

Manajemen Waktu



“

Jangan selalu katakan "masih
ada waktu" atau "nanti saja"
lakukan segera, gunakan
waktumu dengan bijak.

”

Pengertian



Manajemen waktu adalah tindakan atau proses perencanaan dan secara sadar melakukan kontrol atas jumlah waktu yang dihabiskan untuk kegiatan tertentu, terutama untuk meningkatkan efektivitas, efisiensi atau produktivitas



Tujuan

Tujuan manajemen waktu adalah untuk mengatur waktu sedemikian rupa dengan menyusun jadwal harian dan agenda agenda harian kita agar bisa teratur dan bisa terlaksana dengan baik, dengan meletakkan prioritas tertentu dalam jadwal harian kita dan target apa yang akan kita capai hari itu, sehingga kita tahu pekerjaan penting apa yang harus kita kerjakan terlebih dahulu di hari ini, besok, dan seterusnya.

Manfaat

1. Meningkatkan produktivitas
2. Meningkatkan kepuasan
3. Memperbaiki hubungan antar manusia
4. Mengurangi ketegangan dan kecemasan
5. Lebih sehat





prinsip-prinsip manajemen waktu

Menurut DR Jan Yagger

1. Selalu aktif, bukan reaktif
2. Tentukan sasaran
3. Tentukan prioritas dalam tindakan anda
4. Pertahankan fokus anda
5. Ciptakan tenggat waktu yang realistis
6. seimbangkan hidup anda



Cara mengatur waktu

1. Perhatikan semua daftar kegiatan keseharian anda
2. Lakukan pengorbanan secara cerdas
3. Mengatur prioritas tugas
4. Membagi tugas yang panjang dalam kegiatan yang lebih kecil
5. Jangan takut untuk mengatakan "TIDAK"
6. Luangkan waktu untuk kegiatan kreatif dan produktif
7. Miliki istirahat yang efektif



Kerugian materi dapat digantikan dengan industri, kerugian pengetahuan dengan belajar, kehilangan kesehatan dengan kendali diri sendiri atau obat-obatan, namun waktu yang kita lewati akan hilang selamanya (Samuel Smiles).

A spiral-bound notebook with a white page. The page is decorated with several colorful flowers (pink, orange, yellow, and purple) and a small orange cloud. The text 'Thank you' is written in a large, dark blue, rounded font. Below it, 'See you next time!' is written in a smaller, black, rounded font. The notebook has a silver spiral binding on the left and a blue tab with colorful rectangular markers on the right.

Thank you

See you next time!

LINK YOUTUBE



[https://www.youtube.com/watch?v](https://www.youtube.com/watch?v=58FZC3I4DZg)

=58FZC3I4DZg