

Optimalisasi Strategi Memelihara Manajemen Waktu Untuk Mencapai Keseimbangan Hidup Pada Santri Pondok Pesantren

Rini Septiowati*, Habibah, Asridah Warni Tanjung

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Program Studi Manajemen, Universitas Pamulang, Banten, Indonesia

Email: ¹*dosen01402@unpam.ac.id, ²dosen02194@unpam.ac.id, ³dosen02212@unpam.ac.id

(* : coresponding author)

Abstrak—Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang berjudul Strategi Memelihara Manajemen Waktu Untuk Santri Pada Yayasan RH La Tahzan Cinangka, Depok – Jawa Barat ini bertujuan untuk menerapkan dan memelihara strategi manajemen waktu pada santri agar mampu mengoptimalkan aktivitas harian yang padat di lingkungan pesantren. Metode kegiatan meliputi observasi, penyebaran kuesioner, penyuluhan, pelatihan teknik manajemen waktu, serta pendampingan penerapan strategi selama dua hingga tiga minggu. Strategi yang diperkenalkan meliputi *time blocking*, teknik prioritas 3P (Penting–Perlu–Penunjang), penggunaan timer, teknik Pomodoro, serta evaluasi harian. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam efisiensi penggunaan waktu santri, seperti berkurangnya waktu transisi, meningkatnya fokus belajar malam, serta terbentuknya kebiasaan menyusun rencana harian. Selain itu, santri juga mengalami peningkatan disiplin, kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu, dan penurunan tingkat stres akademik. Meskipun demikian, beberapa tantangan masih ditemui, seperti inkonsistensi penerapan jadwal dan pengaruh teman sebaya. Secara keseluruhan, target dari pengabdian ini adalah para santri Yayasan RH La Tahzan, Cinangka, Depok – Jawa Barat. Hasil dari PKM ini terbukti bahwa strategi manajemen waktu yang sederhana namun terstruktur dapat membantu santri memelihara ritme aktivitas harian secara lebih efektif. Implementasi berkelanjutan diharapkan mampu meningkatkan kemandirian, prestasi belajar, serta kualitas kehidupan santri di pesantren serta dibawa sampai di rumah, lingkungan sekitar juga terawa hingga terjun ke masyarakat.

Kata Kunci: Manajemen Waktu; Santri; Strategi Harian; Disiplin; PKM

Abstract—*The Community Service (PKM) entitled Time Management Strategy for Students at the RH La Tahzan Foundation in Cinangka, Depok – West Java aims to implement and maintain time management strategies for students to optimize their busy daily activities in the Islamic boarding school environment. The activity methods include observation, questionnaire distribution, counseling, time management technique training, and mentoring in implementing the strategies for two to three weeks. The strategies introduced include time blocking, the 3P priority technique (Important–Necessary–Supporting), the use of timers, the Pomodoro technique, and daily evaluations. The results of the activity showed a significant increase in the efficiency of students' time use, such as reduced transition time, increased focus on night study, and the formation of a habit of making daily plans. In addition, students also experienced increased discipline, the ability to complete assignments on time, and a decrease in academic stress levels. However, several challenges were still encountered, such as inconsistent schedule implementation and peer influence. Overall, the target of this service was the students of the RH La Tahzan Foundation, Cinangka, Depok – West Java. The results of this PKM demonstrate that simple yet structured time management strategies can help students maintain a more effective daily rhythm. Sustainable implementation is expected to improve students' independence, academic achievement, and quality of life at the Islamic boarding school, extending this knowledge back home, into the surrounding environment, and into the community.*

Keywords: Time Management; Students; Daily Strategies; Discipline; PKM

1. PENDAHULUAN

Pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang memiliki peran strategis dalam membentuk karakter dan moral generasi muda, khususnya umat Islam. (Budiman et al., 2023) Di dalam lingkungan pesantren, para santri tidak hanya dituntut untuk memperdalam ilmu agama, tetapi juga diarahkan untuk menguasai ilmu pengetahuan umum serta keterampilan hidup yang mendukung kemandirian. Dengan sistem pendidikan yang bersifat menyeluruh (holistik), santri menjalani kehidupan yang penuh dengan aktivitas, mulai dari kegiatan ibadah, pengajian kitab, sekolah formal, hingga kegiatan ekstrakurikuler dan kehidupan sosial. Dalam konteks tersebut, santri menjadi kelompok pelajar yang memiliki rutinitas padat dan tanggung jawab besar. (Kumalasari et al., 2024). Mereka harus mampu membagi waktu antara belajar formal di sekolah/madrasah, mengaji di pesantren, beribadah secara rutin, mengikuti kegiatan keorganisasian, serta memenuhi kewajiban pribadi seperti menjaga kebersihan, mencuci pakaian, dan lain sebagainya.

Kepadatan aktivitas ini menuntut santri memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik agar semua tugas dan tanggung jawab dapat diselesaikan secara optimal tanpa mengabaikan aspek spiritual, intelektual, maupun sosial. (Nurhayati & Hujjatusnaini, 2021) Sayangnya, dalam kenyataan di lapangan, tidak sedikit santri yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu secara efektif. Banyak santri yang merasa kewalahan dengan jadwal yang padat, akhirnya mengabaikan beberapa aktivitas penting, seperti belajar mandiri atau istirahat yang cukup. (Sari et al., 2025).

