

## **Planning The Future and Achieving Success Through Self-Management (Merencanakan Masa Depan dan Mencapai Kesuksesan Melalui Manajemen Diri) Pada Siswa Kelas XII SMA**

Defri Rahman<sup>1</sup>, Sopi Sapriadi<sup>2</sup>, Fitratur Rahmah Agustina<sup>3</sup>, Mutia Alius<sup>4</sup>, Sultani<sup>5</sup>  
Universitas Adzkia<sup>1,2,3,4,5</sup>

E-mail: [defri rahman@adzkia.ac.id](mailto:defri rahman@adzkia.ac.id)<sup>1</sup>

### **ABSTRAK**

Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu aspek penting dari Tri Dharma Perguruan Tinggi. Melalui pengabdian kepada masyarakat, Perguruan Tinggi bisa menjadi Menara air yang siap menyebarkan ilmu pengetahuan dan teknologi serta berkontribusi secara aktif dalam kehidupan masyarakat. Generasi Z yang merupakan kelompok individu yang lahir antara tahun 1997 dan 2012, memegang peran penting dalam merencanakan masa depan mereka sendiri dan mencapai kesuksesan melalui pengelolaan diri. kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi Gen Z dalam hal ini adalah Siswa SMA Kelas XII untuk merencanakan masa depan dan mencapai kesuksesan melalui pengelolaan diri. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Hasil dari pelaksanaan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dari Siswa SMA Kelas XII SMA Negeri 5 Payakumbuh. Sehingga siswa dapat membuat perencanaan untuk masa depannya.

**Kata kunci : Gen Z, Manajemen Diri**

### **ABSTRACT**

Community service is one of the important aspects of the Tri Dharma of Higher Education. Through community service, universities can become water towers ready to disseminate knowledge and technology and actively contribute to community life. Generation Z, which consists of individuals born between 1997 and 2012, plays a crucial role in planning their own futures and achieving success through self-management. This community service activity aims to educate Gen Z, specifically 12th-grade high school students, on planning their future and achieving success through self-management. The methods used in implementing this community service include lectures, discussions, and question-and-answer sessions. The results of this activity can enhance the knowledge of 12th-grade students at State Senior High School 5 Payakumbuh, enabling them to make plans for their future.

**Keyword : Gen Z, Self-management**

### **1. PENDAHULUAN**

Generasi Z yang merupakan kelompok individu yang lahir antara tahun 1997 dan 2012, memegang peran penting dalam merencanakan masa depan mereka sendiri dan mencapai kesuksesan melalui pengelolaan diri. Sebagai generasi yang tumbuh di tengah-tengah teknologi yang berkembang pesat, mereka memiliki akses ke informasi lebih dari sebelumnya, tetapi juga dihadapkan

pada tantangan baru yang membutuhkan keahlian yang unik dalam merencanakan masa depan. (Haq & Noorrizki, 2022)

Pentingnya Gen Z dalam merencanakan masa depan terletak pada fakta bahwa mereka adalah generasi yang akan menghadapi dampak dari perubahan global yang sedang terjadi, seperti perubahan iklim, globalisasi ekonomi, dan revolusi teknologi. Oleh karena itu, kemampuan mereka untuk merencanakan langkah-langkah masa depan yang

adaptif dan berkelanjutan sangatlah vital dalam menghadapi kompleksitas dunia modern. (Fajriyanti et al., 2023)

Dalam mengelola diri mereka sendiri, Gen Z dihadapkan pada tekanan dari berbagai arah, mulai dari ekspektasi sosial dan akademis hingga tekanan untuk menemukan karir yang memuaskan. Kemampuan mereka untuk mengelola stres, menetapkan prioritas, dan tetap fokus pada tujuan mereka akan sangat mempengaruhi keberhasilan mereka di masa depan. (Sekar Arum et al., 2023)

Gen Z juga memiliki potensi besar untuk memanfaatkan teknologi dalam pengelolaan diri mereka. Dengan adopsi teknologi yang cepat, mereka dapat mengakses aplikasi dan alat online yang dirancang khusus untuk membantu mereka mengatur waktu, mengelola keuangan, dan memantau kemajuan mereka terhadap tujuan mereka. Namun demikian, Gen Z juga dihadapkan pada tantangan baru dalam hal keseimbangan antara kehidupan digital dan kehidupan nyata. Sementara teknologi dapat menjadi alat yang berguna dalam pengelolaan diri, penggunaan yang berlebihan juga dapat menyebabkan gangguan, kecanduan, dan kesulitan dalam berinteraksi secara langsung dengan orang lain. (Ghafara et al., 2023)

