakan rencana manajemen waktu yang telah ditetapkan (Syelviani, M., 2020).

Manajemen waktu yang buruk dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan kesejahteraan mahasiswa. Steel & Klingsieck (2016) menyatakan bahwa prokrastinasi adalah hambatan terbesar dalam manajemen waktu yang efektif<sup>1</sup>. Selain itu, manajemen waktu yang buruk dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan bahkan

depresi (Häfner et al., 2014)<sup>1</sup>. Mahasiswa juga mungkin mengalami kelelahan dan gangguan pola tidur akibat jadwal yang tidak teratur.

### **Strategi Manajemen Waktu yang Efektif**

Untuk mengatasi kendala dalam manajemen waktu, mahasiswa arsitektur dapat menerapkan beberapa strategi berikut:

1. Menyusun Jadwal Harian

Menyusun jadwal harian yang meliputi waktu untuk kuliah, belajar, bekerja, berolahraga, dan kegiatan sosial dapat membantu mahasiswa mengatur waktu mereka dengan lebih baik (Steel, P., & Klingsieck, K., 2016).

2. Prioritaskan Tugas

Identifikasi tugas-tugas yang paling penting dan mendesak dan selesaikan terlebih dahulu. Metode penentuan prioritas seperti matriks Eisenhower dapat sangat membantu dalam menentukan prioritas (Steel, P., & Klingsieck, K., 2016).

3. Gunakan Teknik Pomodoro

Teknik ini melibatkan periode kerja intensif selama 25 menit, diikuti dengan istirahat sejenak selama 5 menit. Teknik ini dapat membantu meningkatkan fokus dan produktivitas (Steel, P., & Klingsieck, K., 2016).

4. Mengatur Waktu Istirahat

Istirahat yang cukup membantu memulihkan energi dan meningkatkan konsentrasi saat kembali bekerja (Steel, P., & Klingsieck, K., 2016).

5. Hindari Penundaan Pecahkan tugas besar menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan lebih mudah dikelola dan tetapkan tenggat waktu untuk setiap bagian (Steel, P., & Klingsieck, K., 2016)..

6. Penggunaan Alat Manajemen Waktu

Penggunaan alat manajemen waktu seperti kalender digital, aplikasi pengingat tugas, dan teknik Pomodoro dapat membantu mahasiswa dalam merencanakan dan mengatur waktu mereka dengan lebih efektif (Cirillo, 2006).

7. Peran Aktif Perguruan Tinggi

Universitas dan institusi pendidikan tinggi juga dapat berperan dalam membantu mahasiswa meningkatkan keterampilan manajemen waktu mereka. Penyelenggaraan workshop dan seminar tentang manajemen waktu, penyediaan layanan konseling akademik, dan integrasi pelatihan keterampilan manajemen waktu ke dalam kurikulum dapat memberikan dukungan yang berharga bagi mahasiswa (Nadinloyi et al., 2013).

## Kesimpulan dan Saran

Manajemen waktu adalah kunci keberhasilan bagi mahasiswa arsitektur yang dihadapkan pada beban tugas yang kompleks dan beragam. Sayangnya, banyak mahasiswa yang kesulitan mengelola waktu mereka secara efektif, seringkali terjebak dalam prokrastinasi dan kesulitan memprioritaskan tugas. Akibatnya, prestasi akademik bisa terganggu dan kesejahteraan mental terpengaruh.

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan strategi manajemen waktu yang efektif. Mahasiswa perlu membuat jadwal yang detail dan realistis, memprioritaskan tugas, memanfaatkan teknologi untuk membantu mengatur waktu, menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, dan memberikan waktu yang cukup untuk istirahat. Selain itu, penting juga untuk belajar dari pengalaman dan terus melakukan evaluasi terhadap jadwal yang telah dibuat.

Perguruan tinggi juga memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa meningkatkan keterampilan manajemen waktu. Dengan mengintegrasikan pelatihan manajemen waktu ke dalam kurikulum, menyediakan fasilitas belajar yang memadai, dan menawarkan program mentoring serta konseling akademik, perguruan tinggi dapat memberikan dukungan yang berharga bagi mahasiswa.

Saran penulis yaitu mahasiswa perlu proaktif dalam mengelola waktu mereka, sementara perguruan tinggi perlu memberikan dukungan yang komprehensif. Dengan kerja sama yang baik, diharapkan mahasiswa arsitektur dapat mencapai keseimbangan antara kehidupan akademik dan sosial, serta meraih prestasi yang optimal.

## Daftar Pustaka

- Adhimastra, I Ketut. (2014). Arsitektur Dan Pendidikan Arsitektur. Jurnal Anala, Vol. 2, 1 (Jun. 2017). DOI: <https://doi.org/10.46650/anala.2.1.177.%p>.
- Cirillo, F. (2006). The Pomodoro Technique. FC Garage, 1-45.
- Claessens, B. J., Van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255-276.
- Fauziah, H.H., (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psympatic. Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2, No. 2, Hal: 123-132.
- Ghufron & Risnawita. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruz Media.
- Häfner, A., Stock, A., Pinneker, L., & Ströhle, S. (2014). Stress prevention through a time management training intervention: An experimental study. *Educational Psychology*, 34(3), 403-416.
- Hakim, N.R., Prihandini, IGAA.S., Wirajaya, I.G., (2017). Hubungan Manajemen Waktu dengan Kebiasaan Prokrastinasi Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan VIII STIKes Bina Usada Bali.
- Iman, Ihsan Nurul., Purwantoro dan Aries Suharso. (2023). Rancang Bangun Sistem Manajemen Waktu Dengan Teknik Pomodoro Menggunakan Arsitektur MVVM. JATI

- (Jurnal Mahasiswa Teknik Informatika), Vol. 7, No. 3, Juni 2023, 1700- 1706.  
<https://doi.org/10.36040/jati.v7i3.6923>.
- Kartadinata, I., Tjundjing, S., (2008). I Love You Tomorrow : Prokrastinasi Akademik dan Mnajemen Waktu. Anima, Indonesian Psychological Journal, Vol.23, No.2, Hal 109-119.
- Mukhlis, H. (2016). Pelatihan Kebersyukuran; Sebuah Upaya untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMA. Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(1), 09 - 18. doi: <https://doi.org/10.30604/jika.v1i1.3>.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Profram Studi Bimbingan dan Konseling. Counsellia : Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 8, No.1 hal 45-52. Diakses pada 11 November 2018
- Nadinloyi, K. B., Hajloo, N., Garamaleki, N. S., & Sadeghi, H. (2013). The study efficacy of time management training on increase academic time management of students. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 84, 134-138.
- Nisa, Nur Khoirun., Hamid Mukhlis., Dian Arif Wahyudi dan Riska Hediya Putri. (2019). Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. Journal of Psychological Perspective, Volume 1, Number 1, 2019: 29 – 34. P-ISSN: 2715-4785, E-ISSN: 2715-4807. <https://doi.org/10.32520/jam.v6i1.1028>.
- Sandra, K.I., Djalali, M.A.,(2013). Manajemen Waktu, Efikasi Diri dan Prokrastinasi. Persona, Jurnal Psikologi Indonesia, Vol.2, No.3, hal 217-222.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. Australian Psychologist, 51(1), 36-46.
- Sylviani, Meilisa. (2020). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Mencapai Efektivitas Bagi Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Program Studi Manajemen Unisi). Jurnal Analisis Manajemen (JAM), Vol. 6, No. 1 Jan 2020, 23-32. ISSN:2443-2466. <https://doi.org/10.32520/jam.v6i1.1028>.