Implementasi manajemen waktu yang baik di lingkungan pesantren sebenarnya sangat relevan dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Islam, seperti kedisiplinan, tanggung jawab, kejujuran, dan ketekunan. Namun demikian, belum semua pesantren secara sistematis mengajarkan keterampilan manajemen waktu kepada para santrinya. (Qur'ana et al., 2020a) Kegiatan harian biasanya diatur oleh pihak pesantren, namun para santri tidak diajarkan bagaimana menyusun agenda pribadi, mengevaluasi penggunaan waktu, atau menentukan tujuan

jangka pendek dan jangka panjang. Padahal, keterampilan ini sangat dibutuhkan, terutama ketika santri menghadapi tantangan dunia luar setelah menyelesaikan pendidikan di pesantren. (Kumalasari et al., 2024)

Salah satu tantangan terbesar dalam manajemen waktu di pesantren adalah menjaga konsistensi. Dengan begitu banyak kegiatan dan tuntutan, santri kadang merasa kewalahan. (Rini & Ananda, 2022) Pesantren mengatasi ini dengan mengajarkan santri tentang pentingnya istiqomah atau konsistensi dalam Islam. Tantangan lainnya adalah mengatasi rasa malas atau prokrastinasi. Pesantren menghadapi ini dengan membangun lingkungan yang mendukung produktivitas dan saling mengingatkan antar santri untuk memanfaatkan waktu dengan baik. (Rahayu & Ekawati, 2020). Seperti halnya dari penelitian Hanifah Nur'aini, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta yang berjudul *Optimalisasi Waktu Luang Santriwati Di Pondok Pesantren Melalui Kegiatan Muhadharah*, dimana waktu luang merupakan ruang penting yang harus dikelola secara bijak dan produktif, terlebih dalam perspektif pendidikan Islam yang menempatkannya sebagai anugerah sekaligus amanah yang menuntut pertanggungjawaban.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi optimalisasi waktu luang santriwati melalui kegiatan muhadharah di Pondok Pesantren Masjid Jajar Surakarta. (Ula & Nurmahmudah, 2021) Hasil penelitian menunjukkan bahwa muhadharah berfungsi sebagai media efektif dalam memanfaatkan waktu luang secara bermakna, melalui kegiatan yang mendorong pengembangan keterampilan berbahasa Arab, kemampuan komunikasi, kreativitas, serta pembentukan karakter. (Debbi Chyntia Ovami et al., 2024) Setiap tahapan kegiatan dirancang untuk menanamkan nilai kedisiplinan, tanggung jawab, dan kesadaran akan pentingnya waktu. Evaluasi yang dilakukan oleh ustadzah dan musyriah turut memperkuat proses pendidikan karakter dan pengembangan kompetensi santriwati. Dengan demikian, optimalisasi waktu luang melalui muhadharah tidak hanya mendukung pengembangan diri santriwati, tetapi juga menjadi implementasi nyata dari prinsip manajemen waktu dalam Islam yang berorientasi pada pembentukan pribadi Muslim yang disiplin, produktif, dan tidak termasuk golongan yang merugi. (Qur'ana et al., 2020b).

Manajemen waktu yang bagus sangat penting untuk mengatasi tekanan-tekanan dari dunia modern ini tanpa mengalami terlalu banyak stres bagi anak usia dini. (Widhya Sedana Putra et al., 2024) Manajemen waktu yang bagus tidak berarti melakukan banyak aktivitas, melainkan berfokus pada tugas setepatnya dan membuat perbedaan. Apakah di dalam aktivitas atau di kehidupan secara keseluruhan, seorang harus belajar bagaimana mengelola waktu secara baik, yang akan membantu merasa lebih relaks, fokus, dan terkontrol. (Harisudin et al., 2025) Salah satu manajemen waktu yang dapat diaplikasikan seperti yang dimaksud di atas adalah pengaturan manajemen waktu dalam membagi tugas antara kegiatan pondok pesantren ataupun diluar pesantren misalnya di kampus atau tugas pribadi lainnya. (Galib et al., 2024) Salah satu faktor yang sangat mempengaruhi dalam hasil belajar, menyelesaikan tugas-tugas sekolah atau kuliah maupun tugas yang didapat dari luar kegiatan pondok pesantren adalah dalam pengelolaan manajemen waktu yang baik. Banyak para pelajar dan mahasiswa yang mempunyai prestasi belajar menurun, tugas yang tidak terselesaikan dan jadwal yang berantakan dikarenakan manajemen waktu mereka yang kurang mendukung. (Purnia et al., 2025) permasalahan yang terjadi di pada santri Yayasan RH LA TAHZAN Cinangka Sawangan Depok belum baiknya tentang waktu diluar pelajaran dikarenakan pengawasan yang belum tertata dikarenakan kamar para santri masih terpisah pisah, ada yang santri pulang pergi sehingga perlu diberikan edukasi berkaitan bagaimana manajemen waktu yang baik dengan memilih tugas atau kegiatan yang diprioritaskan. (Syahputri et al., 2025).

Berdasarkan uraian di atas, penting untuk dilakukan kajian lebih lanjut mengenai bagaimana kondisi manajemen waktu di kalangan santri, faktor-faktor apa saja yang memengaruhinya, serta strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan ini. (Warsitasari & Falakhudin, 2023) Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan model pembinaan santri yang lebih efektif, serta mendorong pesantren untuk memberikan perhatian lebih terhadap aspek manajemen diri, termasuk pengelolaan waktu. (Siti Ariqah Mauliddhia et al., 2023).

