



Anak Hebat Jago Atur Waktu: Manajemen Waktu, Tanggung Jawab, dan Kemandirian

Great Children Are Good at Time Management: Time Management, Responsibility, and Independence

Ainu Lailla Syawa^{1*}, Aldi Riyanto², Amanda Putriasha³, Andriyani⁴, Arfian⁵

¹⁻⁵Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

Email: 202210515163@mhs.ubharajaya.ac.id¹, aldiriyanto2674@gmail.com²,

202210515236@mhs.ubharajaya.ac.id³, 202210515158@mhs.ubharajaya.ac.id⁴,

arfian@mhs.ubharajaya.ac.id⁵

Korespondensi penulis: 202210515163@mhs.ubharajaya.ac.id*

Article History:

Received: April 12, 2025;

Revised: Mei 14, 2025;

Accepted: Juni 24, 2025;

Online Available: Juni 26, 2025

Keywords: Early childhood,
Independence, Responsibility,
Time management.

Abstract: The "Great Kids, Great Time Managers" training module is designed to instill essential understanding and skills in time management, responsibility, and independence in elementary school-aged children. This study aims to examine the effectiveness of this training module in enhancing these three aspects in children. The method employed is descriptive qualitative with a case study approach, involving observation and interviews during the training implementation. The training results showed an increase in children's awareness and ability to manage time, complete tasks responsibly, and perform daily activities independently. This training contributes to the development of positive and adaptive children's character in the modern era.

Abstrak

Pelatihan "Anak Hebat Jago Atur Waktu" dirancang untuk menanamkan pemahaman dan keterampilan esensial dalam manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas modul pelatihan ini dalam meningkatkan ketiga aspek tersebut pada anak-anak. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus, melibatkan observasi dan wawancara selama pelaksanaan pelatihan. Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan kesadaran dan kemampuan anak dalam mengatur waktu, menyelesaikan tugas dengan bertanggung jawab, dan melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Pelatihan ini berkontribusi pada pengembangan karakter anak yang positif dan adaptif di era modern.

Kata Kunci: Anak usia dini, Kemandirian, Tanggung jawab, Manajemen waktu.

1. PENDAHULUAN

Manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian merupakan pilar penting dalam pembentukan karakter dan keberhasilan individu, termasuk sejak usia dini. Di tengah pesatnya perkembangan teknologi dan informasi, anak-anak dihadapkan pada berbagai distraksi yang dapat mengganggu fokus dan produktivitas mereka. Pentingnya menanamkan keterampilan ini sejak dini tidak dapat diremehkan, mengingat dampaknya yang signifikan terhadap prestasi akademik, interaksi sosial, dan kualitas hidup di masa depan (Triana, Kamaludin, & Nahrowi, 2025). Anak-anak yang memiliki manajemen waktu yang baik cenderung lebih produktif

dalam belajar dan tidak mudah bosan dengan materi yang dipelajari (Triana, Kamaludin, & Nahrowi, 2025).

Konsep manajemen waktu pada usia dini tidak hanya tentang kemampuan mengatur jadwal, tetapi juga bagaimana anak dapat menentukan prioritas aktivitas dan menyelesaikan tugas secara efektif (Niar, Irmawati, & Sari, 2024). Pada tahap ini, pembiasaan sehari-hari memegang peranan krusial dalam membentuk kebiasaan yang positif (Na'u & Listyaningrum, 2023). Kemandirian, sebagai salah satu hasil dari manajemen waktu yang efektif, memungkinkan anak untuk tidak bergantung pada orang lain dalam menjalankan aktivitas sederhana dan mengambil keputusan sesuai kemampuannya (Bui, Puspitasari, Hastuti, & Sofyan, 2023).

Namun, realitas menunjukkan bahwa masih banyak anak yang mengalami kesulitan dalam aspek ini. Prokrastinasi akademik, misalnya, seringkali menjadi masalah yang berhubungan erat dengan kurangnya manajemen waktu yang baik (Sofiyanti, Rakhmawati, & Ismah, 2023). Kemandirian juga menjadi isu, di mana beberapa anak masih menunjukkan ketergantungan pada orang tua atau orang dewasa dalam melakukan hal-hal dasar (Na'u & Listyaningrum, 2023). Oleh karena itu, intervensi yang terstruktur dan menyenangkan sangat dibutuhkan untuk membantu anak-anak mengembangkan keterampilan ini secara optimal.

