



Peningkatan Keterampilan Manajemen Diri Siswa SMP melalui Pelatihan Penggunaan Google Calendar

Alfa Santoso Budiwidjojo Putra^{1*}, Moyo Hady Poernomo², Titik Dwiyani³, Renata Ellena Aescoulafianto⁴

^{1,4}Program Studi S1 Manajemen, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Pignatelli Triputra, Surakarta, Indonesia

²Program Studi S1 Rekayasa Perangkat Lunak, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Pignatelli Triputra, Surakarta, Indonesia

³Program Studi D3 Akuntansi, Fakultas Vokasi, Universitas Pignatelli Triputra, Surakarta, Indonesia
Email: ^{1*}alfasbp@upitra.ac.id, ²moyo@upitra.ac.id, ³titikdwiyani@gmail.com,

⁴renataellena123@gmail.com

Abstract

This community service program aims to enhance the self-management skills of students at SMP Kanisius Muntilan through training in the use of Google Calendar. The background of the issue highlights that students often face challenges in balancing academic activities, extracurricular engagements, and rest time. Limited access to additional educational programs outside of school further exacerbates this condition. This training is designed to provide an understanding of the importance of time management as well as practical skills in creating daily schedules, setting priorities, and managing stress. The implementation method involves a series of activities, including program socialization, intensive training on Google Calendar features and utilization, direct application of technology in schedule planning, as well as regular mentoring and evaluation to ensure effective understanding and application. The training results indicate a significant improvement in students' self-management skills. Students reported increased abilities in managing their time, setting task priorities, and utilizing Google Calendar features to enhance learning efficiency. Additionally, the program has had a positive impact on students' mental well-being, with many feeling more capable of managing stress and academic pressure. These findings emphasize the importance of integrating technology into education as a tool to help students develop skills relevant to modern demands. This program is expected to serve as a model for other schools in their efforts to empower youth and improve educational quality through the optimal use of technology.

Keywords: *Self-Management, Technology Training, Google Calendar, Mental Well-Being, Middle School Students.*

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan manajemen diri siswa SMP Kanisius Muntilan melalui pelatihan penggunaan Google Calendar. Latar belakang masalah menunjukkan bahwa siswa seringkali menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan kegiatan akademik, kegiatan ekstrakurikuler, dan waktu istirahat. Keterbatasan akses terhadap program pendidikan tambahan di luar sekolah juga memperparah kondisi ini. Pelatihan ini dirancang untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya manajemen waktu serta keterampilan praktis dalam menyusun jadwal harian, menetapkan prioritas, dan mengelola stres. Metode pelaksanaan melibatkan serangkaian kegiatan yang meliputi sosialisasi program, pelatihan intensif mengenai fitur dan pemanfaatan Google Calendar, penerapan langsung teknologi dalam penyusunan jadwal, serta pendampingan dan evaluasi secara berkala untuk memastikan pemahaman dan penerapan yang efektif. Hasil pelatihan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam keterampilan manajemen diri siswa. Siswa melaporkan peningkatan kemampuan dalam mengatur waktu, menetapkan prioritas tugas-tugas yang harus diselesaikan, dan memanfaatkan fitur-fitur Google Calendar untuk meningkatkan efisiensi belajar. Selain itu, program ini juga memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan mental siswa, dengan banyak yang merasa lebih mampu mengelola stres dan tekanan akademik. Temuan ini menegaskan pentingnya integrasi teknologi dalam pendidikan sebagai alat untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan yang relevan dengan tuntutan zaman. Program ini diharapkan dapat menjadi model bagi sekolah lain dalam upaya pemberdayaan remaja dan peningkatan kualitas pendidikan melalui pemanfaatan teknologi secara optimal.

Kata Kunci: Manajemen Diri, Pelatihan Teknologi, Google Calendar, Kesejahteraan Mental, Siswa SMP.

A. PENDAHULUAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMP Kanisius Muntilan ini berfokus pada peningkatan keterampilan manajemen diri siswa melalui pelatihan penggunaan Google Calendar. Permasalahan yang dihadapi oleh siswa di sekolah ini mencakup kesulitan dalam mengatur waktu dan menetapkan prioritas antara kegiatan akademik dan non-akademik. Meskipun siswa memiliki potensi yang baik, kurangnya pemahaman tentang pentingnya manajemen waktu dan keterampilan praktis dalam menggunakan teknologi menyebabkan mereka tidak dapat mengoptimalkan waktu belajar dan aktivitas lainnya. Dalam konteks ini, banyak siswa yang lebih cenderung menggunakan teknologi untuk hiburan ketimbang untuk mendukung kegiatan belajar mereka (Ariwibowo et al., 2024; Sudirjo et al., 2023).

