



UNTAR
Universitas Tarumanagara



JURNAL KESEHATAN DAN KEDOKTERAN TARUMANAGARA



Vol 1. Ed.1 Nov 2022

2022

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

DEWAN REDAKSI

Penanggung Jawab

dr. Wiyarni Pambudi, SpA, IBCLC

Ketua Redaksi

Dr. dr. M. Helmi, MSc, SpAn, KIC, FISQua, MARS, FRSPH.

Anggota Redaksi

dr. Hari Darmawan, SpDV

Mitra Bestari

Dr. dr. Arlends Chris, MSi

(Universitas Tarumanagara)

Dr. dr. Meilani Kumala, MS, SpGK(K)

(Universitas Tarumanagara)

dr. Octavia Dwi Wahyuni, MBiomed

(Universitas Tarumanagara)

dr. Wiyarni Pambudi, SpA, IBCLC

(Universitas Tarumanagara)

Sekretariat Administrasi

Nunung Nurhayati, Amd.

Alamat Redaksi

Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jl. Letjen. S. Parman No. 1
Jakarta Barat 11440

Telp. 021. 5671781

Fax. 021. 5663126 u.p Jurnal Kesehatan dan Kedokteran Tarumanagara

DAFTAR ISI

ARTIKEL ASLI

- Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Nutrisi Terhadap Status Gizi Anak 1-2 tahun di Puskesmas Dumai Barat** 1 - 9
Zhafira, Dorna Yanti Lola Silaban
- Hubungan Durasi Bermain Gawai dengan Psikososial Anak SD Regina Pacis Tanjungpandan Selama Pandemi COVID-19** 10 - 15
Silvie Anastasya Ginting, Fransiska Farah
- Hubungan Insomnia dengan Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi pada Mahasiswa/I Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2020-2021** 16 - 21
Rafael Angga Kusuma Putra, Susy Olivia Lontoh
- Hubungan Pengetahuan Tentang Dash dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Pasien Dewasa di Puskesmas Wilayah Denpasar Barat** 23 - 28
I Gusti Ngurah Rai Pradipta Wisesa, Alexander Halim Santoso
- Hubungan Kualitas Tidur dengan Pengaruh Penggunaan Lampu Tidur Pada Siswa/I SMA Negeri 2 Bitung, Sulawesi Utara** 29 - 34
Herlina Hengkengbala, Susilodinata Halim
- Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Self Directed Learning Readiness Pada Mahasiswa FK UNTAR tahap Akademik** 35 - 45
Geraldo Audriano, Yoanita Widjaja
- Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Kiat Sukses ASI Eksklusif dengan Riwayat Pemberian ASI** 46 - 53
Febbryna Wahyu Utamy, Wiyarni Pambudi
- Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Mengenai ASI Perah dengan Ketepatan Manajemen ASI Perah** 54 - 62
Erika Destianti, Wiyarni Pambudi
- Tongue-Tie: Insiden dan Kemampuan Menyusui Bayi Baru Lahir Januari-Maret 2021 Siloam Kebun Jeruk Metode Hazzelbaker** 63 - 70
Dinda Nurhaliza, Naomi Esthernita Fauzia Dewanto

Hubungan Stres Psikologis dengan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa

71 - 76

Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2020

Angela Meisya Song, Alya Dwiana

Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan *Self Directed Learning Readiness* pada Mahasiswa FK UNTAR tahap Akademik

Geraldo Audriano¹, Yoanita Widjaja²

¹Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: geraldo.405190200@stu.untar.ac.id

²Bagian Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: djank3@gmail.com

Korespondensi: dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked., (08983393219)