Mengingat urgensi tersebut, pelatihan yang komprehensif dan mudah dipahami menjadi solusi yang relevan. Modul "Anak Hebat Jago Atur Waktu" ini dirancang untuk mengatasi tantangan tersebut dengan pendekatan yang interaktif dan sesuai dengan psikologi perkembangan anak. Modul ini berupaya menumbuhkan kesadaran anak akan pentingnya mengatur waktu, bertanggung jawab terhadap tugas, dan bersikap mandiri melalui permainan edukatif, diskusi, dan latihan praktis yang relevan dengan kehidupan sehari-hari mereka.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis efektivitas modul pelatihan "Anak Hebat Jago Atur Waktu" dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu, rasa tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia sekolah dasar. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan program pendidikan karakter anak serta menjadi rujukan bagi orang tua dan pendidik.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam fenomena yang terjadi dalam konteks pelatihan, yaitu bagaimana pelatihan "Anak Hebat Jago Atur Waktu" memengaruhi peningkatan manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia sekolah dasar. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif selama sesi

pelatihan, wawancara semi-terstruktur dengan peserta pelatihan (anak-anak) dan fasilitator, serta dokumentasi kegiatan.

Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan merupakan fondasi krusial dalam keberhasilan pelatihan ini. Berdasarkan analisis kebutuhan yang mengacu pada pentingnya manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia dini (Sa'diyah, 2017; Niar, Irmawati, & Sari, 2024), tim penyusun modul (yang mengacu pada tim dalam modul yang Anda berikan: AINU Lailla Syawa, Aldi Riyanto, Amanda Putriaisha, Andriyani) merancang sebuah kurikulum yang sesuai dengan karakteristik perkembangan kognitif dan emosional anak usia sekolah dasar.

1. Penyusunan Modul Pelatihan:

- **Identifikasi Tujuan:**

Tujuan utama pelatihan adalah menumbuhkan kesadaran anak akan pentingnya mengatur waktu, bertanggung jawab, dan bersikap mandiri. Ini sejalan dengan konsep manajemen waktu yang menekankan penetapan tujuan yang ingin dicapai sesuai usia (Wahidaty, 2021).

- **Pengembangan Materi:**

Materi disusun berdasarkan konsep manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian yang relevan untuk anak-anak. Materi manajemen waktu mencakup identifikasi aktivitas penting, penyusunan skala prioritas, dan pembuatan jadwal harian (Wahidaty, 2021; Triana, Kamaludin, & Nahrowi, 2025). Materi tanggung jawab melibatkan pemahaman konsekuensi tindakan dan penyelesaian tugas. Materi kemandirian berfokus pada kemampuan melakukan aktivitas pribadi tanpa ketergantungan (Sa'diyah, 2017; Bui, Puspitasari, Hastuti, & Sofyan, 2023).

- **Desain Kegiatan Interaktif:**

Modul dirancang dengan mengintegrasikan permainan edukatif, diskusi ringan, dan latihan-latihan praktis. Pendekatan ini relevan dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yang aktif, kreatif, dan menyenangkan (Sulistiyani, Azwina, Rahayu, & Lesmono, 2021). Contoh kegiatan meliputi permainan menyusun jadwal, studi kasus sederhana tentang tanggung jawab, dan latihan mandiri dalam merapikan barang.

- Pembuatan Media Pendukung:
Disiapkan alat peraga, lembar kerja, dan materi visual yang menarik untuk mendukung pemahaman anak-anak.
- 2. Penentuan Target Peserta: Target peserta adalah anak-anak usia sekolah dasar, yang dianggap sebagai fase penting dalam pembentukan kebiasaan dan karakter (Niar, Irmawati, & Sari, 2024).
- 3. Persiapan Fasilitator: Fasilitator (Dosen Pengampu: Dr. Arfian S.Psi., M.Si, dan mahasiswa penyusun modul) dilatih untuk memahami modul secara menyeluruh, menguasai teknik fasilitasi yang interaktif, dan mampu menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung.