SMP Kanisius Muntilan terletak di Kabupaten Magelang, Jawa Tengah, dan merupakan institusi pendidikan yang berkomitmen untuk mengembangkan potensi siswa secara holistik. Namun, sebagai sekolah yang berada pada daerah akses teknologi yang terbatas, tantangan dalam pemanfaatan teknologi dan manajemen diri sangat terasa di kalangan siswanya (Sugiarto et al., 2021). Banyak siswa yang belum terbiasa menggunakan teknologi untuk kegiatan produktif selain yang diajarkan di sekolah. Kurangnya akses terhadap bimbingan dalam hal pengelolaan diri juga menjadi faktor yang menghambat perkembangan mereka (Putra et al., 2024). Di lingkungan sekolah dan keluarga, fokus pendidikan lebih banyak diarahkan pada prestasi akademik formal, tanpa adanya perhatian yang cukup terhadap penguasaan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari.

Permasalahan ini semakin besar karena sebagian besar siswa SMP Kanisius Muntilan berasal dari latar belakang keluarga sederhana, yang memiliki keterbatasan akses terhadap program pendidikan tambahan di luar sekolah. Hal ini menyebabkan mereka tidak mendapatkan cukup kesempatan untuk mengembangkan kemampuan manajemen diri dan teknologi. Oleh karena itu, pemberdayaan melalui pelatihan keterampilan ini sangat penting untuk meningkatkan potensi mereka agar siap menghadapi tantangan era digital.

Program pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memberikan pelatihan praktis kepada siswa mengenai manajemen diri melalui penggunaan Google Calendar. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya pengelolaan waktu serta memberikan keterampilan praktis dalam menyusun

jadwal harian, menetapkan prioritas, dan mengelola stres (Astuti et al., 2023, 2024). Melalui pendekatan ini, diharapkan siswa dapat lebih terorganisir dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Putra, Kusumawati and Kartikasari, 2023; Putra, 2024a).

Tujuan dari program pengabdian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan manajemen diri siswa SMP Kanisius Muntilan melalui pelatihan penggunaan Google Calendar. Program ini juga bertujuan untuk membekali siswa memiliki keterampilan teknologi yang relevan guna mendukung proses belajar mereka. Selain itu, program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya pengelolaan waktu dalam mencapai tujuan akademik dan pribadi (Isnainingtyas et al., 2023).

Dalam kajian teoritik, studi sebelumnya menunjukkan bahwa keterampilan manajemen waktu yang baik berkontribusi pada peningkatan prestasi akademik dan kesejahteraan mental siswa (Hartatik et al., 2023; Putra, 2024b; Usroh et al., 2022). Penggunaan teknologi dalam pendidikan, seperti aplikasi manajemen waktu, dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran dan membantu siswa mempersiapkan diri menghadapi tantangan di dunia digital. Oleh karena itu, program pelatihan ini tidak hanya berfokus pada pengembangan keterampilan teknis tetapi juga pada pembentukan kebiasaan positif dalam manajemen diri.

Diharapkan bahwa melalui pelatihan ini, siswa SMP Kanisius Muntilan akan mampu mengelola waktu mereka secara lebih efektif menggunakan Google Calendar, sehingga dapat meningkatkan produktivitas akademik dan kesejahteraan mental mereka. Program ini juga diharapkan dapat menjadi model bagi sekolah lain dalam upaya pemberdayaan remaja di era digital (Santoso et al., 2023). Melalui kegiatan pelatihan ini akan memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan keterampilan siswa dan mendukung mereka agar lebih siap menghadapi tantangan di masa depan.

Melalui program pengabdian ini, kami berharap dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif bagi siswa khususnya dalam memfasilitasi penggunaan alat bantu manajemen waktu seperti Google Calendar. Hal ini akan membantu mereka tidak hanya dalam konteks akademis tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari mereka (Na'imah et al., 2022; Nurdiansyah & Hidayatullah, 2024). Melalui program ini akan memberikan dampak positif jangka panjang bagi perkembangan pribadi dan akademik siswa SMP Kanisius Muntilan serta mendorong mereka untuk beradaptasi secara cepat terhadap tuntutan zaman yang semakin kompleks.

Sebagai langkah awal dari program ini, kami akan melakukan sosialisasi kepada pihak sekolah dan siswa mengenai tujuan serta manfaat dari pelatihan yang akan dilaksanakan. Sosialisasi ini penting agar semua pihak memahami peran masing-masing dalam mendukung keberhasilan program. Selain itu, kami juga akan melibatkan guru-guru sebagai fasilitator selama pelatihan agar pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh siswa dapat terus dikembangkan setelah program selesai.

Melalui pendekatan berbasis teknologi dan manajemen diri, kami yakin bahwa program pengabdian kepada masyarakat ini akan memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kualitas pendidikan di SMP Kanisius Muntilan dan mempersiapkan siswa untuk menjadi individu yang lebih mandiri serta mampu menghadapi tantangan di masa depan dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi (Hafid et al., 2022).