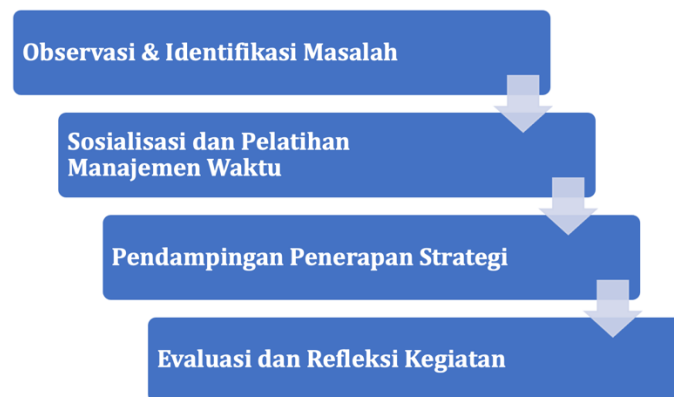
Santri memiliki aktivitas padat yang mencakup pendidikan formal, pendidikan agama, kegiatan ibadah, dan sosial. Namun, dalam praktiknya banyak santri yang kesulitan mengatur waktu secara efektif, mengakibatkan penurunan prestasi, kelelahan fisik, hingga kurangnya partisipasi dalam kegiatan social. Berdasarkan permasalahan prioritas yang dihadapi para santri, maka kami mengusulkan Strategi berkaitan dengan manajemen waktu yaitu : Bagaimana kondisi manajemen waktu santri saat ini? Apa saja faktor penghambat santri dalam mengatur waktu? Dan Bagaimana strategi yang tepat untuk memelihara manajemen waktu secara berkelanjutan di lingkungan pesantren? Berikut kita simak hasil observasi dari selama kegiatan berlangsung sampai santri dapat mengaplikasikannya di dunia nyata, kehidupan sehari-harinya, dalam keluarga hingga terjun ke masyarakat. Tujuan dari penelitian ini, yaitu: Meningkatkan kesadaran santri tentang pentingnya manajemen waktu. Memberikan pelatihan dan pendampingan manajemen waktu yang efektif. Dan Membentuk budaya disiplin dan evaluasi diri di kalangan santri. (Kanom et al., 2020; Murwani et al., 2021).

Berdasarkan berbagai kajian dan kondisi empiris di lapangan, dapat disimpulkan bahwa permasalahan manajemen waktu pada santri masih menjadi isu yang relevan dan memerlukan perhatian serius. Keterbatasan pembinaan terkait perencanaan waktu pribadi serta kurangnya pendampingan yang berkelanjutan menyebabkan

santri belum mampu mengelola waktu secara optimal. Oleh karena itu, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini difokuskan pada pemberian edukasi, pelatihan, dan pendampingan strategi manajemen waktu yang sederhana, aplikatif, dan sesuai dengan karakteristik kehidupan pesantren. Melalui kegiatan ini diharapkan terbentuk kebiasaan disiplin, kemampuan evaluasi diri, serta budaya pengelolaan waktu yang berkelanjutan dalam kehidupan santri sehari-hari.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di Yayasan RH La Tahzan, Cinangka, Depok – Jawa Barat pada hari Minggu, 05 Oktober 2025, pukul 08.30–12.00 WIB, dengan sasaran utama santri Yayasan RH La Tahzan. Metode pelaksanaan disusun secara bertahap dan sistematis agar kegiatan berjalan efektif dan sesuai dengan kebutuhan mitra. Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM terdiri atas empat tahap utama dan di gambarkan seperti pada Gambar 1. yaitu:



Gambar 1. Metode pelaksanaan

a. Tahap Observasi dan Identifikasi Masalah

Tahap awal dilakukan melalui observasi langsung terhadap aktivitas harian santri serta diskusi awal dengan pengurus yayasan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan utama yang dihadapi santri, khususnya terkait pengelolaan waktu dalam menjalani aktivitas pesantren, sekolah formal, dan kegiatan pribadi. Hasil observasi menjadi dasar dalam penyusunan materi dan strategi kegiatan PKM.

b. Tahap Pelaksanaan Sosialisasi dan Pelatihan

Pada tahap ini, tim PKM melaksanakan kegiatan sosialisasi dan pelatihan manajemen waktu kepada santri. Kegiatan dilakukan secara tatap muka (offline) melalui penyampaian materi, diskusi interaktif, serta simulasi sederhana mengenai cara mengatur dan memelihara manajemen waktu. Materi disesuaikan dengan kondisi dan rutinitas santri di lingkungan pesantren agar mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. (Beni & Manggu, 2019)

c. Tahap Pendampingan Penerapan

Setelah pelatihan, santri didampingi dalam menerapkan strategi manajemen waktu yang telah diberikan, seperti penyusunan jadwal harian, penentuan prioritas kegiatan, serta evaluasi penggunaan waktu. Pendampingan dilakukan untuk memastikan santri mampu mengaplikasikan materi secara nyata dan konsisten dalam aktivitas harian mereka.

d. Tahap Evaluasi dan Refleksi

Tahap akhir berupa evaluasi kegiatan melalui diskusi, tanya jawab, dan refleksi bersama santri serta pengurus yayasan. Evaluasi bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman santri, perubahan perilaku dalam pengelolaan waktu, serta efektivitas kegiatan PKM yang telah dilaksanakan. Hasil evaluasi digunakan sebagai bahan perbaikan dan tindak lanjut kegiatan di masa mendatang.

Dengan tahapan pelaksanaan tersebut, kegiatan PKM diharapkan mampu memberikan dampak positif dan berkelanjutan dalam membentuk kebiasaan manajemen waktu yang disiplin dan efektif pada santri Yayasan RH La Tahzan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Penjelasan Kegiatan

Pelaksanaan PKM yang dilakukan dengan peserta adalah para santri Yayasan RH La Tahzan, Cinangka, Depok – Jawa Barat menunjukkan bahwa :

Kegiatan yang dilaksanakan untuk para santri Yayasan RH La Tahzan, Cinangka, Depok – Jawa Barat adalah kegiatan menambah pengetahuan dan pengalaman mereka mengenai cara dan manfaat memelihara manajemen waktu. Para santri sangat senang dengan materi yang mereka dapat dari dosen- dosen manajemen Universitas Pamulang mengenai manfaat dan cara memiliki keterampilan manajemen waktu serta menumbuhkan mengatur waktu dengan baik. Proses penyampaian materi dilaksanakan di sekolah dalam tiga urutan yaitu:

a. Memberikan Pengetahuan dan Pemahaman Kegiatan

Secara umum Santri Yayasan RH La Tahzan sudah memiliki pengetahuan awal yang baik tentang manajemen waktu sebagai alat ukur mengatur waktu, manfaat mengatur waktu untuk hidup teratur dan tidak berlebihan, agar mereka memiliki cadangan mendesak untuk keperluan kegiatan lain seperti yang diungkapkan oleh salah satu santri. Untuk meningkatkan kesadaran anak manajemen waktu diharapkan anak sebaiknya menyisihkan waktunya untuk hal yang lebih bermanfaat.

b. Tanya jawab tentang materi.

