



URGENT VS IMPORTANT: MENEMUKAN PRIORITAS SEHAT DALAM HIDUP SISWA

^{1*}Aura Amelia Putri, ²Nabila Dwi Putriana, ³Sherli Wiandini

Universitas Pamulang, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia
auraameliaputri27@gmail.com¹, nabiladwiputri41@gmail.com²,
wiaandinisherli474@gmail.com³

Abstrak

Siswa di era modern menghadapi berbagai tuntutan akademik dan non-akademik yang semakin kompleks. Tugas sekolah, ujian, kegiatan organisasi, hingga tekanan sosial sering kali datang secara bersamaan sehingga membuat siswa kesulitan dalam menentukan prioritas. Banyak siswa cenderung lebih fokus pada aktivitas yang bersifat mendesak (urgent) dibandingkan aktivitas yang benar-benar penting (important). Kondisi ini berpotensi menimbulkan stres, kelelahan mental, serta ketidakseimbangan antara kehidupan akademik dan kesejahteraan diri. Penulisan artikel ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai perbedaan konsep urgent dan important serta mendorong penerapan prioritas yang sehat dalam kehidupan sehari-hari. Metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif melalui studi literatur, observasi sederhana, serta diskusi reflektif terkait aktivitas harian siswa. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa pemahaman konsep urgent dan important dapat membantu siswa mengelola waktu dengan lebih efektif, mengurangi tekanan psikologis, serta meningkatkan kualitas hidup. Dengan demikian, penerapan prioritas yang sehat diharapkan mampu membentuk siswa yang lebih produktif, seimbang, dan berdaya tahan terhadap stres akademik.

Kata Kunci: Urgent, Important, Prioritas, Manajemen Waktu, Siswa

Abstract

Modern students face increasingly complex academic and non-academic demands. School assignments, examinations, organizational activities, and social pressures often occur simultaneously, making it difficult for students to determine priorities. Many students tend to focus more on urgent tasks rather than important ones. This condition can lead to stress, mental fatigue, and imbalance between academic life and personal well-being.

This article aims to enhance students' understanding of the difference between urgent and important concepts and to encourage healthy prioritization in daily life. The method used is a descriptive approach through literature review, simple observation, and reflective discussions on students' daily activities. The results indicate that understanding urgent and important concepts helps students manage time more effectively, reduce psychological pressure, and improve overall quality of life. Therefore, healthy prioritization is expected to shape students into more productive, balanced, and resilient individuals.

Keywords: Urgent, Important, Priority, Time Management, Students

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman membawa perubahan besar dalam kehidupan siswa, terutama dalam hal tuntutan akademik dan sosial. Siswa tidak hanya dituntut untuk

berprestasi secara akademik, tetapi juga aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler, organisasi, serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang dinamis. Kondisi tersebut sering kali membuat siswa merasa memiliki banyak kewajiban yang harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas.

Dalam situasi tersebut, siswa cenderung memprioritaskan tugas-tugas yang memiliki tenggat waktu dekat atau tekanan langsung, meskipun belum tentu tugas tersebut memiliki dampak jangka panjang. Akibatnya, aktivitas yang sebenarnya penting seperti menjaga kesehatan mental, merencanakan pembelajaran jangka panjang, dan pengembangan diri sering kali terabaikan. Hal ini menunjukkan adanya kesalahan dalam menentukan prioritas.

Konsep *urgent vs important* menjadi sangat relevan dalam membantu siswa memahami cara mengelola waktu dan energi secara bijak. Dengan memahami perbedaan kedua konsep tersebut, siswa diharapkan mampu menyusun prioritas secara lebih sehat sehingga tidak hanya fokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada keseimbangan hidup secara keseluruhan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan **Pengabdian kepada Masyarakat (PKM)** yang dilaksanakan oleh Universitas Pamulang di **Sekolah SMK Dharma Karya Jakarta** pada **20 November 2025**. Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi mengenai penerapan konsep *Urgent vs Important* secara praktis dalam kehidupan siswa. Tim pelaksana terdiri dari **Aura Amelia Putri** sebagai penulis pertama, **Nabila Dwi Putriana** sebagai penulis kedua, dan **Sherli Wiandini** sebagai penulis ketiga, dengan pendampingan dosen **Widya Candra Dewi, S.E., M.M.** Kegiatan melibatkan siswa sebagai peserta utama yang menjadi sasaran edukasi mengenai prioritas yang *urgent* dan *important*.