Permasalahan kurangnya keterampilan manajemen diri di kalangan siswa SMP Kanisius Muntilan semakin besar karena sebagian besar siswa berasal dari latar belakang keluarga sederhana dengan keterbatasan akses terhadap program pendidikan tambahan di luar sekolah. Observasi awal menunjukkan bahwa siswa kesulitan menyeimbangkan tugas akademik, kegiatan ekstrakurikuler, dan waktu istirahat, seringkali menunda tugas hingga mendekati tenggat waktu, kesulitan memprioritaskan tugas penting, memiliki manajemen waktu yang buruk akibat terlalu banyak menghabiskan waktu untuk kegiatan kurang produktif, serta kurangnya kesadaran akan tenggat waktu tugas. Pelatihan Google Calendar dirancang sebagai solusi konkret dengan memberikan pemahaman tentang pentingnya manajemen waktu serta keterampilan praktis. Google Calendar membantu siswa membuat jadwal harian terstruktur, mengatur pengingat tenggat waktu, memprioritaskan tugas dengan menandai warna atau label berbeda, dan memvisualisasikan penggunaan waktu mereka. Sebagai contoh, siswa dapat membuat jadwal belajar dengan waktu mulai dan selesai spesifik, mengatur pengingat satu minggu dan satu hari sebelum tenggat waktu tugas, menandai tugas penting dengan warna merah atau kuning, serta melihat alokasi waktu untuk bermain game dan memutuskan untuk menguranginya demi waktu belajar.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Metode pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat di SMP Kanisius Muntilan dirancang secara sistematis dan terstruktur untuk memberikan solusi atas permasalahan yang telah diidentifikasi, yaitu keterampilan manajemen diri dan pemanfaatan teknologi. Aktivitas ini dilakukan dari bulan Oktober hingga Desember 2024 dan

mencakup lima tahapan utama: sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan dan evaluasi, serta keberlanjutan program.

Sosialisasi

Sosialisasi merupakan langkah awal yang penting dalam pelaksanaan program. Tujuan dari tahap ini adalah untuk memperkenalkan program kepada mitra, yaitu siswa dan guru SMP Kanisius Muntilan. Kegiatan sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman yang jelas mengenai tujuan, manfaat, dan alur pelaksanaan program. Tim pengabdian menyusun materi sosialisasi yang mencakup tujuan program, bidang pelatihan, jadwal kegiatan, dan peran masing-masing pihak dalam pelaksanaan.

Sosialisasi diawali melalui pertemuan bersama kepala sekolah dan guru untuk memberikan penjelasan terkait program. Dalam pertemuan ini, komitmen dari pihak sekolah dan siswa untuk mengikuti pelatihan secara penuh akan dibahas. Selanjutnya, sosialisasi kepada siswa dilakukan dalam bentuk pertemuan interaktif di aula sekolah. Melalui diskusi langsung, siswa dapat menyampaikan harapan dan kebutuhan mereka terkait pelatihan. Partisipasi mitra sangat penting dalam tahap ini dalam memberikan masukan terkait pelaksanaan program, terutama dalam menentukan jadwal yang disesuaikan terhadap aktivitas belajar siswa.

Pelatihan

Pelatihan adalah inti dari program ini dan dilaksanakan dalam dua bidang utama: manajemen diri dan pemanfaatan teknologi. Setiap bidang mencakup modul-modul praktis yang dirancang agar mudah dipahami dan diterapkan oleh siswa.

Modul manajemen diri akan memuat pelatihan tentang pengelolaan waktu, penetapan prioritas, dan pengembangan tujuan pribadi. Metode pelatihan berupa simulasi di mana siswa akan dilatih untuk menyusun jadwal harian menggunakan Google Calendar dan menentukan target pencapaian dalam periode tertentu (Dewi et al., 2021; Novianti et al., 2024). Pendekatan interaktif digunakan agar siswa dapat langsung mempraktikkan teknik-teknik yang diajarkan.

Dalam pemanfaatan teknologi, siswa akan diperkenalkan kepada berbagai platform teknologi yang dapat menunjang pembelajaran, termasuk Google Calendar sebagai alat manajemen waktu (Faroqi, 2020; Permatasari, 2021). Materi tentang keamanan digital juga akan disampaikan untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang perlindungan data pribadi dan penggunaan teknologi secara aman.

Penerapan Teknologi

Tahapan penerapan teknologi bertujuan untuk memberikan pengalaman langsung kepada siswa dalam memanfaatkan teknologi secara produktif (Dudar et al., 2021; Jones et al., 2021). Setelah pelatihan selesai, siswa akan diarahkan untuk menggunakan aplikasi seperti Google Calendar untuk menyusun jadwal kegiatan harian mereka. Teknologi ini membantu siswa dalam manajemen diri dan pengelolaan waktu.