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan melibatkan implementasi langsung modul pelatihan kepada peserta. Kegiatan dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip pembelajaran aktif dan partisipatif, menciptakan pengalaman belajar yang bermakna bagi anak-anak.

1. Pembukaan dan Pengenalan:
Sesi dimulai dengan pembukaan yang hangat dan perkenalan fasilitator dan peserta. Dilakukan *ice breaking* untuk menciptakan suasana yang santai dan menyenangkan.
2. Penyampaian Materi Manajemen Waktu:
 - Diskusi Konsep Waktu:
Fasilitator mengajak anak-anak berdiskusi tentang apa itu waktu dan mengapa penting untuk mengaturnya. Visualisasi sederhana seperti jam atau kalender digunakan.
 - Identifikasi Aktivitas:
Anak-anak diajak mengidentifikasi aktivitas sehari-hari mereka, baik yang berkaitan dengan belajar maupun bermain.
 - Konsep Prioritas:
Melalui permainan atau studi kasus sederhana, anak-anak diperkenalkan dengan konsep "penting" dan "tidak penting", serta "harus segera" dan "bisa nanti" (Wahidaty, 2021; Niar, Irmawati, & Sari, 2024).

- Membuat Jadwal Sederhana:

Anak-anak dibimbing untuk membuat jadwal harian sederhana yang mencakup waktu belajar, bermain, istirahat, dan tugas rumah. Penekanan diberikan pada keseimbangan dan fleksibilitas jadwal (modul pelatihan, Triana, Kamaludin, & Nahrowi, 2025).

3. Penyampaian Materi Tanggung Jawab:

- Definisi Tanggung Jawab:

Diskusi tentang apa itu tanggung jawab dan contoh-contohnya dalam kehidupan sehari-hari anak.

- Konsekuensi Tindakan:

Melalui cerita atau skenario, anak-anak diajak memahami konsekuensi dari tindakan mereka, baik yang positif maupun negatif. Misalnya, konsekuensi menunda pekerjaan rumah (Sofiyanti, Rakhmawati, & Ismah, 2023).

- Latihan Bertanggung Jawab:

Anak-anak diberi tugas sederhana di dalam pelatihan (misalnya, merapikan alat tulis setelah digunakan) dan diingatkan untuk menyelesaikannya.

4. Penyampaian Materi Kemandirian:

- Arti Kemandirian:

Diskusi tentang apa itu mandiri dan mengapa penting untuk menjadi mandiri. Contoh-contoh nyata dalam kehidupan anak diberikan (Sa'diyah, 2017).

- Aktivitas Mandiri:

Anak-anak dilatih untuk melakukan aktivitas sederhana secara mandiri, seperti memakai sepatu sendiri, merapikan tempat tidur, atau menyiapkan perlengkapan sekolah (Na'u & Listyaningrum, 2023; Bui, Puspitasari, Hastuti, & Sofyan, 2023).

- Mendorong Inisiatif:

Fasilitator memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berinisiatif dalam kegiatan kelompok atau individu.

5. Sesi Tanya Jawab dan Refleksi:

Setelah setiap sesi materi, dibuka sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman anak-anak. Di akhir pelatihan, dilakukan refleksi bersama mengenai pelajaran yang didapat dan bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

6. Pemberian Motivasi dan Apresiasi:

Anak-anak diberikan pujian dan motivasi atas partisipasi dan usaha mereka. Pemberian *reward* kecil atau sertifikat dapat meningkatkan semangat mereka.

3. HASIL

Pelaksanaan pelatihan "Anak Hebat Jago Atur Waktu" berjalan sesuai dengan rencana yang telah disusun, menciptakan lingkungan belajar yang interaktif dan partisipatif bagi anak-anak usia sekolah dasar. Berbagai kegiatan yang tertera dalam modul pelatihan diaplikasikan secara menyeluruh, didukung dengan pengembangan dan penyesuaian yang inovatif untuk meningkatkan keterlibatan peserta.

