



## *Efforts to improve self-management using Google Calendar*

Tri Na'imah✉, Feri Wibowo, Retno Dwiyantri

Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Purwokerto, Indonesia

✉ [trinaimah@ump.ac.id](mailto:trinaimah@ump.ac.id)

doi <https://doi.org/10.31603/ce.6980>

### **Abstract**

*In 'Aisyiyah organizations, women play a variety of roles, including workers, organizational activists, and housewives. As a result, a woman should be able to manage her time so that she can take care of her family, her job, and the 'Aisyiyah organization. This program aims to increase knowledge about self-management and improve skills using the Google Calendar application for the head of the 'Aisyiyah branch (PRA) of Darul Muhajirin Sumampir, North Purwokerto. The method used in this program is education and training. The outcome reveals an improvement in post-test scores following self-management training. The improvement in skills can be seen from the success of participants in using the Google Calendar application to schedule daily activities.*

**Keywords:** *Self-management; Google Calendar; 'Aisyiyah*

## **Upaya meningkatkan manajemen diri dengan menggunakan Google Calendar**

### **Abstrak**

Ibu-ibu yang aktif berorganisasi di 'Aisyiyah memiliki beberapa peran, yaitu sebagai pekerja, aktivis organisasi, dan ibu rumah tangga. Oleh karena itu, seharusnya seorang ibu dapat mengatur waktu untuk melaksanakan tugas-tugas dalam keluarga, pekerjaan, dan organisasi 'Aisyiyah. Kegiatan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan tentang manajemen diri dan meningkatkan keterampilan menggunakan aplikasi Google Calendar bagi pimpinan cabang 'Aisyiyah (PRA) Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara. Metode yang digunakan dalam program pengabdian ini adalah pendidikan dan pelatihan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan nilai *post-test* setelah diberikan pelatihan manajemen diri. Peningkatan keterampilan dapat dilihat dari keberhasilan peserta dalam menggunakan aplikasi Google Calendar untuk menjadwalkan kegiatan sehari-hari.

**Kata Kunci:** Manajemen diri; Google Calendar; 'Aisyiyah

## **1. Pendahuluan**

Pimpinan Ranting 'Aisyiyah (PRA) adalah pimpinan organisasi yang berada di tingkat kelurahan, desa, atau kampung atau kesatuan anggota dalam satu tempat atau kawasan. 'Aisyiyah adalah organisasi wanita Muhammadiyah, yang bergerak dalam bidang dakwah Islam *amar ma'ruf nahi munkar*. 'Aisyiyah berkembang semakin pesat dan menemukan bentuknya sebagai organisasi wanita modern. 'Aisyiyah mengembangkan berbagai program untuk pembinaan dan pendidikan wanita, dalam rangka memperluas jangkauan dakwah. Kemudian, 'Aisyiyah adalah organisasi otonom khusus persyarikatan Muhammadiyah.

Pimpinan Ranting 'Aisyiyah (PRA) Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara merupakan salah satu ranting 'Aisyiyah yang berdiri pada tahun 2019. Peran anggota ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin sangat dibutuhkan untuk mengembangkan berbagai program untuk pembinaan dan pendidikan wanita di Sumampir. PRA Darul Muhajirin beranggotakan 34 orang yang memiliki beragam aktivitas. Hampir semua anggota ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin memiliki peran ganda bahkan lebih, baik sebagai ibu rumah tangga dan sebagai pekerja ataupun wiraswasta. Beberapa kegiatan yang dilakukan di PRA Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto antara lain kajian rutin ahad sore, Jumat berkah, kajian tahsin, *workshop entrepreneurship*, dan kegiatan lain yang sifatnya insidental.

Sebagai wanita yang bekerja dan aktif di organisasi, ibu menjalankan peran ganda sebagai wanita karier, ibu rumah tangga, dan sebagai anggota ortom. Wanita memikul tanggung jawab utama untuk pekerjaan rumah tangga, pengasuhan anak dan juga menjalankan amanah sebagai pengurus 'Aisyiyah. Oleh karena itu, menjalankan beberapa peran tidaklah mudah, maka wanita harus dapat membagi atau menyeimbangkan waktu untuk urusan keluarga, pekerjaan dan kegiatan organisasinya. Wanita yang bekerja harus dapat memainkan berbagai peran dengan baik dan menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga. Keterlibatan dan komitmen perempuan pada kegiatan organisasi dan pada keluarga sering menyebabkan konflik. Tugas yang banyak dalam organisasi sekaligus menjadi seorang ibu menjadikan ibu menjadi cepat lelah dan menstimulasi banyak masalah.