Pemateri melontarkan beberapa pertanyaan mengenai materi yang sudah disampaikan dan dari manfaat dan tips manajemen waktu, selanjutnya pemateri memberi jawaban atau tanggapan atas pertanyaan santri.

c. Kuis

Pemateri mengajukan beberapa pertanyaan terkait cara memelihara manajemen waktu dan manfaat mengatur waktu, serta kerugian jika tidak membiasakan mengatur waktu dengan baik, santri diperbolehkan untuk rebutan menjawab pertanyaan, yang berhak menjawab adalah yang mengangkat tangan terlebih dahulu, dan jika jawabannya tepat maka diberikan hadiah celengan sederhana agar peserta dapat mempraktikkan langsung memanje waktu dengan baik. Quiz dimaksudkan untuk mengetahui sejauhmana santri telah memahami materi, dan untuk memotivasi belajar mengatur waktu. Peserta sangat antusias dan merespon secara positif terhadap materi yang disampaikan. Para guru juga mendukung kegiatan penyuluhan ini.

Beberapa tips untuk mengajarkan manajemen waktu pada anak usia dini:

a. Pertama, bisa dengan memberikan jadwal kegiatan dengan bentuk yang disukai oleh anak. Bisa berbentuk table dilengkapi gambar-gambar lucu seperti hewan lucu kartun yang diprint dan bisa ditemplei stiker-stiker lucu atau karakter kesayangannya. Berikan *reward* untuk meningkatkan semangat mengatur waktu, bentuk *reward* bisa berupa tambahan uang saku. Orang tua harus menjadi figur yang baik untuk anaknya dalam hal memanje waktu dan memerikan contoh yang teraik yang isa ditiru anak didik dalam memanfaatkan waktunya dalam sehari.

b. Kedua, dengan menceritakan kisah pengalaman hidup orang-orang sukses dengan manajemen waktu yang aik. Orang tua dapat mengambil cerita dari buku inspiratif, internet, televisi. Dengan begitu anak akan termotivasi dan paham mengenai manfaat mengatur waktu.

c. Ketiga, menjelaskan apa tujuan mengatur waktu tersebut itu. Para orang tua harus memberikan edukasi kepada anak mengenai untuk apa ia harus memanje waktu. Dengan adanya *goals* yang jelas, anak akan semangat mengatur waktu untuk mewujudkan keinginannya tersebut. Mengatur waktu tanpa adanya tujuan yang jelas, akan dianggap itu merupakan hal yang tidak penting dan anak malas melakukannya, terutama untuk anak usia dini. Untuk itu, orang tua harus dapat mengedukasi anak akan tujuan mengatur waktu supaya anak mau untuk memelihara manajemen waktu dengan baik. Selain mengajarkan anak mengatur waktu di rumah, para orang tua juga dapat mengajarkan mengatur waktu di sekolah. Pasalnya, sudah banyak sekolah-sekolah yang memfasilitasi agar para santrinya bisa memanje waktu di sekolah.

Dengan adanya pengabdian ini dapat memecahkan masalah para santri bagaimana mengelola waktunya dengan baik dan benar, dapat membedakan kebutuhan dan keinginan, dan dapat memahami pentingnya manajemen waktu melalui edukasi pengabdian ini. Respon dari para guru dan para santri Yayasan RH La Tahzan, Cinangka, Depok – Jawa Barat, harapan sangat baik karena mereka sangat terbantu dengan adanya PKM dari para dosen Manajemen Universitas Pamulang, menambah pengetahuan dan pengalaman mereka mengenai manajemen waktu. Praktek langsung dengan memuat schedule list, membuat para santri termotivasi untuk memiliki keterampilan manajemen waktu karena banyak sekali manfaat yang didapat.



Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi/Ceramah

Gambar 2 menunjukkan kegiatan sosialisasi dan ceramah yang dilaksanakan oleh tim PKM kepada para santri Yayasan RH La Tahzan. Pada tahap ini, santri diberikan pemahaman awal mengenai pentingnya manajemen waktu, manfaat pengelolaan waktu yang baik, serta dampak negatif dari penggunaan waktu yang tidak teratur. Antusiasme peserta terlihat dari keterlibatan aktif santri dalam menyimak materi dan merespons penjelasan yang disampaikan oleh pemateri.



Gambar 3. Kegiatan Tutorial

Gambar 3 memperlihatkan kegiatan tutorial yang dilakukan secara lebih terarah dan pendampingan individual. Pada sesi ini, tim PKM membimbing santri dalam praktik penyusunan jadwal harian dan pengelolaan waktu secara sederhana sesuai dengan rutinitas mereka di pesantren. Metode tutorial memungkinkan santri untuk memahami materi secara lebih mendalam serta langsung mempraktikkan keterampilan manajemen waktu yang telah dipelajari.



Gambar 4. Kegiatan Diskusi dan Tanya Jawab serta Games

Gambar 4 para siswa terlibat dalam diskusi terkait materi yang disampaikan untuk memecahkan berbagai masalah yang dihadapi, menjawab pertanyaan dan untuk membuat suatu keputusan. Para siswa saling bertukar informasi dan pengalaman terhadap sesama siswa sehingga memunculkan keberanian dan kepercayaan diri yang membuat siswa termotivasi untuk menabung. Kegiatan tanya jawab disertai games sehingga membuat siswa makin antusias dalam menjawab pertanyaan yang diajukan pemateri.

