



Time Management and Productivity Improvement Training for the Community

Widia Astuti¹, Annisa Aulia Rahma², Fidella Affani³, Nabilla
Daniswara⁴

Management, Economics and Business, Universitas Pamulang, Indonesia

E-Mail: dosen01265@unpam.ac.id

Abstract

This material discusses the importance of time management in increasing individual productivity and efficiency. In this context, various techniques and strategies are introduced, such as the Pomodoro Technique, Eisenhower Matrix, and Time Blocking, which help in organizing tasks based on urgency and importance. Additionally, this material highlights effective practices such as using the two-minute technique, focusing on process, and creating a weekly schedule to better manage time. Common challenges in time management, such as procrastination and digital distractions, are also identified, along with solutions to overcome them. By applying these principles, individuals can reduce stress, increase concentration, and achieve short-term and long-term goals in a more structured and efficient manner. This material aims to provide an in-depth understanding of time management and the tools needed to achieve it.

Keyword: *time management, individual productivity, efficiency*

Abstrak

Materi ini membahas pentingnya manajemen waktu dalam meningkatkan produktivitas dan efisiensi individu. Dalam konteks ini, berbagai teknik dan strategi diperkenalkan, seperti Teknik Pomodoro, Eisenhower Matrix, dan Time Blocking, yang membantu dalam pengaturan tugas berdasarkan urgensi dan pentingnya. Selain itu, materi ini menyoroti praktik-praktik efektif seperti penggunaan teknik dua menit, fokus pada proses, dan pembuatan jadwal mingguan untuk mengelola waktu dengan lebih baik. Tantangan umum dalam manajemen waktu, seperti prokrastinasi dan gangguan digital, juga diidentifikasi, disertai dengan solusi untuk mengatasinya. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ini, individu dapat mengurangi stres, meningkatkan konsentrasi, dan mencapai tujuan jangka pendek serta jangka panjang secara lebih terstruktur dan efisien. Materi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang manajemen waktu dan alat yang diperlukan untuk mencapainya.

Kata kunci: *manajemen waktu, efisiensi manajemen*

INTRODUCTION

Manajemen waktu merupakan keterampilan yang sangat penting dalam kehidupan modern yang serba cepat ini. Dengan meningkatnya tuntutan pekerjaan, tanggung jawab pribadi, dan berbagai aktivitas sehari-hari, kemampuan untuk mengatur waktu dengan efektif menjadi kunci untuk mencapai kesuksesan dan kesejahteraan. Banyak individu sering kali merasa tertekan dan kewalahan oleh tumpukan tugas yang harus diselesaikan, yang dapat mengakibatkan stres dan penurunan produktivitas.

Dalam konteks ini, manajemen waktu tidak hanya berkaitan dengan pengaturan jadwal, tetapi juga melibatkan pemahaman tentang prioritas, pengelolaan energi, dan penerapan teknik-teknik yang dapat membantu individu bekerja lebih efisien. Berbagai metode, seperti Teknik Pomodoro, Eisenhower Matrix, dan Time Blocking, telah terbukti efektif dalam membantu orang mengelola waktu mereka dengan lebih baik. Selain itu, praktik-praktik sederhana seperti teknik dua menit dan pembuatan jadwal mingguan dapat memberikan dampak signifikan dalam mengurangi beban kerja dan meningkatkan fokus.

Melalui pelatihan ini, peserta akan diajak untuk memahami konsep dasar manajemen waktu, mengenali tantangan yang sering dihadapi, serta mempelajari alat dan teknik praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, diharapkan peserta dapat mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang lebih baik, yang pada gilirannya akan meningkatkan produktivitas, mengurangi stres, dan membantu mereka mencapai tujuan dengan lebih efektif.

LITERATURE REVIEW

Keterampilan Dasar

Manajemen waktu adalah suatu keterampilan yang penting dalam mencapai efisiensi dan produktivitas. Menurut beberapa penelitian, manajemen waktu yang baik dapat mengurangi stres dan meningkatkan kinerja individu (T2). Berbagai teknik telah dikembangkan untuk membantu individu dalam mengelola waktu mereka, seperti Teknik Pomodoro, yang memfokuskan pada kerja terfokus selama 25 menit diikuti dengan istirahat singkat, dan Eisenhower Matrix, yang membantu dalam memprioritaskan tugas berdasarkan urgensi dan pentingnya (T1).