Berdasarkan studi pendahuluan, ditemukan masalah yang dihadapi mitra yaitu berkaitan dengan pengaturan jadwal kegiatan. Banyak agenda yang harus dikerjakan, sehingga sering kali ibu lupa tidak menjalankannya. Para ibu merasa kerepotan kalau harus mencatat secara manual kegiatan yang harus dijalankan sehari-hari.

Jika tidak ada keseimbangan dalam peran tersebut akan menimbulkan konflik dan stres bagi wanita, yaitu perasaan tertekan dalam menjalankan peran ganda tersebut. Permasalahan yang sering dialami ibu yang bekerja antara lain kurang ada waktu untuk berkumpul dengan keluarga, kurang ada waktu untuk kegiatan sosial bermasyarakat, lembur kerja di hari libur, dan sering kali anggota keluarga mengeluhkan tentang pekerjaannya (Dinnul, 2017). Untuk itu wanita yang bekerja perlu memiliki penjadwalan yang sangat ketat agar kegiatan bekerja dan rumah tangga berjalan seimbang (Srivastava, 2007).

Menghadapi berbagai peran yang dilakukan oleh wanita, maka manajemen diri sangat dibutuhkan agar dapat menyeimbangkan profesinya sebagai pekerja, sebagai ibu rumah tangga, dan sebagai wanita yang berorganisasi, untuk mengontrol/mengendalikan dirinya agar masalah-masalah dalam dirinya tidak terjadi. Untuk itu diperlukan pelatihan manajemen diri untuk meningkatkan kemampuan ibu dalam memberikan tugas yang tepat untuk dirinya dan mengambil sikap yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya (Rahmasari, 2020).

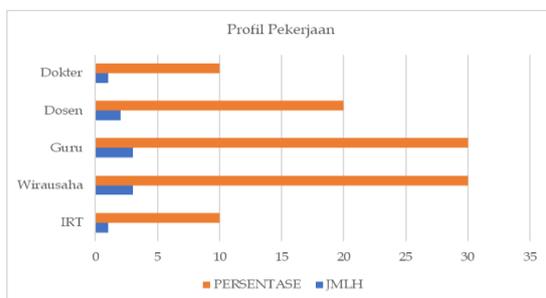
Manajemen diri merupakan metode, keterampilan, dan strategi yang digunakan individu secara efektif mengarahkan mereka kegiatan menuju pencapaian tujuan, penetapan tujuan, pengambilan keputusan, pemfokusan, perencanaan, penjadwalan, pelaksanaan tugas, evaluasi diri, intervensi diri dan pengembangan diri (Dipo & Ncama, 2011). Manajemen diri yang efektif berkaitan dengan aspek kognitif, perilaku dan respons emosional yang diperlukan untuk mempertahankan kualitas hidup yang

memuaskan. Dengan demikian, dapat disimpulkan manajemen diri merupakan kumpulan manajemen disiplin diri, manajemen kinerja diri, manajemen perawatan diri, manajemen pembelajaran mandiri, manajemen kualitas diri, manajemen karier mandiri, manajemen keuangan mandiri, pengembangan diri dan pemasaran diri (Sajeevanie, 2020).

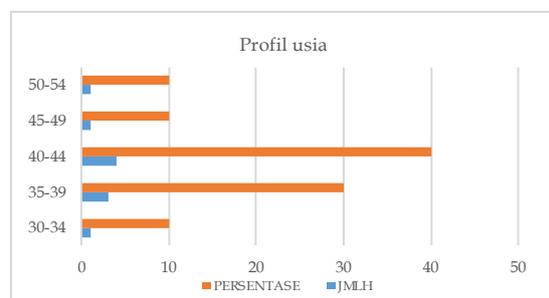
Pada era digital ini banyak peluang dan tantangan yang harus dihadapi. Di samping itu, banyak produk teknologi dapat membantu dan mempermudah dalam manajemen waktu. Google Calendar merupakan salah satu aplikasi dari Google untuk keperluan kalender dan penjadwalan. Google Calendar dapat diakses dari perangkat *mobile (handphone)* atau perangkat komputer (*browser*). Dalam kegiatan ini, peserta akan dilatih bagaimana cara memanfaatkan Google Calendar untuk membuat jadwal kegiatan sebagai ibu rumah tangga, sebagai ibu bekerja dan sebagai anggota organisasi 'Aisyiyah. Aplikasi ini dianggap efektif karena dapat membantu dalam manajemen diri terutama untuk pengaturan jadwal sehari-hari.