Pendampingan dan Evaluasi

Setelah pelatihan selesai, tim pengabdian akan melakukan pendampingan selama dua bulan. Dalam periode ini, siswa akan dipantau dan didampingi dalam menerapkan keterampilan yang telah dipelajari. Monitoring berkala dilakukan dengan mengadakan pertemuan dengan siswa untuk memeriksa kemajuan mereka dalam mempraktikkan manajemen diri dan penggunaan teknologi.

Sesi tanya jawab juga disediakan bagi siswa yang mengalami kendala dalam menerapkan materi pelatihan. Guru di sekolah akan dilibatkan dalam proses ini untuk memastikan kelancaran pendampingan. Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas program melalui kuesioner yang diisi oleh siswa dan guru mengenai perubahan dalam manajemen diri dan pemanfaatan teknologi setelah pelatihan.

Keberlanjutan Program

Program ini dirancang agar dapat berkelanjutan meskipun kegiatan utama telah selesai. Melalui melibatkan guru dan pengenalan alat-alat teknologi yang bisa digunakan secara mandiri, siswa diharapkan dapat melanjutkan pembelajaran dan penerapan keterampilan secara terus-menerus.

Sebagai bagian dari keberlanjutan program, siswa akan diarahkan untuk terus mengakses materi tambahan secara daring melalui platform yang telah diperkenalkan selama pelatihan. Dengan demikian, diharapkan keterampilan yang diperoleh selama program dapat terus berkembang seiring berjalannya waktu.

Untuk memastikan keberlanjutan program setelah kegiatan utama selesai, strategi konkret yang akan diterapkan meliputi pelatihan guru untuk menggunakan Google Calendar dan teknik manajemen waktu (Faroqi & Suryanto, 2020; Wahyudin & Ramadhan, 2023), pembentukan klub Google Calendar di sekolah, integrasi Google Calendar ke dalam kurikulum, dan penyediaan sumber daya online. Peran pihak sekolah adalah menyediakan dukungan dan fasilitas serta mengintegrasikan penggunaan Google Calendar ke

dalam kurikulum. Guru memberikan dukungan dan bimbingan kepada siswa, serta menggunakan Google Calendar untuk berkomunikasi dan mengingatkan siswa tentang tugas (Mahamud et al., 2021). Siswa aktif menggunakan Google Calendar dalam kegiatan belajar, serta saling membantu dan berbagi tips dengan siswa lain. Dengan strategi ini, diharapkan program pelatihan Google Calendar memberikan dampak jangka panjang dan membantu siswa menjadi individu yang lebih terorganisir, produktif, dan sukses di era digital.

Peran Tim Pengabdian

Tim pengabdian terdiri dari dosen-dosen dengan latar belakang yang berbeda-beda sesuai dengan bidang keahlian masing-masing. Mahasiswa juga dilibatkan dalam proses ini sebagai asisten pengajar yang membantu fasilitasi kegiatan selama pelatihan serta mendampingi siswa selama proses penerapan keterampilan di lapangan. Keterlibatan mahasiswa tidak hanya memberikan pengalaman praktis tetapi juga meningkatkan keterampilan mereka dalam berinteraksi dengan masyarakat.

Secara keseluruhan, metode pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memberikan dampak positif bagi siswa SMP Kanisius Muntilan dalam mengembangkan keterampilan manajemen diri serta pemanfaatan teknologi secara efektif di era digital saat ini. Program ini tidak hanya berfokus pada peningkatan kemampuan individu tetapi juga pada penciptaan lingkungan belajar yang lebih baik melalui kolaborasi antara pihak sekolah dan tim pengabdian masyarakat.

Metode pelaksanaan program pengabdian masyarakat di SMP Kanisius Muntilan dirancang secara sistematis dan terstruktur. Pelatihan dilaksanakan dalam tiga sesi, masing-masing berdurasi 2 jam, mencakup materi teoritis dan praktik langsung. Sesi 1 memperkenalkan fitur dasar Google Calendar dan konsep manajemen waktu dasar, seperti penetapan tujuan, prioritas tugas, dan identifikasi pemborosan waktu, dengan metode ceramah singkat, demonstrasi, dan latihan membuat jadwal harian sederhana. Sesi 2 membahas teknik prioritas, teknik pengelolaan stres seperti latihan pernapasan, serta integrasi teknik prioritas ke dalam Google Calendar, melalui diskusi kelompok dan simulasi. Sesi 3 membahas fitur lanjutan Google Calendar, tips dan trik penggunaan efektif, serta prinsip keamanan digital, melalui studi kasus, presentasi siswa, dan diskusi. Contoh aktivitas dan tugas meliputi pembuatan jadwal mingguan, prioritas tugas, dan pengaturan pengingat dengan tenggat waktu jelas. Pendampingan dilakukan selama dua bulan setelah pelatihan melalui pertemuan mingguan, monitoring online melalui fitur berbagi kalender, dan sesi konsultasi individu.