Selain itu, praktik seperti time blocking dan pemecahan tugas besar menjadi bagian yang lebih kecil juga telah terbukti efektif dalam meningkatkan produktivitas (T5). Penelitian menunjukkan bahwa individu yang menerapkan teknik manajemen waktu secara konsisten dapat mencapai tujuan mereka lebih cepat dan dengan hasil yang lebih baik (T2). Oleh karena itu, penting untuk memahami dan menerapkan prinsip-prinsip manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.

METHODS

Materi pelatihan ini dimulai dengan pengantar mengenai manajemen waktu, yang mencakup definisi dan pentingnya manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari, serta dampaknya terhadap produktivitas dan kesejahteraan individu. Selanjutnya, peserta akan mempelajari konsep dasar manajemen waktu, termasuk cara mengidentifikasi prioritas, delegasi tugas yang tidak memerlukan perhatian langsung, dan pentingnya fleksibilitas dalam menyesuaikan rencana dengan kondisi yang berubah.

Peserta juga akan diperkenalkan pada berbagai teknik manajemen waktu, seperti Teknik Pomodoro, yang mengajarkan metode kerja terfokus dengan istirahat teratur, dan Eisenhower Matrix, yang membantu dalam memprioritaskan tugas berdasarkan urgensi dan pentingnya. Selain itu, peserta akan belajar tentang time blocking, yang membagi waktu dalam blok untuk berbagai kegiatan, serta prinsip Pareto 80/20, yang menekankan fokus pada tugas yang memberikan hasil terbesar.

Dalam sesi praktik pengelolaan waktu, peserta akan melakukan latihan pembuatan jadwal mingguan dan berpartisipasi dalam diskusi kelompok untuk berbagi strategi manajemen waktu yang efektif. Mereka juga akan diperkenalkan pada alat dan aplikasi pendukung, seperti Trello, Google Calendar, dan Forest App, yang dapat membantu dalam mengelola waktu dengan lebih baik. Di akhir pelatihan, peserta akan melakukan evaluasi dan tindak lanjut untuk menilai kemajuan mereka dalam menerapkan teknik manajemen waktu.



Gambar 1. Panitia didepan sekolah yang dituju

Pelaksanaan pelatihan ini akan dimulai dengan presentasi dan diskusi, di mana instruktur akan menggunakan slide presentasi untuk menjelaskan konsep dan teknik manajemen waktu, diikuti dengan sesi tanya jawab untuk mendiskusikan pemahaman peserta. Selanjutnya, peserta akan terlibat dalam latihan praktis, di mana mereka akan membuat jadwal mingguan dengan prioritas yang jelas dan melakukan latihan menggunakan teknik Pomodoro dalam sesi kelompok.

Diskusi kelompok juga akan diadakan, di mana peserta akan dibagi ke dalam kelompok kecil untuk berbagi pengalaman dan strategi manajemen waktu yang mereka gunakan, serta saling memberikan masukan dan saran. Selain itu, simulasi dan role play akan dilakukan untuk mengajak peserta menerapkan teknik manajemen waktu dalam situasi nyata, di mana mereka harus menyelesaikan tugas dalam waktu terbatas.

Setelah itu, sesi evaluasi akan diadakan di akhir pelatihan untuk menilai pemahaman peserta, di mana umpan balik akan diberikan mengenai penerapan teknik manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari. Terakhir, rencana tindak lanjut akan disusun untuk peserta agar dapat menerapkan teknik yang telah dipelajari dan melakukan evaluasi berkala terhadap kemajuan mereka.

RESULTS

Pelatihan manajemen waktu yang dilakukan berhasil memberikan pemahaman yang mendalam kepada peserta mengenai konsep dan teknik pengelolaan waktu yang efektif. Peserta menunjukkan peningkatan dalam kemampuan mereka untuk mengidentifikasi prioritas, mendelegasikan tugas, dan beradaptasi dengan perubahan. Melalui latihan praktis, peserta mampu membuat jadwal mingguan yang lebih terstruktur dan memanfaatkan teknik Pomodoro untuk meningkatkan fokus dan produktivitas.

Peserta juga menunjukkan antusiasme dalam diskusi kelompok, di mana mereka saling berbagi pengalaman dan strategi yang telah mereka gunakan dalam mengelola waktu. Penggunaan alat dan aplikasi pendukung, seperti Trello dan Google Calendar, terbukti membantu peserta dalam merencanakan dan melacak aktivitas mereka dengan lebih baik. Evaluasi di akhir pelatihan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasa lebih percaya diri dalam menerapkan teknik manajemen waktu yang telah dipelajari.