## 2. Metode

Mitra kegiatan ini adalah pimpinan Ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara. Karakteristik mitra dapat dilihat pada Gambar 1 dan Gambar 2.



Gambar 1. Profil pekerjaan mitra



Gambar 2. Profil usia mitra

Untuk menyelesaikan masalah mitra, maka kegiatan ini menggunakan pendekatan pendidikan masyarakat dan pelatihan. Pendidikan masyarakat dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab untuk memberikan pengetahuan tentang strategi manajemen diri. Sedangkan pelatihan dilakukan melalui demonstrasi menggunakan Google Calendar di perangkat *handphone*. Kegiatan dilaksanakan tanggal 9 Februari 2022 sampai dengan 2 Maret 2022 bertempat di sekretariat Pimpinan Ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara.

## 3. Hasil dan Pembahasan

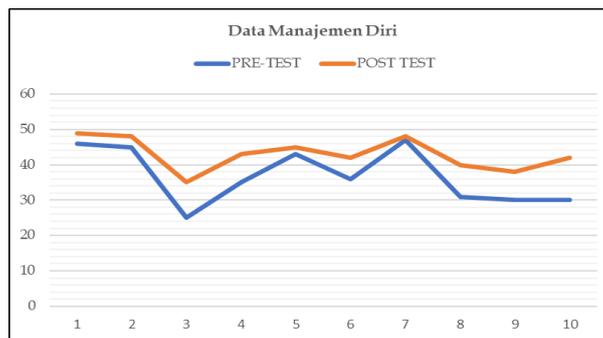
### 3.1. Sosialisasi

Kegiatan ini diikuti oleh 10 anggota pimpinan ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara. Materi yang disampaikan adalah pengertian manajemen diri, pentingnya manajemen diri bagi wanita, strategi manajemen diri. Dokumentasi kegiatan dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Sosialisasi edukasi masyarakat

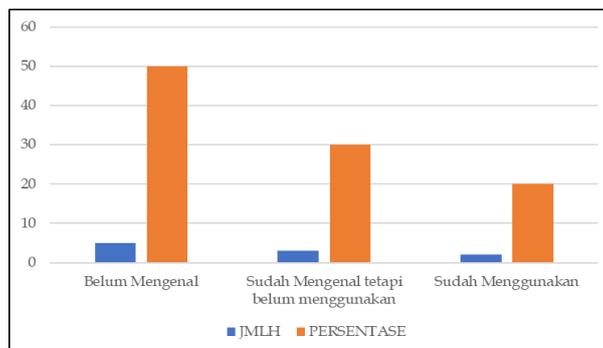
Tolok ukur keberhasilan kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan tentang manajemen diri yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan dari skor *pre-test* ( $M=36,8$ ) ke skor *post-test* ( $M=43$ ). Hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Gambar 4.



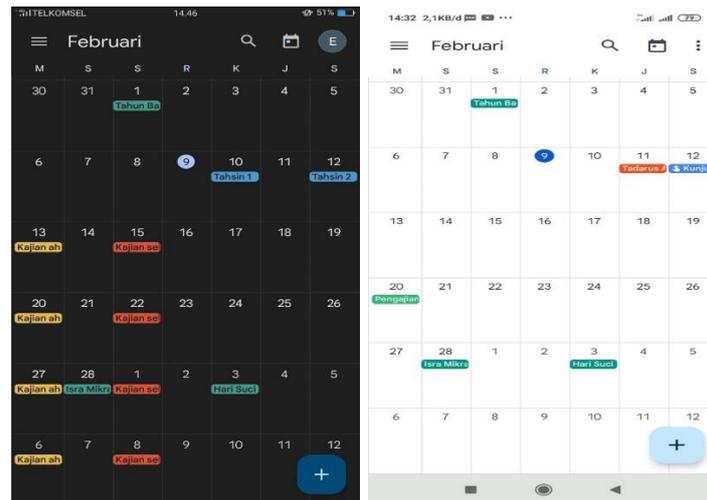
Gambar 4. Hasil *pre-test* dan *post-test*