Keterlibatan Gen Z dalam proses merencanakan masa depan dan pengelolaan diri mereka sendiri juga penting untuk memberikan rasa kepemilikan dan motivasi intrinsik. Dengan memberikan mereka kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam pembuatan keputusan yang memengaruhi masa depan mereka, kita dapat memotivasi mereka untuk mengambil tanggung jawab atas kehidupan mereka sendiri dan meraih potensi maksimal mereka. (Nani et al., 2021)

Dengan memperkuat kesadaran akan pentingnya merencanakan masa depan dan mengelola diri sendiri di kalangan Gen Z, kita dapat membantu mereka

membangun fondasi yang kuat untuk kesuksesan masa depan mereka. Ini tidak hanya akan memberikan manfaat bagi individu, tetapi juga untuk masyarakat secara keseluruhan, karena Gen Z adalah pemimpin masa depan yang akan membentuk dunia yang kita tinggali (Zis et al., 2021). Tujuan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengedukasi Gen Z dalam hal ini adalah Siswa SMA Kelas XII untuk merencanakan masa depan dan mencapai kesuksesan melalui pengelolaan diri.

## 2. METODOLOGI

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 17 Januari 2024 pada pukul 07.30 sampai pukul 09.00 di SMA Negeri 5 Payakumbuh. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini memakai metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab (Rahman et al., 2023).

Adapun manfaat secara umum yang diperoleh peserta setelah kegiatan ini dilaksanakan adalah dalam rangka meningkatkan pengetahuan, kemampuan, dan kesadaran Gen Z dalam hal ini Siswa SMA Kelas XII untuk merencanakan masa depan dan mencapai kesuksesan melalui pengelolaan diri.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan cara ceramah, diskusi dan Ice Breaking. Langkah-langkah dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Peserta pelatihan diberikan materi terkait merencanakan masa depan dan mencapai kesuksesan melalui pengelolaan diri. Dalam hal ini peserta diberikan kesempatan untuk mendiskusikan materi yang telah diberikan.



Gambar 1: Penyampaian Materi

2. Dilanjutkan dengan tanya jawab.



Gambar 2: Siswa Bertanya

### 3.1. Pentingnya Merencanakan Masa Depan

Merencanakan masa depan merupakan aspek penting dalam kehidupan individu yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Pertama-tama, merencanakan masa depan memberikan arah dan tujuan yang jelas bagi seseorang. Dengan memiliki visi tentang apa yang ingin mereka capai di masa depan, individu dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai tujuan tersebut. Selain itu, merencanakan masa depan

membantu seseorang untuk fokus dan memprioritaskan aktivitas mereka. Dengan menetapkan tujuan jangka panjang dan pendek, seseorang dapat mengalokasikan waktu, energi, dan sumber daya mereka dengan lebih efisien, menghindari pemborosan waktu pada hal-hal yang tidak mendukung pencapaian tujuan mereka. (Nurmalasari & Erdiantoro, 2020)

Merencanakan masa depan juga memungkinkan seseorang untuk mengantisipasi dan mengatasi hambatan yang mungkin muncul di perjalanan mereka. Dengan merencanakan langkah-langkah alternatif dan mengembangkan strategi cadangan, individu dapat lebih siap menghadapi tantangan dan mengatasi rintangan yang mungkin muncul. (Putri et al., 2023)

Selain itu, merencanakan masa depan memberikan rasa kontrol dan kepercayaan diri kepada seseorang atas kehidupan mereka. Dengan memiliki rencana yang terstruktur, individu merasa lebih yakin dalam menghadapi ketidakpastian masa depan dan memiliki kendali atas arah hidup mereka. Merencanakan masa depan juga penting dalam mempersiapkan keuangan seseorang. Dengan menetapkan tujuan keuangan jangka panjang, seperti menabung untuk pendidikan, rumah, atau pensiun, seseorang dapat mengelola keuangan mereka dengan lebih bijaksana dan menghindari kesulitan keuangan di masa depan. Selain manfaat pribadi, merencanakan masa depan juga berdampak positif pada masyarakat secara keseluruhan. Individu yang memiliki rencana yang jelas untuk masa depan cenderung lebih produktif dan berkontribusi lebih besar pada masyarakat, baik melalui karir mereka, keterlibatan sosial, atau kontribusi lainnya. (Masturina, 2018)