DISCUSSION

Manajemen waktu adalah keterampilan yang sangat penting dalam meningkatkan efisiensi dan produktivitas, baik dalam konteks pribadi maupun profesional. Dengan memahami konsep dasar manajemen waktu, seperti prioritas, delegasi, dan fleksibilitas, peserta dapat lebih mudah mengelola tugas-tugas mereka. Prioritas membantu peserta untuk fokus pada hal-hal yang paling penting, sementara delegasi memungkinkan mereka untuk mengurangi beban kerja dan meningkatkan efisiensi.

CONCLUSION

Pelatihan manajemen waktu yang telah dilaksanakan berhasil memberikan pemahaman yang komprehensif kepada peserta mengenai pentingnya pengelolaan waktu yang efektif. Dengan mempelajari berbagai teknik dan alat manajemen waktu, peserta dapat meningkatkan produktivitas pribadi dan kelompok, mengurangi stres, serta mencapai tujuan dengan lebih cepat. Penerapan konsep dasar seperti prioritas, delegasi, dan fleksibilitas, serta teknik-teknik seperti Teknik Pomodoro dan Eisenhower Matrix, terbukti sangat bermanfaat dalam membantu peserta mengatur waktu mereka dengan lebih baik.



Gambar 2. Penyerahan penghargaan oleh panitia

REFERENCES

- Astuti, W., Pasaribu, V. L. D., Oktrima, B., Saputra, H., & Rusilowati, U. (2021). Upaya Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Peningkatan Kompetensi. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 3(1), 22-29.
- Elburdah, R. P., Pasaribu, V. L. D., Rahayu, S., Septiani, F., & Metarini, R. R. A. (2021). Mompreneur penopang perekonomian keluarga di masa pandemi Covid-19 dengan bisnis online pada Kelurahan Pondok Benda. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 75-82.
- Hakim, L., Putri, I. S., Pasaribu, V. L. D., & Tobroni, M. (2026). Public Speaking for Teens: Sharpens Self-Confidence and Effective Communication Skills. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 28-35.
- Kushermanto, S., Pasaribu, V. L. D., & Aulia, N. M. (2026). Building Cooperation and Leadership Through Youth Team Building Activities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 36-43.
- Priadi, Andri, et al. "PENYULUHAN PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA DENGAN MEMPERKUAT BUDAYA ORGANISASI MELALUI PENINGKATAN VALUE PADA LEMBAGA PENGEMBANGAN MASYARAKAT KELURAHAN PONDOK BENDA KOTA TANGERANG SELATAN." *Jurnal Lokabmas Kreatif: Loyalitas Kreatifitas Abdi Masyarakat Kreatif* 1.3 (2020): 97-105. Malayu S. P. Hasibuan. Manajemen Sumber Daya Manusia. 2007. Bumi Aksara, Jakarta.