ABSTRAK

Latar Belakang: Seiring dengan pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi kedokteran, maka diperlukan perubahan kurikulum pendidikan kedokteran menjadi Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) dengan strategi pembelajaran SPICES (*Student-Centered, Problem-Based, Integrated Teaching, Community-based, Early Clinical, Exposure*) dengan metode pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL). Salah satu komponen penting yang dilatih dalam PBL adalah *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) yang salah satu faktor yang mempengaruhi adalah manajemen waktu. Faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu antara lain *self regulation*, motivasi dan juga pencapaian terhadap tujuan. Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik. Metode: Metode penelitian ini adalah data *cross sectional* menggunakan analisis *chi square* dengan pengukuran tingkat manajemen waktu menggunakan kuesioner *Effective Learning Service Time Management* dan pengukuran tingkat *Self Directed Learning Readiness* menggunakan kuesioner *Self Directed Learning Readiness Scale* (SDLRS). Hasil: Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa 36 responden (22,5%) dengan manajemen waktu baik, 74 responden (46,3%) dengan manajemen waktu sedang, dan 50 responden (31,3%) dengan manajemen waktu buruk. Terdapat 100 responden (62,5%) dengan tingkat SDLR tinggi, dan 60 responden (37,5%) dengan tingkat SDLR sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik.

Kata kunci: manajemen waktu, *Self Directed Learning Readiness* (SDLR), *Effective Learning Service Time Management*, *Self Directed Learning Readiness Scale*.

ABSTRACT

In response to the rapid development of science and medicine technology, then a change is needed with medical education curriculum to competency based curriculum (KBK) with SPICES (Student-Centered, Problem-Based, Integrated Teaching, Community-based, Early Clinical, Exposure) learning strategies and Problem Based Learning (PBL) learning method. One of important component that trained in PBL is Self Directed Learning Readiness (SDLR) that effected by time management factor. Factors that effect time management are self regulation, motivation and goal achievement. This study aimed to determine the relationship between time management and Self Directed Learning Readiness in Faculty of Medicine Student Tarumanagara University academic stage. This research method is cross sectional data using chi-square analysis with measuring time management level using the Effective Learning Service Time Management questionnaire and measuring Self Directed Learning Readiness level using the Self Directed Learning Readiness Scale questionnaire. This research showed that 36 respondent (22,5) with good time management, 74 respondent (46,3%) with medium time management, and 50 respondent (31,3%) with bad time management. There are 100

respondent (62,5%) with high SDLR level, and 60 respondent (37,5%) with medium SDLR level. This research concludes that there is correlation between time management and Self Directed Learning Readiness in Faculty of Medicine Student Tarumanara University academic stage.

Keywords: time management, Self Directed Learning Readiness (SDLR), Effective Service Time Management, Self Directed Learning Readiness Scale.

PENDAHULUAN

Pendidikan kedokteran bertujuan untuk menghasilkan dokter yang profesional dan berintegritas. Semakin pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi kedokteran, maka diperlukan perubahan dalam kurikulum pendidikan kedokteran dengan tujuan tetap mempertahankan kualitas mahasiswa dan lulusan dari pendidikan kedokteran. Kurikulum pendidikan kedokteran disesuaikan dari menggunakan Kurikulum Inti Pendidikan Dokter Indonesia (KIPDI) I, KIPDI II, sampai sekarang menggunakan KIPDI III atau juga disebut Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK).¹ penyesuaian kurikulum pendidikan kedokteran mendorong penyesuaian dalam strategi pembelajaran. Strategi pembelajaran yang sesuai diterapkan dalam KBK adalah SPICES (*Student-Centered, Problem-based, Integrated Teaching, Community-based, Early Clinical Exposure, Systematic*). Dalam strategi pembelajaran SPICES ini, metode pembelajaran yang sesuai yaitu *Problem Based Learning (PBL)*.²

Problem Based Learning (PBL) adalah metode pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk menganalisis masalah yang diberikan dengan menggunakan tahap-tahap metode ilmiah sehingga peserta didik dapat mempelajari dasar pengetahuan dari

masalah yang diberikan. Peserta didik mencari informasi terkait masalah yang diberikan, mengolahnya sendiri, lalu akan digunakan dalam diskusi kelompok sehingga membuahakan pengetahuan yang baru.³ Dalam metode pembelajaran PBL, terdapat diskusi kelompok yang membantu peserta didik berpikir secara kritis dalam konteks yang semestinya. *Problem Based Learning (PBL)* memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari suatu hal dengan cakupan yang lebih luas dan bertujuan mendorong peserta didik agar lebih aktif dalam perkuliahan dan menjadi pribadi yang bertanggung jawab.⁴