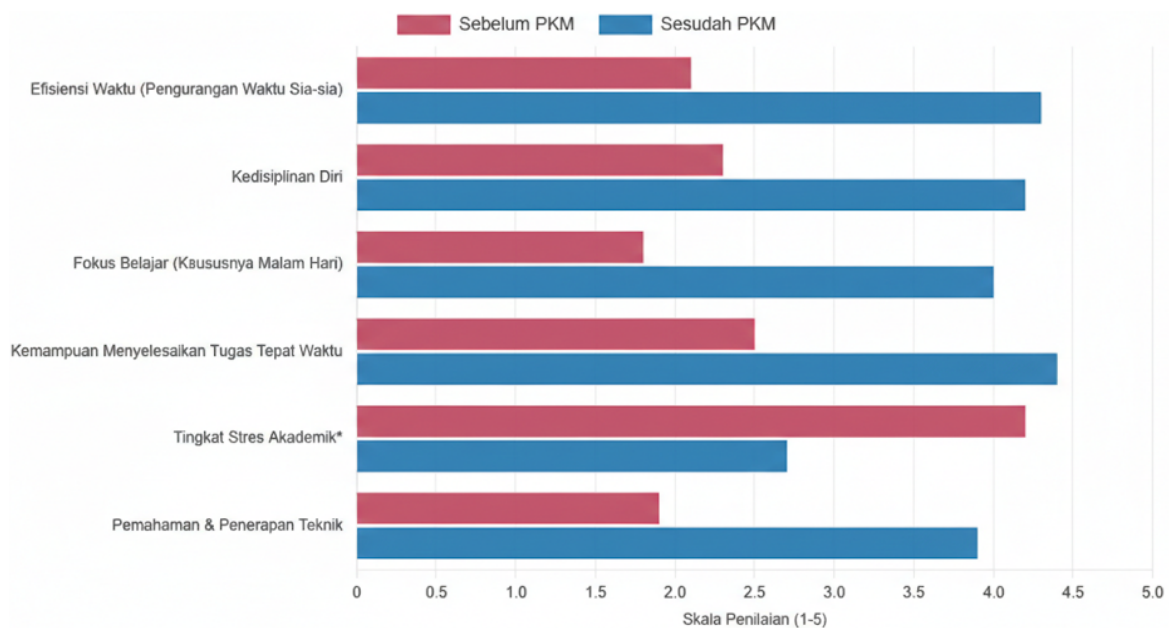


Gambar 5. Foto Bersama Setelah Pelatihan Selesai

Gambar 5 merupakan dokumentasi foto bersama antara tim pelaksana PKM Universitas Pamulang, pengurus Yayasan RH La Tahzan, serta para santri setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai dilaksanakan. Foto ini menjadi penutup kegiatan sekaligus simbol terjalannya kerja sama yang baik antara perguruan tinggi dan mitra dalam upaya meningkatkan pemahaman dan keterampilan manajemen waktu pada santri.

3.2 Strategi Manajemen Waktu yang Diterapkan dan Dampaknya

Melalui kegiatan PKM ini, santri diperkenalkan dan dilatih untuk menerapkan beberapa strategi manajemen waktu harian yang sederhana namun aplikatif, antara lain time blocking, teknik prioritas 3P (Penting-Perlu-Penunjang), teknik Pomodoro, penggunaan timer/alarm, serta refleksi harian. Strategi-strategi tersebut disesuaikan dengan rutinitas santri di pesantren agar mudah diterapkan secara berkelanjutan. Setelah melalui proses pendampingan dan penerapan strategi selama dua hingga tiga minggu, terlihat adanya peningkatan efisiensi yang signifikan dalam aktivitas harian santri. Untuk memvisualisasikan dampak kegiatan PKM secara lebih jelas, dilakukan perbandingan kondisi manajemen waktu santri sebelum dan sesudah intervensi PKM pada beberapa aspek kunci, sebagaimana ditunjukkan pada grafik berikut.



Gambar 6. Perbandingan Kondisi Manajemen Waktu Santri Sebelum dan Sesudah PKM

Berdasarkan Gambar 6, terlihat peningkatan pada seluruh aspek yang diukur. Efisiensi penggunaan waktu dan fokus belajar, khususnya pada malam hari, menunjukkan peningkatan paling menonjol. Selain itu, peningkatan kedisiplinan diri dan kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu diikuti dengan penurunan tingkat stres akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa strategi manajemen waktu yang diterapkan tidak hanya meningkatkan produktivitas santri, tetapi juga berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

3.3 Berlangsung Partisipasi Mitra dan Luaran Kegiatan

Berdasarkan permasalahan utama mitra yang di jelaskan pada bab sebelumnya, yaitu kurangnya informasi terkait manajemen waktu maka solusi yang ditawarkan kepada mitra ialah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada pemberian pelatihan manajemen waktu kepada santri. Solusi yang ditawarkan adalah pelatihan teknis manajemen waktu yang dilakukan secara intensif dan terarah. Melalui kegiatan ini, santri diharapkan mampu mengelola waktu secara lebih efektif, khususnya bagi santri yang melakukan sebagian aktivitasnya di rumah. Pengelolaan waktu yang baik diharapkan dapat mendorong santri untuk berkontribusi secara produktif, menumbuhkan ide-ide kreatif, serta menghasilkan aktivitas yang bernilai guna, bahkan berpotensi meningkatkan taraf ekonomi keluarga.