- Pasaribu, V. L. D., Elburdah, R. P., Sudarso, E., & Fauziah, G. (2020). Penggunaan Manajemen Waktu Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Di Smp Araisiyah. *Jurnal ABDIMAS Tri Dharma Manajemen*, 1(1), 84.
- Pasaribu, V. L. D., Syafei, A. N., Farhan, A., Aufaizah, A., Irani, C., & Firtiayani, S. R. (2021). Pengaruh Displin Protokol Kesehatan Terhadap Pencegahan Penularan Virus Covid-19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 91-98.
- Pasaribu, V. L. D., Susanti, F., & Hartuti, E. T. K. (2019). Memotivasi Siswa dan Siswi SMK Letris Indonesia di Dalam Menentukan Pilihan Untuk Melanjutkan Pendidikan Atau Bekerja Setelah Lulus Sekolah. *Jurnal Pengabdian Dharma Laksana*, 1(2), 161-172.
- Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Meningkatkan Produktivitas Usaha Dimasa Pandemi Pada Ibu PKK RT 004/003 Kelurahan Sawah Baru Ciputat, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.
- Pasaribu, V. L. D., Dwiyatni, A., Sabina, C., Ridwan, M., Gunawan, D. D., & Noviani, B. C. (2021). Evaluasi Penerapan 3M Dimasa Pandemic Covid 19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 54-60.
- Pasaribu, V. L. D., Agrasadya, A., Shabrina, N., & Krisnaldy, K. (2020). Menjadi Enterpreneur Muda Yang Memiliki Jiwa Leadership Untuk Menghadapi Masa Depan. *Abdi Laksana: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-9.
- Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Menjadi Enterpreneur Muda Yang Memiliki Jiwa Leadership Untuk Menghadapi Masa Depan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.
- Pasaribu, V. L., Yuniati, H. L., Pratana, R., Sembayu, R., Purba, S. M., & Nurbayani, T. T. (2021). Manajemen Keuangan untuk Menghadapi dan Bertahan di Era Covid-19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 12-18.
- Pasaribu, V. L. D., & Setyowati, R. (2021). Adaptasi Kehidupan New Normal pada Masa Pandemi Covid-19 di Yayasan Pondok Pesantren dan Panti Asuhan Nurul Ikhsan Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Lokabmas Kreatif: Loyalitas Kreatifitas Abdi Masyarakat Kreatif*, 2(2), 82-88.
- Pasaribu, V. L. D., Oktrima, B., Prabowo, B., Arianto, N., & Haryoko, U. B. (2020). Progam Pendampingan Dan Penyelenggaraan Pendidikan Anak Pada Usia Dini Terhadap Prestasi Belajar Dilingkungan Rt 020 Rw 009. Kel Giri Peni. Kec Wates. Yogyakarta. *Jurnal LOKABMAS Kreatif*, 1(01).
- Pasaribu, V. L. D., Satria, P., Sari, R. P., Valencya, I., & Setyowati, R. Nursahidin. Adaptasi Kehidupan New Normal Pada Masa Pandemi Covid-19 Diyayasan Pondok Pesantren Dan Panti Asuhan Nurul Ikhsan Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan. *Jurnal LOKABMAS Kreatif*, 2(02), 89-97.
- Pasaribu, V. L. D., Sulaiman, S., Sutiman, S., Thaharudin, T., & Purnomo, B. Y. (2020). Pengenalan Letak Posyandu Terdekat Dikelurahan Pisangan Dengan Manajemen

Pemasaran Revolusi 4.0 Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Letak Dan Fungsi Posyandu Terdekat Pada Kelurahan Pisangan. *Dedikasi Pkm*, 1(1), 105-110.

Pasaribu, V. D., Qomah, F. I., Sajida, S. R., Putri, D. O., Hidayat, M. K., & Senoaji, R. DARING ATAU KEGIATAN TATAP MUKA EFESIENSI MANA.

Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Meningkatkan Produktivitas Usaha Dimasa Pandemi Pada Ibu PKK RT 004/003 Kelurahan Sawah Baru Ciputat, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.

Pasaribu, V. L. D., Adiputra, B., Oktaviani, D., & Ramdonih, F. (2026). Financial Health in the Digital Era: Gen Z Financial Literacy to Combat a Consumptive Lifestyle. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 66-70.

Pasaribu, V. L. D., Rahmah, A., Fitri, L., & Rommadon, R. (2026). Digital Marketing as a Means of Career Opportunities and Entrepreneurship. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 52-58.

Pasaribu, V. L. D., Saputra, B., Alayya, F., & Utami, R. D. (2026). Boosting Self-Confidence Through Public Speaking: A Youth Workshop. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 71-76.

Pasaribu, V. L. D., Rahayu, A., Septianti, A., & Wirana, A. P. (2026). Measuring Digital Content and Campaign Activities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 44-51.

Pasaribu, V. L. D., Fadilah, R., Purwanti, A., & Amelia, N. (2026). The Importance of Soft Skills for Teenagers in the Modern Era: Challenges and Opportunities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 11-18.

Pasaribu, V. L. D., Wijohandoko, T., Yanuarso, B. P., & Tumanggor, M. (2026). Optimizing Micro-Business Financial Management in Benda Baru Subdistrict Through Financial Management Training. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 01-10.

Pasaribu, V. L. D., Anggelita, A. Y., Putri, A. N., Wiyadi, A., & Fatonah, D. (2026). Counseling on Cultivating an Entrepreneurial Spirit in the Digital Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 19-27.

Pasaribu, V. L. D., Witjaksono, M. G., Khoerunnisa, D., & Maharani, N. (2026). Social Media Ethics at the Wisma Karya Bakti Orphanage. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1).

Pasaribu, V. L. D., Sulistyawati, R., Tupamahu, J., & Sabila, S. (2026). The Role of Soft Skills in Shaping Students' Leadership and Social Responsibility in the Era of Society 5.0. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1).