Salah satu komponen penting yang dilatih dan berguna dalam PBL adalah *Self Directed Learning (SDL)*. *Self Directed Learning* adalah suatu proses pengambilan inisiatif oleh individu dengan atau tanpa bantuan orang lain untuk menentukan kebutuhan belajarnya, merumuskan strategi yang digunakan untuk belajar, menentukan tujuan belajar, serta mencari dan mengolah sumber informasi yang didapatkan selama pembelajaran mandiri. Kualitas SDL mahasiswa mempengaruhi kelancaran PBL dan dapat dilatih selama diskusi PBL.⁵ *Self Directed Learning (SDL)* berperan sangat penting di dunia kedokteran karena mempersiapkan peserta didik agar mampu untuk menerapkan

belajar sepanjang hayat (*lifelong-learning*) dengan tujuan agar lulusan kedokteran nantinya dapat beradaptasi dengan kemajuan teknologi dan informasi yang sangat cepat dalam dunia kedokteran.⁶ Kesiapan peserta didik untuk melakukan SDL dapat diukur dan direpresentasikan dalam bentuk tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mandolang, tampak bahwa sebagian besar total skor SDLR mahasiswa program pendidikan dokter tingkat pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado berada pada kategori tinggi yaitu 109 responden (69,87%), SDLR sedang sebanyak 44 responden (28,2%), dan SDLR rendah sebanyak tiga responden (1,92%). Pada penelitian ini hanya tiga responden (1,92%) yang termasuk pada kategori SDLR rendah.⁷ Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi memiliki tingkat SDLR yang tinggi. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi SDLR, antara lain faktor internal, faktor eksternal, keinginan untuk belajar, kontrol diri, dan juga manajemen diri. Manajemen diri berhubungan erat dengan manajemen waktu. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nyambe, mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik memiliki tingkat SDLR yang tinggi. Mahasiswa dengan SDLR tinggi mampu untuk melakukan manajemen waktu dengan baik dan selalu disiplin dalam belajar.⁸

Manajemen waktu merupakan suatu tindakan, perencanaan, dan

pelaksanaan kontrol terhadap waktu yang akan digunakan untuk aktivitas tertentu. Tujuan manajemen waktu yaitu untuk meningkatkan efektivitas, efisiensi, dan juga produktivitas suatu aktivitas. Dengan kata lain, manajemen waktu berarti menata dan menganggarkan waktu yang ada agar pekerjaan menjadi lebih produktif.⁹ Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu antara lain *self regulation* (pengaturan diri), motivasi dan juga pencapaian terhadap tujuan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hanafi, Widjaja tentang kemampuan manajemen waktu pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap profesi, 21 (18,8%) responden memiliki tingkat manajemen waktu tinggi, 89 (79,5%) responden dengan tingkat manajemen waktu sedang dan 2 (1,8%) responden dengan tingkat manajemen waktu rendah. Beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan manajemen waktu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap profesi antara lain usia, jenis kelamin, dan motivasi. Hal ini menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap profesi mayoritas memiliki kemampuan manajemen waktu sedang.¹⁰

Menurut Firsti, manajemen waktu merupakan salah satu faktor yang memengaruhi SDLR dikarenakan kualitas manajemen waktu dapat memengaruhi aktivitas belajar seseorang. Mahasiswa dengan manajemen waktu yang baik akan selalu menyediakan waktu untuk belajar.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rivandi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, yaitu terdapat hubungan antara tingkat manajemen waktu dengan tingkat kesiapan belajar mandiri (SDLR) pada mahasiswa tahun kedua Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Subjek penelitian yang memiliki tingkat manajemen waktu kategori tinggi cenderung memiliki kesiapan belajar mandiri (SDLR) dengan kategori tinggi (19,8%) dibandingkan kategori sedang (3%). Berdasarkan uraian diatas, didapatkan bahwa manajemen waktu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi SDLR.¹¹