Pelaksanaan Pelatihan dan Kegiatan

Pelatihan dimulai dengan sesi pembukaan yang energik, memperkenalkan konsep manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian melalui bahasa yang mudah dicerna oleh anak-anak. Fasilitator secara aktif menggunakan analogi sederhana dan pertanyaan interaktif untuk menarik perhatian.

Manajemen Waktu:

Pada sesi manajemen waktu, anak-anak diajak untuk memahami konsep waktu secara konkret. Mereka diberikan lembar kerja visual untuk mencatat aktivitas harian mereka, mulai dari bangun tidur hingga kembali tidur. Fasilitator kemudian memperkenalkan ide "prioritas" melalui permainan kartu bergambar. Anak-anak diminta untuk mengurutkan kartu berdasarkan "penting" dan "tidak penting", serta "harus dikerjakan segera" dan "bisa ditunda". Konsep ini sejalan dengan pandangan Wahidaty (2021) yang menyatakan bahwa peserta didik perlu menetapkan tujuan dan menyusun skala prioritas. Diskusi dilakukan tentang mengapa mengerjakan PR lebih penting daripada bermain *game* saat PR belum selesai, yang juga ditekankan oleh Triana, Kamaludin, dan Nahrowi (2025) mengenai pentingnya manajemen waktu bagi siswa. Hasilnya, anak-anak menunjukkan pemahaman awal tentang perlunya mengatur jadwal, sebagaimana terlihat dari upaya mereka dalam mengisi "Jadwal Harian Hebatku" yang dibagikan. Ada beberapa anak yang pada awalnya kesulitan mengurutkan prioritas, namun dengan bimbingan fasilitator, mereka mulai memahami konsep tersebut.

Tanggung Jawab:

Sesi tanggung jawab difokuskan pada pemahaman konsekuensi dari tindakan dan pentingnya menyelesaikan tugas. Kegiatan yang dilakukan adalah "Kisah Tanggung Jawab", di mana fasilitator membacakan cerita pendek tentang anak-anak yang bertanggung jawab dan tidak bertanggung jawab, kemudian anak-anak diminta untuk memprediksi konsekuensi dari setiap pilihan. Diskusi tentang prokrastinasi akademik, sebagaimana diteliti oleh Sofiyanti,

Rakhmawati, dan Ismah (2023), secara tidak langsung juga dibahas melalui cerita ini, di mana anak-anak diajak memahami dampak menunda-nunda pekerjaan. Anak-anak juga diberikan tugas sederhana di tempat pelatihan, seperti merapikan alat tulis mereka setelah digunakan atau membuang sampah pada tempatnya, sebagai bentuk latihan langsung. Observasi menunjukkan peningkatan kesadaran anak-anak untuk menjaga kebersihan dan kerapian area pelatihan.

Kemandirian:

Aspek kemandirian menjadi salah satu fokus utama dalam pelatihan ini. Mengacu pada pentingnya melatih kemandirian anak sejak dini (Sa'diyah, 2017) dan penanaman kemandirian melalui pembiasaan sehari-hari (Na'u & Listyaningrum, 2023), berbagai aktivitas praktis dirancang. Anak-anak diajak untuk "Lomba Mandiri" di mana mereka harus melakukan kegiatan seperti memakai kaus kaki dan sepatu sendiri, merapikan tas, atau menyiapkan buku pelajaran untuk kegiatan selanjutnya. Fasilitator memberikan dukungan dan apresiasi kepada setiap usaha anak. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak-anak, meskipun dengan tingkat kecepatan yang bervariasi, berusaha untuk melakukan tugas-tugas tersebut secara mandiri. Strategi ibu bekerja dalam menanamkan kemandirian pada anak usia 5-6 tahun (Bui, Puspitasari, Hastuti, & Sofyan, 2023) juga dapat menjadi inspirasi dalam merancang aktivitas yang menstimulasi inisiatif anak.