Evaluasi dilakukan melalui kuesioner sebelum dan sesudah pelatihan, wawancara dengan siswa dan guru, serta analisis data penggunaan Google Calendar, seperti jumlah acara dan pengingat yang dibuat.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian hasil dan pembahasan dalam artikel ini akan menyajikan hasil dari pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan keterampilan manajemen diri siswa SMP Kanisius Muntilan melalui pelatihan penggunaan Google Calendar. Hasil yang diperoleh akan dibahas secara terperinci untuk memberikan pemahaman yang jelas mengenai dampak program ini terhadap siswa, serta bagaimana temuan tersebut dapat diinterpretasikan dan dihubungkan dengan teori yang ada.

Peningkatan Keterampilan Manajemen Diri

Setelah pelatihan, terjadi peningkatan signifikan dalam keterampilan manajemen diri siswa. Pengukuran dilakukan melalui kuesioner yang diisi oleh siswa sebelum dan sesudah pelatihan. Hasil menunjukkan bahwa 85% siswa melaporkan kemampuan mereka dalam mengatur waktu meningkat, sementara 75% siswa merasa lebih mampu menetapkan prioritas dalam kegiatan sehari-hari. Sebagai contoh, sebelum pelatihan, banyak siswa yang tidak memiliki jadwal harian yang jelas. Namun, setelah pelatihan, mereka mulai menggunakan Google Calendar untuk merencanakan kegiatan belajar dan aktivitas lainnya. Tabel 1 di bawah ini menunjukkan perubahan dalam pemahaman siswa tentang manajemen waktu sebelum dan sesudah pelatihan.

Tabel 1. Perbandingan Keterampilan Manajemen Diri Siswa Sebelum dan Sesudah Pelatihan.

Aspek Manajemen Diri	Sebelum Pelatihan (%)	Sesudah Pelatihan (%)
Kemampuan mengatur waktu.	30	85
Penetapan prioritas.	25	75
Pengelolaan stres.	20	70

Penerapan Google Calendar

Siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam menggunakan Google Calendar sebagai alat bantu manajemen waktu. Selama sesi pelatihan, mereka diajarkan cara menyusun jadwal harian, mengatur pengingat untuk tugas, dan menetapkan tujuan jangka pendek. Hasil survei menunjukkan bahwa 90% siswa merasa bahwa Google Calendar membantu mereka lebih terorganisir. Siswa juga melaporkan bahwa mereka mulai memanfaatkan fitur-fitur lain dari Google Calendar, seperti

pengaturan pengingat untuk kegiatan ekstrakurikuler dan ujian. Tabel 2 di bawah ini menggambarkan tingkat kepuasan siswa terhadap penggunaan Google Calendar setelah pelatihan.

Tabel 2. Tingkat Kepuasan Siswa terhadap Penggunaan Google Calendar.

Aspek Penggunaan Google Calendar	Persentase Siswa (%)
Membantu mengatur jadwal harian.	90
Memudahkan pengingat tugas.	85
Meningkatkan kemampuan menetapkan tujuan.	80
Membantu dalam pengelolaan kegiatan ekstrakurikuler.	75

Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan Google Calendar tidak hanya meningkatkan keterampilan manajemen waktu siswa, tetapi juga memberikan rasa percaya diri yang lebih besar dalam mengelola aktivitas sehari-hari. Dengan adanya alat bantu ini, siswa dapat lebih mudah mengatur waktu antara belajar, aktivitas ekstrakurikuler, dan kehidupan pribadi mereka, sehingga berkontribusi pada peningkatan produktivitas dan kesejahteraan mental mereka.

Dampak Terhadap Kesejahteraan Mental

Pelatihan ini juga berdampak positif terhadap kesejahteraan mental siswa. Sebelum pelatihan, banyak siswa melaporkan tingkat stres yang tinggi akibat tekanan akademik dan kurangnya keterampilan manajemen waktu. Setelah mengikuti program, sebanyak 70% siswa melaporkan penurunan tingkat stres dan merasa lebih siap menghadapi tuntutan akademis. Hasil ini menunjukkan bahwa dengan kemampuan manajemen diri yang lebih baik, siswa dapat mengurangi beban mental mereka. Hal ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menyatakan bahwa keterampilan manajemen waktu yang baik berkontribusi pada kesejahteraan mental yang lebih baik (Apriyanti & Syahid, 2021; Sugiarto et al., 2021).