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, beberapa mahasiswa fakultas kedokteran telah memiliki SDLR yang tinggi. Sedangkan untuk kemampuan manajemen waktu, beberapa mahasiswa fakultas kedokteran masih tergolong sedang. Pendidikan kedokteran, termasuk Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, saat ini menggunakan strategi pembelajaran PBL, terutama di tahap akademik. Oleh karena itu agar dapat berjalan lancar dan kompetensi dapat tercapai sepenuhnya dibutuhkan kesiapan SDL dari peserta didik. Namun terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi, salah satunya yaitu manajemen waktu. Dengan demikian, perlu diketahui hubungan antara manajemen waktu dan *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah

mengetahui apakah ada hubungan antara manajemen waktu dengan SDLR pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap Akademik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional*, hal ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara manajemen waktu dengan *self directed learning readiness* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling* dimana peneliti mengambil sampel penelitian dari populasi terjangkau secara acak dengan bantuan tabel angka random. Kriteria inklusi untuk penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik yang aktif dan bersedia berpartisipasi sebagai subjek penelitian dengan menandatangani *inform consent*. Tidak ada kriteria eksklusi untuk penelitian ini.

Untuk menghitung besar sampel penelitian, digunakan rumus analitik kategorik tidak berpasangan dan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Dari perhitungan didapatkan perkiraan besar sampel yang dibutuhkan adalah 116 subjek.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara mahasiswa/i yang memenuhi kriteria inklusi mengisi data diri dan *inform consent* terlebih dahulu. Setelah itu dilakukan pengambilan data primer dengan cara pengisian kuesioner *Self-Directed Learning*

Readiness Scale (SDLRS). Kuesioner ini dikembangkan oleh Lucy. M Guglielmino pada tahun 1977 dan sudah divalidasi kedalam Bahasa Indonesia dengan hasil uji validitas ($r > 0,320$) dan reliabilitas (*Cronbach's Alpha* 0,902) oleh Hasan Nyambe. Setelah itu dilakukan pengisian kuesioner "*Effective Learning Service*" *Time Management* oleh mahasiswa/i. Kuesioner ini merupakan adaptasi dari kuesioner "*Effective Learning Service*" *Time Management, University of Bradford, School of Management, Inggris* yang disusun oleh Colin Neville. Kuesioner sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dan uji validitas menunjukkan ($p < 0,05$) dan uji reliabilitas (*Cronbach's Alpha* 0,941) oleh Warganegara.

Proses data dilakukan secara komputerisasi menggunakan *software*. Analisis data

berupa deskriptif dan analitik. Data karakteristik responden yang berskala nominal dan ordinal disajikan dalam distribusi frekuensi dan persen dalam bentuk tabel. Menggunakan Uji Chi-Square untuk menganalisis hubungan antar variabel. Jika nilai $p < 0,05$ maka *p-value* dianggap signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada 160 responden yang terdiri dari 44 laki-laki (27,5%) dan 116 perempuan (72,5%). Responden merupakan mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik angkatan 2018, 2019, 2020, 2021.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Angkatan	Jenis Kelamin	Karakteristik			
		Jumlah (n)	Persentase (%)	Total	Persentase (%)
2018	Laki - laki	6	24	25	15,6
	Perempuan	19	76		
2019	Laki - laki	8	22,2	36	22,5
	Perempuan	28	77,8		
2020	Laki - laki	17	37,8	45	28,1
	Perempuan	28	62,2		
2021	Laki - laki	13	24,1	54	33,8
	Perempuan	41	75,9		
Total	Laki - laki	44	27,5	160	100
	Perempuan	116	72,5		

Hasil Analisis Univariat

1. Distribusi tingkat manajemen waktu pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik
 Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat

manajemen waktu yang sedang yaitu 74 orang (46,3%), 50 responden (31,3%) memiliki tingkat manajemen waktu yang buruk, dan 36 responden (22,5%) memiliki tingkat manajemen waktu yang baik

Tabel 2. Distribusi Tingkat Manajemen Waktu pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap Akademik

Tingkat Manajemen Waktu	n	%
Baik	36	22,5
Sedang	74	46,3
Buruk	50	31,3
Total	160	100

2. Distribusi Tingkat Manajemen Waktu Berdasarkan Angkatan
 Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden angkatan 2018 memiliki tingkat manajemen waktu yang buruk, yaitu sebanyak 11 orang (44%). Pada angkatan 2019 mayoritas responden memiliki tingkat manajemen waktu yang

buruk, yaitu sebanyak 15 orang (41,7%). Pada angkatan 2020 mayoritas responden memiliki tingkat manajemen waktu yang sedang yaitu sebanyak 28 orang (62,2%). Pada angkatan 2021 mayoritas responden memiliki tingkat manajemen waktu yang sedang yaitu sebanyak 23 orang (42,6%).