Metode kegiatan yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah metode penyuluhan atau sosialisasi yang dipadukan dengan kegiatan interaktif secara tatap muka langsung (offline). Pendekatan ini dipilih agar peserta tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga terlibat aktif dalam proses pembelajaran melalui diskusi dan praktik langsung. Pelaksanaan kegiatan disusun secara bertahap agar materi dapat dipahami dan diterapkan secara optimal oleh santri. Tahap awal kegiatan adalah pemaparan materi, yang bertujuan memberikan pemahaman kepada peserta mengenai konsep dasar manajemen waktu. Materi yang disampaikan meliputi pengertian manajemen waktu, manfaat, tujuan, serta teknik dan strategi manajemen waktu yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari santri. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi. Pada tahap

ini, santri didorong untuk menceritakan pengalaman dan pengetahuan mereka terkait pengelolaan waktu dan penentuan prioritas aktivitas di pesantren. Diskusi ini dilengkapi dengan pendampingan dalam penyusunan jadwal harian personal dengan bimbingan tim pelaksana.

Tahapan berikutnya adalah sesi tanya jawab yang bertujuan membangkitkan minat dan rasa ingin tahu santri terhadap materi yang disampaikan. Melalui sesi ini, perhatian santri terhadap materi dapat lebih terfokus, sekaligus mendorong keaktifan belajar dan berpikir kritis. Kegiatan kemudian ditutup dengan kuis interaktif yang dirancang untuk meningkatkan motivasi dan minat belajar santri. Kuis dilakukan melalui interaksi antara pemateri dan santri, dengan meninjau hasil penyusunan jadwal harian yang telah dibuat.

Pelaksanaan kegiatan PKM dengan tema strategi manajemen waktu pada santri dilakukan melalui tahapan observasi, pendampingan, pelatihan, serta evaluasi harian. Kegiatan ini bertujuan membantu santri mengoptimalkan penggunaan waktu melalui strategi manajemen waktu yang sederhana dan mudah diterapkan. Berdasarkan hasil observasi terhadap aktivitas santri selama satu hari, diketahui bahwa jadwal harian santri tergolong padat dan terstruktur, dimulai sejak pukul 04.00 hingga 22.00 dengan berbagai aktivitas seperti ibadah, sekolah, mengaji, kebersihan, dan belajar malam. Waktu belajar mandiri relatif terbatas, yaitu rata-rata hanya satu hingga dua jam per hari. Selain itu, ditemukan adanya waktu yang terbuang pada masa transisi, seperti saat persiapan pagi, waktu makan, dan berbincang sebelum tidur, yang mencapai 30–45 menit per hari. Fokus belajar santri juga cenderung menurun pada malam hari akibat kelelahan setelah menjalani aktivitas seharian. Kondisi ini diperparah dengan tidak adanya jadwal pribadi, sehingga santri hanya mengikuti jadwal pesantren tanpa perencanaan harian untuk tugas sekolah maupun hafalan.

Temuan tersebut menunjukkan perlunya penerapan strategi manajemen waktu yang sederhana, praktis, dan sesuai dengan ritme kehidupan pesantren. Oleh karena itu, melalui kegiatan PKM ini santri diperkenalkan dengan beberapa strategi manajemen waktu harian, antara lain teknik *time blocking* dengan pembagian waktu ke dalam blok pagi, siang, sore, dan malam; teknik prioritas 3P (Penting, Perlu, dan Penunjang); teknik Pomodoro dengan durasi belajar fokus selama 25 menit disertai istirahat 5 menit; penggunaan timer atau alarm untuk mengontrol durasi aktivitas harian; serta refleksi harian untuk mengevaluasi pencapaian waktu dan menyusun rencana kegiatan keesokan hari. Pendampingan dilakukan selama dua hingga tiga minggu agar santri terbiasa menerapkan strategi tersebut dalam rutinitas harian.

Setelah implementasi strategi manajemen waktu, terjadi peningkatan efisiensi aktivitas harian santri. Waktu transisi yang sebelumnya mencapai 30–45 menit berkurang menjadi sekitar 10–15 menit. Aktivitas pagi menjadi lebih efektif, terutama dalam penyelesaian hafalan dan persiapan sekolah. Selain itu, santri dapat memanfaatkan waktu sore hari untuk mengulang hafalan dalam kondisi fisik dan mental yang lebih segar. Penerapan *time blocking* terbukti membantu santri mengatur alur aktivitas harian sehingga kegiatan tidak saling bertumpukan.

Strategi Pomodoro dan penyusunan prioritas harian juga memberikan dampak positif terhadap kualitas belajar santri, khususnya pada malam hari. Dengan belajar secara fokus dalam durasi pendek, santri mampu mengurangi rasa mengantuk, menyelesaikan pekerjaan rumah dengan lebih cepat dan tepat waktu, serta meningkatkan pemahaman terhadap materi pelajaran. Santri juga melaporkan bahwa pola belajar yang terstruktur membuat mereka lebih mampu mengendalikan distraksi dari percakapan atau aktivitas lain.

Selain perubahan pada aktivitas, kegiatan PKM ini juga memberikan dampak positif terhadap sikap dan perilaku santri. Santri mulai terbiasa menyusun rencana harian sebelum tidur, lebih disiplin dalam mengikuti jadwal yang dibuat sendiri, mengurangi kegiatan yang kurang bermanfaat, serta menunjukkan tanggung jawab yang lebih tinggi terhadap tugas akademik dan hafalan.

a. Partisipasi Mitra dalam Kegiatan yang Dilakukan

Mitra utama adalah Pengurus Yayasan RH La Tahzan Cinangka Depok (ustadz/ustadzah dan pengurus pondok), santri (target 50-100 orang dari berbagai tingkatan), dan stakeholder eksternal seperti perguruan tinggi negeri (misalnya Universitas Negeri atau UIN setempat) sebagai fasilitator. Partisipasi dilakukan secara aktif dan berkelanjutan:

Tabel 1. Peran dan Partisipasi dalam PKM

Mitra	Peran dan Partisipasi
Pengurus Pondok	Perencanaan jadwal (rapat awal), fasilitasi ruang aula/masjid, monitoring kegiatan, dan evaluasi akhir. Partisipasi 100% dalam 6 sesi.
Santri	Peserta utama: diskusi kelompok, praktik tips waktu, dan sharing pengalaman. Tingkat kehadiran 95% (dari 80 santri terdaftar).
Perguruan Tinggi	Narasumber ahli manajemen waktu (dari studi serupa di pesantren) Memberikan materi dan sertifikat.
Masyarakat/LSM	Dukungan logistik (snack, alat tulis) dan follow-up via komunitas alumni.