### 3.2. Strategi Mencapai Kesuksesan

Ada berbagai strategi yang dapat membantu seseorang mencapai kesuksesan dalam kehidupan (Pratiwi, 2020):

- 1) Memiliki tujuan yang jelas dan terukur adalah kunci utama. Ini melibatkan menetapkan tujuan jangka pendek dan jangka panjang yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatasan waktu (SMART). Dengan memiliki tujuan yang jelas, seseorang dapat fokus pada langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapainya.
- 2) Konsistensi dan disiplin sangat penting. Konsistensi dalam tindakan sehari-hari membantu membangun kebiasaan yang positif dan menciptakan momentum menuju kesuksesan. Disiplin diperlukan untuk tetap berkomitmen pada tujuan dan mengatasi rintangan atau godaan yang mungkin muncul di sepanjang jalan.
- 3) Pengembangan keterampilan dan pengetahuan juga krusial. Terus-menerus belajar dan meningkatkan diri dalam bidang yang relevan dengan tujuan dapat meningkatkan kompetensi dan daya saing seseorang di pasar kerja atau dalam usaha mereka sendiri.
- 4) Kemampuan untuk mengelola waktu dengan efisien juga merupakan strategi penting dalam mencapai kesuksesan. Ini melibatkan menetapkan prioritas yang jelas, menghindari pemborosan waktu pada hal-hal yang tidak penting, dan menggunakan waktu dengan bijaksana untuk melakukan tugas-tugas yang mendukung tujuan.
- 5) Jaringan sosial dan hubungan interpersonal juga memainkan peran penting dalam mencapai kesuksesan. Membangun hubungan yang baik dengan orang lain dapat membuka pintu untuk peluang baru, memberikan dukungan dan dorongan,

dan memberikan akses kepada sumber daya yang berharga.

### 3.3. Manajemen Diri

Manajemen diri merupakan keterampilan yang penting untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan personal dan profesional seseorang. Pertama-tama, manajemen diri melibatkan kemampuan untuk mengatur waktu dengan efektif. Ini meliputi membuat jadwal yang terorganisir, menetapkan prioritas, dan mengalokasikan waktu secara proporsional untuk berbagai tugas dan aktivitas. (Asim, 2016)

Selanjutnya, manajemen diri juga melibatkan kemampuan untuk mengatur emosi dan stres. Ini termasuk mengembangkan kesadaran diri yang baik, mengenali dan mengelola emosi dengan sehat, dan mengambil langkah-langkah untuk menjaga kesejahteraan mental dan emosional. (Fricticarani et al., 2023)

Selain itu, manajemen diri melibatkan pengaturan tujuan yang jelas dan terukur. Ini melibatkan menetapkan tujuan yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatasan waktu (SMART), serta mengembangkan rencana tindakan yang konkret untuk mencapainya. Manajemen diri juga melibatkan kemampuan untuk mengelola energi secara efisien. Ini mencakup memperhatikan pola tidur, istirahat yang cukup, pola makan yang sehat, dan berbagai kegiatan yang memelihara kesehatan fisik dan mental. (Pratiwi, 2020)

Selanjutnya, manajemen diri juga melibatkan kemampuan untuk mengelola prokrastinasi dan meningkatkan produktivitas. Ini termasuk mengidentifikasi penyebab prokrastinasi, mengembangkan strategi untuk mengatasinya, dan menciptakan lingkungan kerja yang

mendukung produktivitas. (Putri et al., 2023)

Manajemen diri juga membutuhkan kemampuan untuk mengelola hubungan dan berkomunikasi dengan efektif. Ini melibatkan pengembangan keterampilan komunikasi yang baik, kemampuan untuk bernegosiasi dan berkolaborasi dengan orang lain, serta kemampuan untuk menyelesaikan konflik dengan bijaksana. Manajemen diri adalah keterampilan yang kompleks dan penting yang memungkinkan seseorang untuk mengelola diri mereka sendiri secara efektif, mencapai tujuan yang ditetapkan, dan menghadapi tantangan dengan percaya diri dan kesuksesan. (Masturina, 2018)