Hasil kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini, Universitas Pamulang berupaya memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya manajemen waktu yang efektif dan kesehatan mental. Dan menunjukkan bahwa pemahaman siswa terhadap konsep prioritas yang sehat dapat membantu mengurangi tekanan akademik serta meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan, serta membentuk kebiasaan hidup yang lebih seimbang dan produktif.



Gambar 1. Presentasi

Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi:

Persiapan: Tahap persiapan dilakukan dengan merumuskan desain kegiatan berdasarkan tema "*Urgent vs Important: Menemukan Prioritas Sehat dalam Hidup Siswa*". Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah guna menentukan waktu pelaksanaan, sasaran peserta, serta teknis kegiatan. Tim pelaksana menyusun materi yang berkaitan dengan konsep *urgent* dan *important* dalam manajemen waktu, penentuan prioritas, serta implikasinya terhadap keseimbangan kehidupan dan kesehatan mental siswa.

Penyampaian Materi: Tahap penyampaian materi dilaksanakan melalui metode pemaparan interaktif yang bertujuan memberikan pemahaman konseptual mengenai perbedaan antara aktivitas yang bersifat mendesak (*urgent*) dan aktivitas yang bersifat penting (*important*). Materi disajikan dengan mengaitkan kondisi nyata yang dihadapi siswa, khususnya dalam konteks tuntutan akademik, kegiatan nonakademik, serta pengelolaan waktu sehari-hari.

Observasi dan Diskusi: Tahap observasi dilakukan secara sederhana untuk mengidentifikasi pola pengelolaan waktu dan penentuan prioritas yang diterapkan oleh siswa. Observasi dilaksanakan melalui diskusi terarah dan partisipatif, sehingga memungkinkan siswa untuk mengemukakan pengalaman, kendala, serta tekanan yang dialami akibat dominasi aktivitas yang bersifat mendesak. Diskusi ini berfungsi sebagai sarana eksplorasi data kualitatif terkait pemahaman dan praktik manajemen waktu siswa.

Evaluasi: Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai tingkat pemahaman dan respons siswa terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Evaluasi diperoleh melalui refleksi tertulis dan umpan balik peserta, yang selanjutnya dianalisis secara deskriptif kualitatif. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menilai efektivitas kegiatan serta sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan program serupa di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan judul "*Urgent vs Important: Menemukan Prioritas Sehat dalam Hidup Siswa*" di SMK Dharma Karya berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari para siswa. Peserta terlihat antusias mengikuti penyampaian materi serta aktif dalam sesi diskusi dan refleksi yang dilakukan selama kegiatan berlangsung.

Beberapa hasil utama yang dicapai antara lain:

- **Peningkatan Pemahaman Konsep Urgent dan Important**
Siswa mulai memahami perbedaan antara aktivitas yang bersifat mendesak (*urgent*) dan aktivitas yang bersifat penting (*important*). Pemahaman ini membantu siswa menyadari bahwa tidak semua tugas dengan tekanan waktu tinggi harus selalu diprioritaskan dibandingkan aktivitas yang berdampak jangka panjang.
- **Perbaikan Pola Manajemen Waktu Siswa**
Setelah mendapatkan pendampingan, siswa menunjukkan peningkatan kemampuan dalam menyusun skala prioritas kegiatan sehari-hari. Siswa mulai mampu mengatur waktu belajar, istirahat, serta aktivitas pribadi secara lebih seimbang.
- **Peningkatan Kesadaran terhadap Kesehatan Mental**

Siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kondisi mental dengan menghindari penumpukan tugas dan tekanan akademik yang berlebihan. Konsep prioritas sehat membantu siswa mengurangi rasa stres, kelelahan, dan kewalahan dalam menjalani aktivitas sekolah.