Partisipasi mitra sejak tahap analisis lapangan hingga evaluasi, mirip model PKM di pesantren lain.

b. Jenis Luaran yang Dihasilkan dari Kegiatan

Kegiatan menghasilkan luaran tangible dan intangible yang mendukung optimalisasi waktu santri:
Luaran Utama:

Tabel 2. Jenis Luaran Yang Dihasilkan dalam PKM

Jenis Luaran	Deskripsi
Modul Edukasi	Buku panduan 50 halaman: "Strategi Manajemen Waktu Santri RH La Tahzan" (PDF digital + cetak 100 eks).
Sertifikat	Diberikan kepada 80 santri dan 10 pengurus sebagai bukti partisipasi.
Poster & Infografis	10 poster tips manajemen waktu (needs vs wants, Eisenhower Matrix) untuk dipasang di asrama.
Video Rekaman	6 video sesi (total 2 jam) untuk replikasi di pesantren lain.

Luaran Tambahan : Laporan akhir kegiatan (20 halaman) dan jadwal harian santri yang direvisi berbasis feedback. Luaran ini selaras dengan praktik optimalisasi waktu luang santri melalui muhadharah.

3.4 Implikasi Tindak Lanjut

Implikasi Tindak Lanjut dari Kegiatan dan Dampak Sebelum-Sesudah Implikasi Tindak Lanjut:

- Internal : Integrasi modul ke kurikulum pondok (jadwal mingguan muhadharah manajemen waktu), pembentukan "Klub Manajemen Waktu Santri" dengan pengurus pondok sebagai coach.
- Eksternal : Kolaborasi lanjutan dengan perguruan tinggi untuk workshop tahunan; replikasi di pesantren mitra Depok (target 3 pesantren pada 2026).
- Monitoring : Evaluasi bulanan via survei (target peningkatan kepatuhan jadwal 30%).
- Dampak Sebelum dan Sesudah Kegiatan: Berdasarkan survei pra-post (n=80 santri), terjadi peningkatan signifikan dalam kemampuan manajemen waktu, prestasi belajar, dan pengurangan prokrastinasi, selaras dengan studi pelatihan serupa

4. KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan dan hasil evaluasi, penerapan strategi manajemen waktu dalam satu hari terbukti efektif membantu santri: Mengoptimalkan penggunaan waktu, Meningkatkan kedisiplinan, Meningkatkan kualitas belajar, dan Mengurangi stres terkait tugas dan hafalan. Hal ini sejalan dengan hasil pengukuran yang ditampilkan pada Gambar 5, yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada efisiensi penggunaan waktu, kedisiplinan diri, dan fokus belajar santri, serta penurunan tingkat stres akademik setelah kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilaksanakan. Dan berdasarkan hasil pelaksanaan dan pembahasan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) mengenai *Strategi Manajemen Waktu pada Santri dalam Satu Hari*, beberapa saran yang dapat diberikan untuk keberlanjutan program dan peningkatan efektivitas kegiatan adalah sebagai berikut: Santri perlu mendapatkan pendampingan rutin dari pengurus atau ustaz/ustazah agar strategi manajemen waktu yang telah dilatih dapat terus dipraktikkan secara konsisten. Pendampingan berkala juga membantu mencegah penurunan disiplin setelah program PKM selesai. Disarankan agar pihak pesantren memberi ruang bagi santri untuk membuat jadwal pribadi harian, sehingga santri dapat mengatur waktu belajar, hafalan, dan istirahat tanpa mengganggu jadwal wajib pesantren. Pesantren perlu menyediakan fasilitas sederhana, seperti ruang belajar yang tenang atau lampu belajar yang memadai, agar santri dapat belajar dengan lebih fokus terutama pada malam hari. Untuk keberlanjutan program, pesantren dapat membuat modul sederhana berisi teknik manajemen waktu seperti *time blocking*, prioritas 3P, dan Pomodoro, agar santri baru dapat mempelajari dan menerapkannya sejak awal mondok. Santri dianjurkan untuk terus melakukan evaluasi diri setiap malam mengenai penggunaan waktu pada hari tersebut. Catatan evaluasi ini dapat menjadi alat untuk meningkatkan kedisiplinan dan kesadaran diri. Penting bagi santri untuk mengembangkan motivasi diri melalui target mingguan, penghargaan sederhana, atau kompetisi kecil antar kamar/asrama untuk meningkatkan disiplin pengelolaan waktu secara positif. Santri dapat membentuk kelompok kecil untuk saling mengingatkan jadwal, belajar bersama, dan menjaga komitmen. Dukungan teman sebaya terbukti efektif dalam mempertahankan konsistensi. Untuk keberlanjutan program, santri perlu mendapatkan pendampingan rutin dari pengurus atau ustaz/ustazah agar strategi manajemen waktu yang telah dilatih dapat terus dipraktikkan secara konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

- Beni, S., & Manggu, B. (2019). Bimbingan Teknis Pengawasan Koperasi Se-Kabupaten Bengkayang Tahun 2019: Manajemen Pengawasan Koperasi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 67–71. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v5i1.986>