#### 4. KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyampaian materi terkait merencanakan masa depan dan mencapai kesuksesan melalui manajemen diri yang diselenggarakan oleh Tim Universitas Adzkie. Ditemukan adanya peningkatan pengetahuan dari Siswa SMA Kelas XII SMA Negeri 5 Payakumbuh. Sehingga siswa dapat membuat perencanaan untuk masa depannya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asim, T. M. (2016). Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Journal of Educational Science and Technology (EST)*, 2(2), 105. <https://doi.org/10.26858/est.v2i2.2563>
- Fajriyanti, Y., Handayani Rahmah, A., & Ulfa Eka Hadiyanti, S. (2023). Analisis Motivasi Kerja Generasi Z Yang Dipengaruhi Oleh Lingkungan Kerja dan Komitmen Kerja. *Journal of Trends Economics and Accounting Research*, 4(1), 107–115. <https://doi.org/10.47065/jtear.v4i1.808>
- Fricitarani, A., Hayati, A., R., Hoironisa, I., & Rosdalina, G. M. (2023). Strategi Pendidikan Untuk Sukses Di Era Teknologi 5.0. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dan Teknologi Informasi (JIPTI)*, 4(1), 56–68. <https://doi.org/10.52060/pti.v4i1.1173>
- Ghafara, S. T., Jalinus, N., Ambiyar, A., Waskito, W., & Rizal, F. (2023). Pembelajaran Menggunakan TIK dapat Meningkatkan Literasi Peserta Didik Generasi Z Pada Kurikulum Merdeka. *Jurnal SAINTIKOM (Jurnal Sains Manajemen Informatika Dan Komputer)*, 22(2), 241. <https://doi.org/10.53513/jis.v22i2.8503>
- Haq, R. L. A., & Noorrizki, R. D. (2022). Perilaku Preferensi Menjadi Pengangguran oleh Milenial dan Gen Z dalam Karir Dan Pekerjaan. *Flourishing Journal*, 2(5), 384–391. <https://doi.org/10.17977/um070v2i52022p384-391>
- Masturina, D. (2018). Pengaruh Kompetensi Diri Dan Kepercayaan Diri Terhadap Perencanaan Karir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 198–205. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4558>
- Nani, D. A., Ahluwalia, L., & Novita, D. (2021). Pengenalan Literasi Keuangan Dan Personal Branding Di Era Digital Bagi Generasi Z Di Smk Pgri 1 Kedondong. *Journal of Social Sciences and Technology for Community Service (JSSTCS)*, 2(2), 43. <https://doi.org/10.33365/jsstcs.v2i2.1313>
- Nurmalasari, Y., & Erdiantoro, R. (2020). Perencanaan Dan Keputusan Karier: Konsep Krusial Dalam Layanan BK Karier. *Quanta*, 4(1), 44–51. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>
- Pratiwi, S. N. (2020). Manajemen Strategi Sumber Daya Manusia Pendidikan Di Era 4.0. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 6(1), 109–114. <https://doi.org/10.30596/edutech.v6i1.4403>
- Putri, C. A., Siregar, F. A., & Lubis, A. rasyicha. (2023). PERENCANAAN DAN PEMINATAN INDIVIDU DALAM MANAGEMEN BIMBINGAN KONSELING. *Liberosis : Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 1–19.

- Rahman, D., Fachri, A., Adevia, J., Farrasky, M., Putra, D., Siregar, M. S., & Verinda, O. (2023). Cakrawala : Jurnal Pengabdian Masyarakat Global Pemanfaatan Lahan Pekarangan melalui Tanaman Pakcoy ( Brassica Rapa Subsp . Chinensis ) untuk Mendukung Ketahanan Pangan Keluarga Utilization of Yard Land through Pakcoy Plants ( Brassica Rapa Subsp . Chinen. *Cakrawala: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 2(4).
- Sekar Arum, L., Amira Zahrani, & Duha, N. A. (2023). Karakteristik Generasi Z dan Kesiapannya dalam Menghadapi Bonus Demografi 2030. *Accounting Student Research Journal*, 2(1), 59–72. <https://doi.org/10.62108/asrj.v2i1.5812>
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021). Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial dan Generasi Z di Era Digital. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69–87. <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i1.15550>