Pasaribu, V. L. D., Zalukhu, M., & Akbar, I. M. (2026). Smart and Responsible Leadership of Vocational High School Students in the Era of Society 5.0. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 181-190.

Pasaribu, V. L. D., Hermanto, H., Bidaya, Y., & Buulolo, R. (2026). Leadership Transformation Strategies to Strengthen the Responsibility and Character of Vocational High School Students in the Society 5.0 Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 211-220.

- Pasaribu, V. L. D., Priyanto, G., Ndruru, K., & Indrawan, J. (2026). Leadership Camp Era 5.0: Developing Leadership and Social Responsibility in Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 191-199.
- Pasaribu, V. L. D., Juraemi, A. F. R., Nabila, S., & Suwandi, W. (2026). The Influence of Family Environment on High School Students' Learning Motivation. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 987-996.
- Pasaribu, V. L. D., Wardatun, L. S., Pandhuwinata, P., & Laurent, S. (2026). The Relationship Between Harassment and Self-Confidence Levels of Vocational High School Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 966-976.
- Pasaribu, V. L. D., Zakaria, D. A., Jamil, N. A., & Septiana, Z. D. (2026). Transforming Financial Education: Preparing an Independent and Resilient Young Generation. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 919-931.
- Pasaribu, V. L. D., Sulistiawati, L., & Handayani, T. (2026). Improving Generation Z's Financial Resilience Through Digital Financial Literacy at Daarul Shafa Islamic Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 954-966.
- Pasaribu, V. L. D., Aryanto, Y. K., Daryanto, R., & Sofyan, D. A. (2026). Holistic Education: Combining Financial Literacy and Soft Skills in High Schools. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 942-954.
- Pasaribu, V. L. D., Tasya, F. S., & Anwariah, Y. (2026). The Influence of Verbal Violence on Adolescent Mental Health in School Environments. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 976-987.
- Pasaribu, V. L. D., Mayshitta, L. A., Novendra, S. R., & Andini, A. F. (2026). The Relationship Between Peer Bullying and Decreased Learning Interest in Vocational High School Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 908-919.
- Pasaribu, V. L. D., Sari, R. M., Pujawati, S., & Herlita, T. (2026). The Role of Soft Skills in Cultivating an Entrepreneurial Spirit Among Teenagers. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 931-942.
- Pasaribu, V. L. D., Adiyani, M., Auliaputri, N., & Fadilah, P. R. (2026). Training on Using Microsoft Word in Writing Papers to Support High School Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 314-323.
- Pasaribu, V. L. D., Aribah, N. N., & Pambudi, G. (2026). Leadership & Teamwork Class: Collaboration, Not Competition. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 283-289.
- Pasaribu, V. L. D., Dzikrirullah, D., Putri, G. A. O., & Saputri, O. R. (2026). The Role of Financial Education in Shaping the Savings Behavior of Students in Islamic Boarding Schools. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 334-343.
- Prabowo, R. N., Siahaan, H., Pasaribu, V. L. D., & Kurniawat, T. R. (2026). Career Motivation: Ready to Work, Ready to Create, Ready to Become. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 290-296.