Tabel 3. Distribusi Tingkat Manajemen Waktu Berdasarkan Angkatan Manajemen Waktu

Angkatan	Buruk		Sedang		Baik	
	n	%	n	%	n	%
2018	11	44	10	40	4	16
2019	15	41,7	13	36,1	8	22,2
2020	11	24,4	28	62,2	6	13,3
2021	13	24,1	23	42,6	18	33,3

3. Distribusi Tingkat Manajemen Waktu Berdasarkan Jenis Kelamin
dari hasil penelitian didapatkan bahwa baik responden laki-laki maupun perempuan,

mayoritas memiliki tingkat manajemen waktu sedang yaitu sebanyak 22 orang (50%) pada laki-laki dan 52 orang (44,8%) perempuan.

Tabel 4. Distribusi Tingkat Manajemen Waktu Berdasarkan Jenis Kelamin Manajemen Waktu

Jenis Kelamin	Buruk		Sedang		Baik	
	n	%	n	%	n	%
Laki-laki	16	36,4	22	50,0	6	13,6
Perempuan	34	29,3	52	44,8	30	25,9

4. Distribusi Tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap Akademik Dari hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat 100

responden (62,5%) memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) tinggi, dan 60 responden (37,5%) memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* sedang.

Tabel 5. Distribusi Tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap Akademik

Tingkat SDLR	f	%
Tinggi	100	62,5
Sedang	60	37,5
Total	160	100%

5. Distribusi Tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) Berdasarkan Angkatan Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden Angkatan 2018 memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) tinggi yaitu sebanyak 15 orang (60,0%). Pada angkatan 2019 mayoritas responden memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* tinggi yaitu

sebanyak 26 orang (72,2%). Pada angkatan 2020 mayoritas responden memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* sedang yaitu sebanyak 23 orang (51,1%). Pada angkatan 2021 mayoritas responden memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* Tinggi yaitu sebanyak 37 orang (68,5%)

Tabel 6. Distribusi Tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Sedang		Tinggi	
	n	%	n	%
2018	10	40,0	15	60,0
2019	10	27,8	26	72,2
2020	23	51,1	22	48,9
2021	17	31,5	37	68,5

6. Distribusi Tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) Berdasarkan Jenis Kelamin dari hasil penelitian didapatkan bahwa baik responden laki-laki maupun

perempuan, mayoritas memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* tinggi yaitu sebanyak 29 orang (65,9%) pada laki-laki dan 71 orang (61,2%) perempuan.

Tabel 7. Distribusi Tingkat *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	SDLR			
	Sedang		Tinggi	
	n	%	n	%
Laki-laki	15	34,1	29	65,9
Perempuan	45	38,8	71	61,2

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Chi-Square* pada kedua variable didapatkan *p value* = 0,00 yang menunjukkan adanya hubungan antara manajemen waktu dengan *self directed learning readiness* dimana manajemen waktu adalah salah satu faktor yang

mempengaruhi tingkat SDLR seseorang. Dan didapatkan PRR 1,59 yang berarti mahasiswa dengan tingkat manajemen waktu baik memiliki tingkat SDLR 1,59 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki manajemen waktu sedang.