Pembahasan

Program pengabdian ini dirancang untuk menjawab permasalahan utama terkait dengan kurangnya keterampilan manajemen diri di kalangan siswa SMP Kanisius Muntilan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa pelatihan penggunaan Google Calendar secara signifikan meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatur waktu dan menetapkan prioritas. Dengan demikian, tujuan program untuk meningkatkan keterampilan manajemen diri telah tercapai.

Temuan dari pengabdian ini menunjukkan bahwa penerapan teknologi dalam pendidikan dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan siswa. Penggunaan Google Calendar tidak hanya membantu siswa dalam mengelola waktu tetapi juga meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya perencanaan dan pengelolaan stres. Hal ini sejalan dengan teori-teori pendidikan modern yang menekankan pentingnya integrasi teknologi dalam pembelajaran.

Hasil pengabdian ini mendukung teori-teori yang ada mengenai pentingnya manajemen diri dalam konteks pendidikan. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa keterampilan manajemen waktu berhubungan erat dengan prestasi akademik (Apriyanti & Syahid, 2021). Dengan demikian, program ini tidak hanya memberikan manfaat langsung kepada siswa tetapi juga memperkuat argumen bahwa pendidikan harus mencakup pengembangan keterampilan hidup yang relevan.

Dari hasil temuan ini, dapat disimpulkan bahwa ada kebutuhan untuk memperluas pemahaman tentang bagaimana teknologi dapat digunakan sebagai alat bantu dalam pengembangan keterampilan hidup di kalangan remaja. Program ini membuka peluang untuk pengabdian lebih lanjut mengenai efektivitas penggunaan aplikasi digital lainnya dalam konteks pendidikan. Secara keseluruhan, hasil dan pembahasan dari program pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan keterampilan manajemen diri siswa SMP Kanisius Muntilan melalui pelatihan penggunaan Google Calendar. Program ini tidak hanya memberikan dampak positif pada kemampuan individu tetapi juga berkontribusi pada penciptaan lingkungan belajar yang lebih baik di era digital saat ini.

Setelah pelatihan, terjadi peningkatan signifikan dalam keterampilan manajemen diri siswa. Data kuantitatif menunjukkan rata-rata peningkatan skor manajemen diri siswa sebesar 25% berdasarkan kuesioner, 60% siswa melaporkan penurunan tingkat stres, rata-rata jumlah acara yang dibuat di Google Calendar per minggu adalah 7, dan rata-rata jumlah pengingat yang diatur per minggu adalah 5. Data kualitatif mendukung temuan kuantitatif, dengan siswa melaporkan bahwa Google Calendar membantu mereka menjadi lebih terorganisir, produktif, dan bertanggung jawab. Guru juga mengamati perubahan positif pada siswa setelah mengikuti pelatihan. Dampak program meliputi peningkatan keterampilan manajemen waktu, prioritas tugas, dan penggunaan teknologi; peningkatan rasa tanggung jawab, motivasi belajar, dan percaya diri; serta perilaku belajar yang lebih terorganisir, pengelolaan waktu yang lebih efektif, dan penggunaan teknologi yang lebih produktif. Contoh kutipan dari wawancara siswa adalah,

"Sebelum pelatihan, saya sering lupa akan tugas dan ujian. Sekarang, dengan Google Calendar, saya selalu ingat dan bisa mempersiapkan diri dengan baik," dan "Saya dulu kesulitan membagi waktu antara belajar dan bermain. Sekarang, dengan Google Calendar, saya bisa membuat jadwal yang seimbang dan lebih produktif." Guru juga menyatakan, "Saya melihat ada perubahan positif pada siswa setelah mengikuti pelatihan. Mereka lebih terorganisir dan bertanggung jawab terhadap tugas mereka," dan "Google Calendar sangat membantu siswa dalam mengelola waktu mereka. Saya juga menggunakan Google Calendar untuk berkomunikasi dengan siswa dan mengingatkan mereka tentang tugas dan ujian."

D. PENUTUP

Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMP Kanisius Muntilan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan manajemen diri siswa melalui pelatihan penggunaan Google Calendar. Hasil dari pelaksanaan program menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam keterampilan manajemen diri siswa, dengan 85% siswa melaporkan kemampuan mereka dalam mengatur waktu meningkat setelah mengikuti pelatihan. Selain itu, 90% siswa merasa lebih terorganisir dan mampu menggunakan Google Calendar untuk merencanakan kegiatan sehari-hari. Program ini juga berdampak positif terhadap kesejahteraan mental siswa, di mana 70% siswa melaporkan penurunan tingkat stres setelah menerapkan keterampilan yang dipelajari. Temuan ini menegaskan pentingnya integrasi teknologi dalam pendidikan, khususnya dalam pengembangan keterampilan hidup yang relevan dengan tuntutan zaman. Dengan demikian, program ini tidak hanya berhasil mencapai tujuan awalnya tetapi juga memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan karakter dan kemampuan siswa dalam menghadapi tantangan di era digital. Esensi dari temuan pengabdian ini adalah bahwa keterampilan manajemen diri yang baik, didukung oleh pemanfaatan teknologi, dapat meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan mental siswa.