- Pasaribu, V. L. D., Putri, R. A., Hidayah, S. N., & Sofhin, S. A. (2026). Building Educational Awareness of the Dangers of Free Association for Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School, Setu District, South Tangerang. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 475-484.
- Pasaribu, V. L. D., Rahmadani, R., Riswadi, A. N., & Yuliyani, A. L. (2026). Financial Literacy and Strengthening the Character of Islamic Students in Facing Modern Economic Challenges. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 344-354.
- Pasaribu, V. L. D., Ikhwan, M., Pratama, I. S. P., & Saputra, R. A. (2026). Strengthening the Entrepreneurial Spirit of Young People Through Business-Based Greenpreneur Programs in the Digital Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 446-456.
- Pasaribu, V. L. D., Fadilla, D., & Saputra, R. M. (2026). The Influence of Social Media Use on Promiscuity among School Adolescents at Al-Hidayah Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 390-399.
- Pasaribu, V. L. D., Al Agaf, S., Syahwita, D., & Ameliya, E. (2026). Creative CV and Portfolio Creation Training Using Canva to Improve Work Readiness and Organizational Skills for High School Students at Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 497-504.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, P., Anggraeni, P., & Ramadani, N. (2026). Counseling on Optimization and Innovation in Building Personal Branding Since High School Through Linkedin to Increase Career Opportunities in the Tight Competition in the Industrial World for High School Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 466-474.
- Pasaribu, V. L. D., Sherlyana, G. Z., Kautaman, I. R., & Cedar, R. M. (2026). Time Management & Productivity A la Gen Z. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 306-315.
- Pasaribu, V. L. D., Agustina, A., & Amelia, G. (2026). Powerpoint Software Learning Media Training to Increase Student Learning Enthusiasm and Literacy. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 505-513.
- Pangestu, B. B., Fitria, N., Dewi, S. M., & Pasaribu, V. L. D. (2026). Public Speaking & Personal Branding Class: Dare to Appear in Front of the Camera. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 297-305.
- Pasaribu, V. L. D., Hafit, R., Khairunnisa, A. A., & Daulay, T. A. P. (2026). Digital Marketing Workshop: How to Sell Online Through Social Media at Al-Hikmah Vocational School, Jakarta. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 316-323.
- Pasaribu, V. L. D., Fatimawati, E., Rasyid, R. R. M., & Pramudita, A. A. (2026). The Relationship Between Financial Literacy and the Consumptive Behavior of Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 324-333.
- Pasaribu, V. L. D., Zaskia, S. A., Arum, D. P., & Waluyo, J. (2026). Utilization of AI and Information Technology in the World of Education to Increase Learning Efficiency and Creativity. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 355-365.

- Pasaribu, V. L. D., Saputra, R. N., Istiqomah, T. N., & Lestari, M. (2026). Evaluation of Student Readiness in Facing the Transition to Post-Vocational School Life, Between the World of Work and the World of Higher Education. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 410-420.
- Pasaribu, V. L. D., Utomo, M. R. A., Ridwan, M., & Rizaldi, M. (2026). Socialization and Education on Clean and Healthy Lifestyle Patterns (PHBS) in Schools and Households. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 430-437.
- Pasaribu, V. L. D., Saputra, A. A., Alfaris, R., & AS, N. I. F. (2026). The Influence of Social Media Use on Free Association in School Environments. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 377-389.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, A. S., Lestari, A., & Wahyuni, S. P. (2026). Household Waste Management Training Towards a Clean and Healthy Environment. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 366-376.
- Pasaribu, V. L. D., Dwitama, M. C. A., Simanullang, S. A., & Putri, D. R. (2026). Utilization of AI (Artificial Intelligence) in Teaching and Learning Activities for Students of Nurul Iksan Islamic Boarding School in Momonggor Village. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 485-496.
- Pasaribu, V. L. D., Sholeh, M. I., Fitriani, P., & Gustiansyah, M. F. (2026). Optimizing Investment Portfolios with Mutual Funds and Stocks: Strategies for Optimizing Investment Portfolios by Combining Mutual Funds and Stocks. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 421-429.
- Pasaribu, V. L. D., Syaukani, M. H., Saputra, M. R., & Andrean, R. (2026). The Role of Leadership in Creating a Positive and Collaborative Learning Environment. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 438-445.
- Pasaribu, V. L. D., Fatawi, A., Sumarno, K. R. P., & Ulya, N. K. (2026). Utilization of Social Media as a Means of Promoting Products Created by Students of Al-Hidayah Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 400-409.
- Covey, S. R. (1989). *The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change*. Free Press.
- Cirillo, F. (2006). *The Pomodoro Technique*. Francesco Cirillo.
- Koch, R. (1999). *The 80/20 Principle: The Secret to Achieving More with Less*. Doubleday.
- Lakein, A. (1973). *How to Get Control of Your Time and Your Life*. P.H. Wyden.
- Tracy, B. (2007). *Eat That Frog!: 21 Great Ways to Stop Procrastinating and Get More Done in Less Time*. Berrett-Koehler Publishers.
- Wicaksono, D., & Lestari, A. (2020). "Tantangan Manajemen Waktu di Indonesia: Studi Kasus pada Pekerja Kantoran". *Jurnal Produktivitas Indonesia*, 8(2), 45-56.

Suryani, N. A., & Fitriana, R. (2018). "Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Kinerja Pegawai pada Lembaga Pendidikan di Yogyakarta". *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 12-19.

Rahayu, T., & Supriadi, E. (2021). "Efektivitas Teknik Manajemen Waktu pada Mahasiswa untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik". *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 5(3), 134-142.