### 3.2. Pelatihan penggunaan aplikasi Google Calender

Hasil kegiatan ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan keterampilan peserta dalam mengoperasikan Google Calendar. Pada awal kegiatan belum semua peserta mengenal Google Calendar, 50% belum mengenal, 30% sudah mengenal tetapi belum menggunakan dan 20% sudah menggunakan tetapi tidak rutin. *Base line* kegiatan pengabdian ini digambarkan pada Gambar 5. Setelah kegiatan pelatihan dilaksanakan, maka ada peningkatan keterampilan penggunaan Google Calendar untuk membuat jadwal kegiatan sehari-hari. Contoh produk pengabdian disajikan pada Gambar 6.



Gambar 5. *Base line* kegiatan



Gambar 6. Aplikasi Google Calender milik mitra

Hasil kegiatan ini menunjukkan pentingnya manajemen diri bagi wanita yang berperan ganda, karena perempuan memiliki beban ganda yang lebih banyak dan rumit daripada laki-laki. Seperti hasil penelitian [Mulyadi et al., \(2017\)](#) bahwa manajemen diri memiliki keunggulan, karena pelaksanaannya sederhana, dapat mengubah perilaku secara langsung dan dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. Dalam kegiatan pengabdian ini manajemen diri dilakukan dengan pendekatan individual dan kelompok, dan hasilnya terbukti efektif jika memanfaatkan aplikasi teknologi.

Kegiatan ini menghasilkan keterampilan menggunakan Google Calendar untuk membuat jadwal kegiatan harian. Dengan menggunakan aplikasi Google Calendar ini, maka para peserta lebih bisa memantau diri sendiri. Kegiatan yang sudah terjadwal atau kegiatan rutin harian dapat mudah terpantau. Kelebihan dari aplikasi ini adalah *free* dan juga sudah merupakan *default*/bawaan dari sistim operasi buatan Google yaitu Android. Dengan *smartphone* yang selalu dibawa, maka akan membantu memperlancar kegiatan sehari-hari ([Gunawan, 2017](#)).

## 4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan manajemen diri pada ibu-ibu pimpinan ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan menggunakan Google Calendar dapat meningkatkan manajemen diri ibu. Saran untuk kegiatan selanjutnya, menambah jumlah mitra sehingga memperluas kebermanfaatn informasi tentang manajemen diri dan Google Calendar.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberi *support* dana untuk kegiatan ini. Terima kasih kepada pimpinan Ranting 'Aisyiyah Darul Muhajirin Sumampir, Purwokerto Utara yang sudah bersedia menjadi mitra kegiatan ini.

## Daftar Pustaka

---

- Dinnul, A. A. (2017). Konflik Peran Ganda Karyawan Wanita dan Stres Kerja. *An Nisa'a*, 12(1), 33–48.
- Dipo, O. F., & Ncama, B. P. (2011). Self , self-care and self-management concepts : implications for self-management education. *Educational Research*, 2(12), 1733–1737.
- Gunawan. (2017). Memanfaatkan Organizer Google Calendar. *Forum Teknologi*, 05(3).
- Muliyadi, Yasdar, M., & Sulaiman, F. (2017). Penerapan Teknik Manajemen Diri Dapat Mengurangi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Stkip Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 92–103. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v1i2.43>
- Rahmasari, D. (2020). *Self Healing Is Knowing Your Own Self*. Unesa University Press.
- Sajeevanie, T. L. (2020). Importance of Self-Management And Future Research Thoughts a Critical Review Perspective. *International Journal of Creative Research Thoughts*, 8(7), 4122–4127.
- Srivastava, S. (2007). Women in Workforce: Work and Family Conflict. *Management and Labour Studies*, 32(4), 411–421. <https://doi.org/10.1177/0258042X0703200401>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---