Saran

Berdasarkan temuan pengabdian yang telah dibahas, beberapa saran dapat disampaikan untuk pengembangan lebih lanjut. Pertama, disarankan agar SMP Kanisius Muntilan terus mengintegrasikan penggunaan Google Calendar dan alat manajemen waktu lainnya dalam kurikulum mereka. Hal ini akan membantu siswa untuk lebih terbiasa menggunakan teknologi dalam mengelola waktu dan aktivitas mereka. Kedua, pelatihan lanjutan dapat dilakukan secara berkala untuk

memperdalam pemahaman siswa mengenai manajemen diri dan pemanfaatan teknologi. Program pendampingan yang berkelanjutan juga perlu dipertimbangkan agar siswa dapat terus mendapatkan bimbingan dalam penerapan keterampilan yang telah dipelajari. Ketiga, pihak sekolah disarankan untuk melibatkan orang tua dalam proses pembelajaran ini. Dengan melibatkan orang tua, diharapkan mereka dapat memberikan dukungan tambahan di rumah terkait penerapan manajemen diri dan penggunaan teknologi yang efektif. Keempat, pengabdian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang dari program ini terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan mental siswa. Pengabdian semacam ini dapat memberikan wawasan lebih mendalam mengenai efektivitas program pengabdian yang telah dilaksanakan. Dengan demikian, program pengabdian ini diharapkan tidak hanya memberikan manfaat langsung kepada siswa tetapi juga menjadi model bagi sekolah lain dalam upaya pemberdayaan remaja di era digital.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada SMP Kanisius Muntilan, yang telah memberikan dukungan penuh dan fasilitas untuk pelaksanaan kegiatan ini. Kami juga berterima kasih kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam pelatihan dan penerapan keterampilan manajemen diri. Partisipasi dan antusiasme mereka sangat penting untuk keberhasilan program ini.

Selain itu, kami menghargai kontribusi guru-guru di SMP Kanisius Muntilan yang telah membantu dalam proses pelatihan dan pendampingan. Kami juga ingin menyampaikan terima kasih kepada LPPM UPITRA atas dukungan dan bimbingan yang diberikan selama proses pelaksanaan program ini. Tanpa kerjasama dan dedikasi semua pihak, program ini tidak akan berjalan dengan sukses.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti, M., & Syahid, S. (2021). Peran Manajemen Waktu dan Kedisiplinan Dalam Mempengaruhi Hasil Belajar Optimal. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 9, 68–76. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v9i1.4346>
- Ariwibowo, P., Djuhartono, T., & Haryanto, H. (2024). Manajemen Pengembangan Potensi Diri dan Kompetensi Di Sekolah Menengah Kejuruan Barunawati. *Jurnal Inovasi Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 4, 199–211. <https://doi.org/10.53621/jippmas.v4i2.381>
- Astuti, A. K., Hardiyanto, P., & Putra, A. S. B. (2023). Perceived Organizational Support as a moderating variable on influence Well-being towards Work Engagement. *International Journal of Economics (IJECE)*, 2(2), 739–746.
- Astuti, A. K., Putra, A. S. B., & Hardiyanto, P. (2024). Analysis of Factors Forming Work-Life Balance in Hotel Employees in the Special Regional Province of Yogyakarta. *International Journal of Management Science and Application*, 3(1), 43–56.
- Dewi, K., Pratisia, T., & Putra, A. K. (2021). Implementasi pemanfaatan google classroom, google meet, dan instagram dalam proses pembelajaran online menuju abad 21. *Jurnal Integrasi Dan Harmoni Inovatif Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(5), 533–541.
- Dudar, V. L., Riznyk, V. V, Kotsur, V. V, Pechenizka, S. S., & Kovtun, O. A. (2021). Use of modern technologies and digital tools in the context of distance and mixed learning. *Linguistics and Culture Review*, 5(S2), 733–750.
- Faroque, A. (2020). PEMANFAATAN GOOGLE CALENDAR UNTUK PEMBUATAN KALENDER AKADEMIK SEKOLAH. *JABN*, 1, 29–37. <https://doi.org/10.33005/jabn.v1i1.5>
- Faroque, A., & Suryanto, T. L. M. (2020). PEMANFAATAN GOOGLE CALENDAR UNTUK PEMBUATAN KALENDER AKADEMIK DI SMP MIFTAHUL ULUM SURABAYA (THE USE OF GOOGLE CALENDAR FOR THE MAKING OF ACADEMIC CALENDAR IN JUNIOR HIGH SCHOOL MIFTAHUL ULUM SURABAYA). *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, 4(1), 13–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/jlm.v4i1.2020.13-16>
- Hafid, H., Barnoto, B., & Abuhsin, J. (2022). Manajemen Pembelajaran Kelas Digital Berbasis Google Workspace for Education. *Kharisma: Jurnal Administrasi Dan Manajemen Pendidikan*, 1(1), 48–58.
- Hartatik, H., Rukmana, A. Y., Judijanto, L., & Putra, A. S. B. (2023). The Influence of Arts Education on Creativity and Innovation in Community Development. *West Science Social and Humanities Studies*, 1(05), 219–226.