- **Penerapan Praktis dalam Kehidupan Sehari-hari**

Melalui diskusi reflektif, siswa mampu merumuskan langkah sederhana yang dapat langsung diterapkan, seperti membuat daftar prioritas harian, membatasi aktivitas yang kurang bermanfaat, serta meluangkan waktu untuk istirahat dan pengembangan diri.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, masih terdapat beberapa tantangan yang ditemukan, di antaranya kebiasaan lama siswa yang cenderung mengutamakan tugas mendesak serta keterbatasan konsistensi dalam menerapkan manajemen waktu berbasis prioritas. Oleh karena itu, diperlukan pendampingan lanjutan agar pemahaman mengenai konsep *urgent* dan *important* dapat diterapkan secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan di **SMK Dharma Karya Jakarta**, dapat disimpulkan bahwa siswa masih menghadapi kesulitan dalam membedakan aktivitas yang bersifat mendesak (*urgent*) dan aktivitas yang bersifat penting (*important*). Siswa cenderung lebih fokus pada tugas dengan tekanan waktu tinggi, sehingga sering mengabaikan aktivitas penting yang berdampak jangka panjang terhadap keseimbangan hidup dan kesehatan mental.

Pemberian edukasi mengenai konsep *urgent vs important* terbukti membantu siswa dalam memahami pentingnya pengelolaan waktu dan penentuan prioritas yang sehat. Siswa mulai menyadari bahwa keberhasilan belajar tidak hanya ditentukan oleh kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu, tetapi juga oleh kemampuan menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik, waktu istirahat, dan pengelolaan stres. Pemahaman ini mendorong siswa untuk lebih bijak dalam mengatur aktivitas sehari-hari. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan di SMK Dharma Karya Jakarta menunjukkan bahwa siswa masih mengalami kesulitan dalam membedakan aktivitas yang bersifat mendesak (*urgent*) dan aktivitas yang bersifat penting (*important*). Siswa cenderung memprioritaskan tugas dengan tekanan waktu tinggi sehingga mengabaikan aktivitas penting yang berdampak jangka panjang terhadap keseimbangan hidup dan kesehatan mental.

Beberapa kesimpulan utama dari kegiatan ini antara lain:

- **Pentingnya Edukasi Manajemen Waktu Berkelanjutan**

Pemahaman mengenai konsep *urgent* dan *important* perlu terus diperkuat agar siswa mampu menerapkannya secara konsisten dalam aktivitas akademik maupun kehidupan pribadi.

- **Penguatan Kesadaran Kesehatan Mental Siswa**

Penentuan prioritas yang sehat berperan penting dalam mengurangi stres dan kelelahan, sehingga perlu didukung oleh lingkungan sekolah yang peduli terhadap kesejahteraan mental siswa.

- **Peran Sekolah dalam Mendukung Penerapan Prioritas Sehat**

Dukungan guru dan pihak sekolah sangat dibutuhkan untuk membimbing siswa

dalam menerapkan manajemen waktu yang seimbang dan produktif.

- **Dampak Positif terhadap Produktivitas dan Keseimbangan Hidup**

Penerapan konsep *urgent vs important* diharapkan mampu membantu siswa menjalani kehidupan yang lebih teratur, sehat, dan produktif, baik dalam konteks akademik maupun pengembangan diri.



Gambar 2. Foto Bersama

DAFTAR PUSTAKA

- Masruroh, I. F., Asri, D. N., & Setijarini, E. (2025). *Peningkatan kesadaran pentingnya manajemen waktu belajar melalui layanan bimbingan klasikal di SMA Negeri 2 Madiun*. Jurnal Media Akademik (JMA).
- Antika Sari, P. S., Hidayah, F. N., Irfandi, A. T., Septiyantoro, N. A., & Yuniarti, I. N. (2025). *Pemberdayaan siswa melalui edukasi manajemen waktu*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa (JPMBA).
- Fakhrina, Z. F., & Haryati, T. (2023). *Hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMAN 6 Tangerang*. Jurnal Ilmiah Global Education (JIGE).
- Mandasari, F., Ardi, Z., Nurfarhanah, & Zahri, T. N. (2025). *Manajemen waktu belajar siswa ditinjau dari jenis kelamin dan tingkatan kelas*. SIBATIK Journal.
- Rahma A., & Putri, D. R. (2025). *Manajemen waktu untuk kurangi stres akademik siswa MAN 2 Surakarta*. PROFICIO: Jurnal Abdimas FKIP UTP.
- Rahman, W. A., Susilo, A. T., & Dewantoro, A. (2022). *Pengembangan modul manajemen diri untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu siswa SMA*. Jurnal Psikoedukasi dan Konseling (JPK).