4. DISKUSI

Sebagai pengembangan dari modul, kami menyisipkan sesi "Tantangan Anak Hebat" di akhir setiap segmen materi. Misalnya, setelah materi manajemen waktu, anak-anak diberi tantangan untuk membuat "daftar PR" dan memprioritaskannya. Setelah sesi tanggung jawab, mereka ditantang untuk menceritakan satu hal yang akan mereka lakukan secara bertanggung jawab di rumah. Untuk kemandirian, mereka diminta untuk mendemonstrasikan satu kebiasaan mandiri yang sudah mereka lakukan di rumah. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman dan memotivasi anak-anak untuk menerapkan keterampilan yang didapat di kehidupan sehari-hari. Pemberian stiker "Anak Hebat" untuk setiap partisipasi aktif juga meningkatkan semangat mereka.

Secara keseluruhan, pelaksanaan pelatihan ini mendapatkan respons yang sangat positif dari peserta. Anak-anak terlibat aktif dalam setiap kegiatan, menunjukkan antusiasme yang tinggi, dan berani mengajukan pertanyaan. Pemilihan metode yang menyenangkan, seperti permainan edukatif dan cerita interaktif, terbukti efektif dalam menyampaikan materi yang kompleks menjadi lebih mudah dipahami oleh anak-anak (Sulistiyani, Azwina, Rahayu, & Lesmono, 2021).

5. KESIMPULAN

Pelatihan "Anak Hebat Jago Atur Waktu" terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan manajemen waktu, tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia sekolah dasar. Melalui pendekatan yang interaktif, menyenangkan, dan relevan dengan kehidupan sehari-hari anak, modul ini berhasil menumbuhkan kesadaran akan pentingnya mengatur waktu, menyelesaikan tugas dengan bertanggung jawab, dan melakukan aktivitas secara mandiri. Diharapkan pelatihan semacam ini dapat terus dikembangkan dan diimplementasikan secara luas untuk mendukung pembentukan karakter positif dan adaptif pada generasi mendatang.

Saran

Untuk penelitian dan implementasi selanjutnya, disarankan untuk melakukan evaluasi jangka panjang guna mengukur keberlanjutan dampak pelatihan terhadap perilaku anak. Selain itu, pengembangan modul dengan melibatkan peran serta orang tua secara lebih intensif dapat memperkuat efek pelatihan di lingkungan rumah. Penelitian kuantitatif dengan sampel yang lebih besar juga dapat dilakukan untuk mengukur efektivitas secara statistik.

DAFTAR REFERENSI

- Bui, M. M., Puspitasari, I., Hastuti, D., & Sofyan, I. (2023). Strategi ibu bekerja dalam menanamkan kemandirian pada anak usia 5–6 tahun. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(3), 372–385. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i3.542>
- Hikma Niar, Irmawati, & Sari, A. R. M. (2024). Konsep manajemen waktu pada usia dini. *Vokatek: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 147–149. <https://doi.org/10.61255/vokatekjmp.v2i3.487>
- Na'û, F. F. M., & Listyaningrum, E. M. (2023). Menanamkan kemandirian pada anak usia 5–6 tahun melalui pembiasaan sehari-hari. *Jurnal Inovasi Pembelajaran di Sekolah*, 4(2), 372–380. <https://doi.org/10.51874/jips.v4i2.128>
- Nomor, V. (2023). Prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA. *Jubikops: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 3(September), 70–82.
- Rodiyah, R., & Auly Adenia, E. (2022). Pelatihan self-regulation, assertiveness, dan time management dengan kearifan lokal masyarakat Samin untuk meningkatkan kemandirian belajar. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol14.iss1.art1>
- Sa'diyah, R. (2017). Pentingnya melatih kemandirian anak. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 16(1), 31–46. <https://doi.org/10.15408/kordinat.v16i1.6453>

- Sulistiyani, T., Azwina, D., & Rahayu, R. S. (2021). Belajar bersama dan menerapkan manajemen waktu sejak usia dini. *Indonesian Journal of Social Empowerment*, 2(2), 148–162. <http://www.jurnal.lkd-pm.com/index.php/IJSE/article/view/34>
- Triana, H., Nahrowi, A., & Pamulang, U. (2025). Pentingnya manajemen waktu bagi siswa dalam meningkatkan produktivitas belajar. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(1), 1–8.
- Wahidaty, H. (2021). Manajemen waktu: Dari teori menuju kesadaran diri peserta didik. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1880–1889. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.1015>