Tabel 8. Hubungan Tingkat Manajemen Waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap Akademik

Manajemen Waktu	SDLR				Total	<i>p value</i>	PRR
	Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%			
Buruk	30	50	20	20	50	0,00	1,59
Sedang	29	48,33	45	45	74		
Baik	1	1,67	35	35	36		
Total	60	100	100	100	160		

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Pada penelitian manajemen waktu yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik ini, didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat manajemen waktu yang sedang yaitu sebesar 46.3%. Kemampuan manajemen waktu sedang artinya

mahasiswa sudah mampu untuk memprioritaskan kegiatan dan aktivitasnya sesuai dengan kepentingan dirinya dan menggunakan waktu secara efisien dan efektif namun masih belum maksimal. Kemampuan manajemen waktu yang belum maksimal ini kemungkinan dapat disebabkan karena mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara banyak berasal dari luar Jakarta yang jauh

dari rumah dan keluarga sehingga harus tinggal di kost. Hal ini menyebabkan mahasiswa harus membagi waktunya tidak hanya untuk perkuliahan, tetapi untuk mengurus kegiatan diluar perkuliahan secara mandiri juga dan menyebabkan tersitanya waktu untuk belajar. Hasil penelitian Nophrianty menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal bersama saudara atau keluarga memiliki kemampuan manajemen waktu lebih baik sebesar 85.71% dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal sendiri di kost.¹²

Faktor lain yang dapat memengaruhi kemampuan manajemen waktu seseorang, yaitu kepribadian diri masing-masing orang, yaitu suka menunda-nunda pekerjaan dan juga kepribadian perfeksionis. Hal ini disampaikan dalam penelitian Hanafi dan Widjaja, yaitu jenis kepribadian yang suka menunda-nunda pekerjaan memiliki kemungkinan gagal yang lebih besar dalam mencapai jadwal dari yang direncanakan dan tidak mampu mengatur waktu. Orang yang berkepribadian perfeksionis dapat dikaitkan dengan manajemen waktu yang rendah karena lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menyempurnakan suatu tugas sementara waktu tersebut dapat dipakai untuk mengerjakan tugas yang lain.¹³

2. Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap Akademik

Pada penelitian hubungan tingkat manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik, terdapat hubungan yang signifikan di antara keduanya ($p \text{ value } 0,00 < 0,05$). Sejalan dengan penelitian Meylina dan Muslika bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness*.¹⁴

Hasil yang sama juga didapatkan Mulyani bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* ($p \text{ value} = 0,00 < 0,05$). Faktori yang paling mendasar dari *Self Directed Learning Readiness* yaitu keinginan untuk mencapai tujuan, kesadaran akan penghargaan terhadap diri sendiri, keinginan untuk mencoba, komitmen, kesadaran akan metakognitif, dan manajemen waktu penggunaan strategi yang efisien. Maka, mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang tinggi memiliki *Self Directed Learning Readiness* yang tinggi pula.¹⁵

Hasil yang sama juga didapatkan Simaremare dkk, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* ($p \text{ value} = 0,00 < 0,05$). Hal ini berarti bahwa mahasiswa dapat merencanakan, mengatur, dan mengontrol aktivitas belajar dengan baik, memiliki motivasi yang baik, dan dapat mengarahkan operilakunya dalam menyusun strategi belajar dengan baik, i

sehinggaidapatimencapaiitujuanibelajara yangidiinginkan.iMahasiswaOyangHtidakH mampuHmengarahkanidanHmengatur tingkatprioritasidariikegiataniyanga dilakukaniaadalahiamahasiswaiyangamemi likiamanajemeniwaktuuyang buruk.OSebaliknya,O bagiiindividuayangOmempunyaiakemampu animanajemen waktuuyangObaik,aakanO mampumengaturadanamerencanakan waktuuntukiaktivitasisehari - hariisecaraieftifidaniefisien, denganamenentukanHtujuan, menyusunaprioritas,Hmembuatajadwal,H meminimalisasiagangguan,idanimenyelesaikan tugas.¹⁶ Menurut Baptista dkk, seseorang yang memiliki tingkat *Self Directed Learning Readiness* yang tinggi juga memiliki manajemen diri, keinginan belajar dan kontrol diri yang lebih baik sehingga akan membantu mereka belajar dengan sistem yang baik sehingga dapat mencapai keinginan yang dituju.¹⁷ Dengan demikian, didapatkan hubungan antara manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* dimana semakin tinggi tingkat manajemen waktu seseorang maka semakin baik pula tingkat *Self Directed Learning Readiness* nya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Terdapat hubungan antara tingkat manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran

Universitas Tarumanagara tahap akademik dengan $p\ value = 0,00$.

