

# PRESENTASI

# MANAJEMEN WAKTU DAN PRODUKTIVITAS

Oleh : Ir.Harwan Ahyadi. MT

Disajikan dalam pengabdian pada masyarakat pada SMK Al-Hazra, 14 Februari 2025

# **PENGERTIAN MANAJEMEN WAKTU DAN PRODUKTIVITAS**

**Manajemen waktu adalah proses perencanaan dan pengendalian waktu yang digunakan untuk berbagai aktivitas agar lebih efisien dan efektif.**

**Sedangkan produktivitas adalah ukuran efisiensi seseorang dalam menyelesaikan tugas dalam waktu tertentu dengan hasil yang optimal.**

## 2. PRINSIP DASAR MANAJEMEN WAKTU

1

### **Prioritas (Prinsip Pareto 80/20)**

1.80% hasil berasal dari 20% usaha yang dilakukan. Fokuslah pada tugas-tugas yang berdampak besar.

2

### **1.Matriks Eisenhower (Urgensi vs. Penting)**

- 1.**Penting & Mendesak** → Lakukan segera
- 2.**Penting & Tidak Mendesak** → Jadwalkan
- 3.**Tidak Penting & Mendesak** → Delegasikan
- 4.**Tidak Penting & Tidak Mendesak** → Hapus

# HUKUM PARKINSON

**"Pekerjaan akan berkembang untuk mengisi waktu yang tersedia."  
Artinya, jika kita memberi waktu lebih panjang untuk satu tugas, kita cenderung menyelesaikannya lebih lama.**

# HUKUM ILLICH

**"Setelah titik tertentu, produktivitas akan menurun." Oleh karena itu, perlu ada istirahat yang cukup untuk mempertahankan fokus.**

# 3. TEKNIK MANAJEMEN WAKTU

## 1. Teknik Pomodoro

Fokus bekerja selama 25 menit → Istirahat 5 menit → Ulangi 4 kali → Istirahat panjang (15-30 menit).

## 2. Time Blocking

Membagi hari ke dalam blok waktu spesifik untuk tugas tertentu.

## 3. Eat the Frog

Kerjakan tugas tersulit di awal hari agar beban berkurang.

## 4. Bullet Journal

Mencatat tugas harian dan membuat daftar prioritas dengan kode simbolik.

## 5. 2-Minute Rule

Jika tugas bisa selesai dalam waktu kurang dari 2 menit, lakukan segera

# 4. CARA MENINGKATKAN PRODUKTIVITAS

- ✓ **Buat To-Do List yang Realistis**
- ✓ **Kurangi Gangguan (Notifikasi, Media Sosial, dll.)**
- ✓ **Gunakan Teknologi Pendukung (Trello, Notion, Google Calendar, dll.)**
- ✓ **Pelajari Teknik Delegasi untuk Tugas yang Tidak Penting**
- ✓ **Jaga Kesehatan dengan Istirahat Cukup dan Pola Makan Sehat**

# KESIMPULAN

- **Manajemen waktu membantu meningkatkan produktivitas dan efisiensi.**
- **Pilih teknik yang sesuai dengan kebutuhan Anda.**
- **Konsistensi adalah kunci utama dalam manajemen waktu yang sukses.**



**TERIMA KASIH**  
**ATAS PERHATIANNYA**