- Isnainingtyas, Z., Muslihati, M., & Prihatiningsih, R. (2023). Pengembangan Panduan Teknik Self-Management Berbantuan Google Calender untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 3(3), 263–271.
- Jones, W. E., Bengel, J. F., & Scullin, M. K. (2021). Preserving prospective memory in daily life: A systematic review and meta-analysis of mnemonic strategy, cognitive training, external memory aid, and combination interventions. *Neuropsychology*, 35(1), 123.
- Mahamud, S., Fam, S.-F., Saleh, H., Kamarudin, M. F., & Wahjono, S. I. (2021). Predicting Google Classroom Acceptance and Use in STEM Education: Extended UTAUT2 Approach. *2021 2nd SEA-STEM International Conference (SEA-STEM)*, 155–159.
- Na'imah, T., Wibowo, F., & Dwiyaniti, R. (2022). Efforts to improve self-management using Google Calendar. *Community Empowerment*, 7(8), 1312–1317.
- Novianti, D., Anjani, D., & Bachtiar, Y. (2024). Pengembangan Keterampilan Penggunaan Google Kalender untuk Peningkatan Partisipasi dan Koordinasi di SD 19 Pagi Pal Merah. *Smart Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 128–135.
- Nurdiansyah, I., & Hidayatullah, A. (2024). Planning and Organization of Vocational School Activities with Google Calendar at Asyasyakin Tangerang Islamic High School. *Jurnal Pengabdian Bersama Masyarakat Indonesia*, 2(3), 27–32.
- Permatasari, M. I. (2021). Implementasi Pembelajaran Kimia Berbasis Daring (Google Classroom Dan Zoom Cloud Meeting) Di Smk Negeri 1 Tanjung Palas. *EDUTECH: Jurnal Inovasi Pendidikan Berbantuan Teknologi*, 1(2), 154–161.
- Putra, A. S. B. (2024a). Membangun Sinergi Lintas Generasi: Strategi Kolaboratif untuk Meningkatkan Kinerja Organisasi di Era Digital. *PakMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 429–436.
- Putra, A. S. B. (2024b). Work Engagement in Indonesian Small and Medium Enterprises: A Bibliometric Analysis of Emerging Research Trends. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(2). <https://doi.org/10.51214/002024061011000>
- Putra, A. S. B., Kusumawati, E. D., & Kartikasari, D. (2023). Empowerment of Handicraft Production and Marketing Activities at the Bunga Raya Waste Bank. *IJCS: International Journal of Community Service*, 2(2), 174–181.
- Putra, A. S. B., Kusumawati, E. D., & Kartikasari, D. (2024). Psychological Empowerment And Psychological Well-Being As Job Performance Mediators. *Journal Of Business Management And Economic Development*, 2(01), 127–141.
- Santoso, G., Murod, M., Winata, W., Kusumawardani, S., & Muhtadin, I. (2023). Update Kecanggihan Google di Abad 21 Untuk Menjadikan Civic Digital. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 114–127.
- Sudirjo, F., Mustafa, F., Astuti, E. D., Tawil, M. R., & Putra, A. S. B. (2023). Analysis Of The Influence Of Hedonic Motivation, Digital Devices Ease Of Use Perception, Benefits Of Digital Technology And Digital Promotion On Intention To Use Of Digital Wallets Consumers. *Jurnal Informasi Dan Teknologi*, 33–38.
- Sugiarto, S., Widyana, R., & Yunika, N. (2021). Efektivitas Pelatihan Manajemen diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa SMA N1 Sedayu. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 3(1), 22–37.
- Usroh, L., Laily, N., & Munir, F. (2022). Manajemen Waktu dan Self Regulated Learning pada Siswa. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9, 47–63. <https://doi.org/10.35891/jip.v9i1.2762>
- Wahyudin, A. Y., & Ramadhan, R. (2023). Pendampingan Penyusunan Perangkat Pembelajaran Berbasis Mobile Bagi Guru Sman 5 Bandar Lampung. *Journal of Social Sciences and Technology for Community Service (JSSTCS)*, 4(2), 201–207.