Berdasarkan penelitian hubungan hubungan tingkat manajemen waktu dengan *Self Directed Learning Readiness* didapatkan beberapa saran, yaitu:

1. Manajemen waktu pada responden masih belum maksimal, dapat ditingkatkan lagi dengan memprioritaskan kegiatan sesuai kepentingan, membuat perencanaan dalam belajar agar waktu yang digunakan lebih efektif. Dapat dengan menggunakan bantuan aplikasi *Timeline Time Tracking* untuk membantu mengatur waktu.
2. Diharapkan institusi dapat memberikan pelatihan manajemen waktu dan kesempatan untuk mahasiswa menerapkan teknik manajemen waktu yaitu salah satunya adalah *Learning Management System*
3. Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut tentang faktor lain yang mempengaruhi *Self Directed Learning Readiness* selain manajemen waktu. Pada penelitian selanjutnya, bias informasi dan *confounding* diminimalisir dengan cara menjelaskan secara langsung dan bertatap muka dengan responden serta mengendalikan faktor perancu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ivone J. Pengembangan Program Pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha. 1st ed. Bandung: FK Maranatha; 2012
2. Akbar R. Efektivitas diskusi PBL di Fakultas Kedokteran Universitas

- Tarumanagara. 1st ed. Jakarta: FK UNTAR; 2019.
3. Assegaiff A, Sontani UT. Upaya meningkatkan kemampuan berfikir analitis melalui model problem based learning (PBL). 1st ed. Indonesia: JP MANPER; 2016
 4. Nafiah YN, Suyanto W. Penerapan Model Problem-Based Learning Untuk Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kritis Dan Hasil Belajar Siswa. 4th ed. Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Vokasi; 2014.
 5. Fahriasandy, Reyhan. Gambaran Kesiapan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2015 - 2018 Dalam Mempraktikan Self-Directed Learning. Jakarta: FK Untar; 2019.
 6. Putri DA, Suyatmi, Ayusari AA. *Self Directed Learning Readiness* pada Mahasiswa Pendidikan Dokter FK UNS Semeseter I dan Semester VII. 2nd ed. Surakarta: Nexus Pendidikan Kedokteran Dan Kesehatan; 2015.
 7. Mandolang AC. Gambaran *Self Directed Learning Readiness* (SDLR) pada Mahasiswa Tingkat Pertama Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. 3rd ed. Manado: Medical Scope Journal; 2021.
 8. Nyambe H, Harsono, Rahayu GR. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Directed Learning Readiness* Pada Mahasiswa Tahun Pertama, Kedua dan Ketiga Di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Dalam PBL. 5th ed. Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia; 2016.
 9. Rivandi J. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Self-Directed Learning Readiness Pada Mahasiswa Tahun Kedua Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. 1st ed. Bandar Lampung: One Search; 2017.
 10. Carine CN, Widjaja Y. Kemampuan Manajemen Waktu Mahasiswa Tahap Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. 3rd ed. Jakarta: FK UNTAR; 2021.
 11. Firsti WP. Hubungan Manajemen Waktu dengan Self Directed Learning Readiness pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Andalas Selama Pandemi COVID-19. 1st ed. Padang: FK UNAND; 2021.
 12. Nophiranty. *Time Learning Management Nursing Students Using Time Management Questionnaire (TMQ) in Implementing Problem Based Learning (PBL) Methods*. 8th ed. Bandung: Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia; 2019.
 13. Carine CN, Widjaja Y. Kemampuan Manajemen Waktu Mahasiswa Tahap Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. 3rd ed. Jakarta: FK UNTAR; 2021.
 14. Meilyana, Muslikah. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Manajemen Waktu Dengan Kemandirian Belajar Mahasiswa. 8th ed. Semarang: UNS; 2021.
 15. Mulyani. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa. 2nd. Semarang: *Educational Psychology Journal*; 2013.
 16. Simaremare, Sandayanti, Silvia. Hubungan Manajemen Waktu Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. 1st ed. Bandar Lampung: PSYCHE: Jurnal Psikologi; 2019.
 17. Baptitsta, Setianingrum, Dedy, Kareri. Hubungan *Self Directed Learning Readiness* Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. 9th ed. Kupang: Cendana Medical Journal; 2021.