- Budiman, S., Muhammad, J., Akbar, M., Kiki Oktapitri, J., & Umah, S. (2023). Analisa strategi Pemasaran dengan Menggunakan Digital Marketing untuk Meningkatkan Penjualan (studi Kasus pada PT. Mayora Indah Tbk). *Management and Science Proceedings*, 3(2), 731–736. <http://www.openjournal.unpam.ac.id/index.php/SNH>
- Debbi Chyntia Ovami, Anggia Sari Lubis, Ilham Ramadhan Nasution, Dea Laila Puspita, & Kiki Amalia Harahap. (2024). Peningkatan Pendapatan Usaha Melalui Pelatihan Manajemen Resiko Pada CV Jabal Rahmat. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 325–331. <https://doi.org/10.47065/jpm.v4i3.1426>
- Galib, M., Maulana, M., Basri, M., Mashuri, A., & Ardasanti, A. (2024). Menumbuhkan Jiwa Entrepreneur Mahasiswa melalui Pelatihan Kreativitas dan Inovasi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(8), 1464–1470. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i8.7139>
- Harisudin, M., Riptanti, E. W., Khomah, I., & Qonita, R. R. A. (2025). Penguatan Manajemen Usaha pada UMKM Gethuk Bu Sri. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 10(9), 1090–1102. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i9.9951>
- Kanom, K., Darmawan, R. N., & Nurhalimah, N. (2020). Sosialisasi Penerapan Sapta Pesona Dalam Perencanaan Dan Pengembangan Destinasi Pariwisata Berkelanjutan Di Lider Desa Sumberarum Kecamatan Songong Kabupaten Banyuwangi. *Cendekia : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.32503/cendekia.v2i1.777>
- Kumalasari, C., Muttuqin, M. Z., & Zaini, A. K. (2024). Tontonan Edukasi Berbasis Islami untuk Penguatan Karakter Santri MDTA Nurul Iman III. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(6), 1070–1076. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i6.6818>
- Murwani, I., Muslikah, S., & Mardiyani, S. A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Kota di Wilayah RW VI Kelurahan Jatimulyo Malang Melalui Model Budidaya Sayur Organik. *Cendekia: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 9. <https://doi.org/10.32503/cendekia.v3i1.1411>
- Nurhayati, M., & Hujjatusnaini, N. (2021). Analisis Manajemen Pembelajaran Online Berbasis Media Sosial WhatsApp untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa Materi Sistem Pencernaan. 9(1), 22–33. <https://doi.org/10.23960/jbt.v9i103>
- Purnia, D. S., Supriadi, D., Simpony, B. K., & Cahyadi, C. (2025). Sosialisasi Pengenalan Website Sistem Informasi Posyandu pada Kader Posyandu di Kelurahan Cipawitra. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 10(8), 2000–2011. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i8.9963>
- Qur'ana, T. W., Kholdani, A. F. R., & Noor, H. (2020a). Pelatihan Merakit dan Instalasi Laptop/Komputer pada Santri Yayasan Pendidikan Islam Pondok Pesantren Wali Songo Banjarbaru. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 383–387. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v5i4.1270>
- Qur'ana, T. W., Kholdani, A. F. R., & Noor, H. (2020b). Pelatihan Merakit dan Instalasi Laptop/Komputer pada Santri Yayasan Pendidikan Islam Pondok Pesantren Wali Songo Banjarbaru. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 383–387. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v5i4.1270>
- Rahayu, S., & Ekawati, D. (2020). Berkebun Sayur dengan Teknik Vertikultur sebagai Upaya Peningkatan Ketahanan Pangan Santri Panti Asuhan Jatibening Bekasi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 29–35. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v6i1.1355>
- Rini, M. W., & Ananda, N. (2022). Penyuluhan Warehouse Management pada UMKM melalui Perbaikan secara Berkelanjutan. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 80–86. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i1.2302>
- Sari, D. P., Sari, V. W., Ekawati, Y. A., Akbar, A., & Syahrizal, M. (2025). Optimalisasi Peningkatan Daya Saing UMKM Kuliner Medan melalui Digitalisasi Pemasaran dan Manajemen Keuangan Kota Medan. *JPM: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 6(1). <https://doi.org/10.47065/jpm.v6i1.2458>
- Siti Ariqah Mauliddhia, Angeline Hosana Zefany Tarigan, Mery Angelia Lusia Purba, Tiara, & Ussivine Abigail Enggar. (2023). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar dan Manajemen Waktu Melalui Pemberian Psikoedukasi. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 212–217. <https://doi.org/10.47065/jpm.v4i2.1237>
- Syahputri, N., Sya, T., Rahmawati Suwanto, F., Ramadhani, R., Hisan Lahilote, A., Alvin Niemi, T., Kunci, K., Praktisi Guru, K., Guru, K., Pembelajaran, M., & Projek, P. (2025). Optimalisasi Manajemen Pembelajaran Projek Berbasis STEAM-AI untuk Meningkatkan Kreativitas Guru SMP. *JPM: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 6(2). <https://doi.org/10.47065/jpm.v6i2.2698>
- Ula, A. F., & Nurmahmudah, N. (2021). Peningkatan Kualitas Pembelajaran Keagamaan di TPA Raudatul Jannah Pagu Wates Kabupaten Kediri. *Cendekia : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 95. <https://doi.org/10.32503/cendekia.v3i2.1942>
- Warsitasari, W. D., & Falakhudin, A. (2023). Implementasi Fungsi-Fungsi Manajemen Keuangan dalam Pengelolaan Usaha Mikro Kecil Menengah di Kabupaten Trenggalek. *Cendekia: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 68. <https://doi.org/10.32503/cendekia.v5i2.3461>
- Widhya Sedana Putra, K. P., Komang Didi Kariana, I., Wayan Lasmi, N., Wulandari Laksmi, K. P., Oka Ariwangsa, I., Bedugul No, J., & Denpasar Selatan Bali, S. (2024). Penerapan Manajemen Modern dalam Optimalisasi Pelayanan di Kantor Notaris. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2). <https://doi.org/10.47065/jpm.v5i2.2147>