

Pengurusan dan Kawalan Diri Berasaskan Jam Pembelajaran Pelajar (JPP) untuk Pelajar Universiti:
 Konsep dan Pelaksanaan
 (*Management and Self-Control Based on Student Learning Time (SLT) for University Students:
 Concept and Implementation*)

AFANDI AHMAD*, SHAMSUL MOHAMAD, SHAKILA AHMAD & MUHAMMAD MUZAKKIR
 MOHD NADZRI

ABSTRAK

Berada di universiti memerlukan pelajar bukan sahaja bertanggungjawab menyelesaikan semua keperluan akademik, malah perlu juga berusaha keras ke arah merealisasi hasrat semua pemegang taruh untuk melahirkan graduan yang holistik. Dengan jangkaan yang tinggi ini, pelajar perlu mengurus dan mengawal diri secara bijaksana, selari dengan sistem kredit dan semester yang diamalkan di universiti. Artikel ini mengemukakan perincian konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan Jam Pembelajaran Pelajar (JPP). Dengan konsep JPP, pelajar memahami bahawa komitmen perlu diberikan berdasarkan kredit yang diambil. Pelajar juga berupaya menyusun jadual pengurusan dan kawalan diri secara sistematik, boleh diukur dan seimbang, tanpa mengabaikan kesejahteraan diri masing-masing. Untuk pemutus dasar, pembangun kurikulum dan pensyarah, artikel ini membantu dalam memperkaya kefahaman terhadap kepentingan konsep JPP dalam mengimbangnya tahap kebaruan dan kedalaman kursus, kaedah penyampaian dan pentaksiran yang dirancang. Konsep JPP turut menyokong amalan pendidikan berasaskan hasil yang mencерap secara keseluruhan keberhasilan pencapaian pelajar, kursus dan program. Artikel ini juga mengupas realiti cabaran yang berlaku serta mencadangkan kerja pada masa hadapan untuk dikembangkan demi impak yang lebih menyeluruh.

Kata kunci: jam pembelajaran pelajar, pengurusan masa, keberhasilan pelajar

ABSTRACT

Being in a university requires students not only to be responsible for completing all academic requirements but also to work hard towards realising the expectations of all stakeholders to produce holistic graduates. Given this, students need to manage and control themselves wisely, in line with the university's credit and semester system practised. This article presents details of the concept of management and self-control based on Student Learning Time (SLT). With SLT, students understand that commitment must be based on the credits enrolled. Students can also organise a schedule of management and self-control in a systematic, measurable and balanced manner without neglecting their well-being. For policymakers, curriculum developers and lecturers, this article assists in enlightening the importance of the SLT in balancing the breadth and depth of the course, delivery methods and planned assessment. The SLT concept also supports outcomes-based education practices that look at the overall outcomes of student achievement, courses and programs. Additionally, this article also examines the reality of the challenges and suggests future work to be developed for a more comprehensive impact.

Keywords: student learning time, time management, students outcome

PENGENALAN

Mengurus perubahan peralihan pelajar dari sistem persekolahan kepada pengajian tinggi memerlukan penelitian yang mendalam. Dalam konteks pengurusan diri pelajar di menara gading, sebilangan menganggap hal ini adalah klise, disebabkan wujud tanggapan bahawa kumpulan pelajar yang berada di universiti telah matang dan mahir dalam menguruskan keperluan diri masing-masing.

Walaupun begitu, jangkaan yang kian hebat terhadap kemenjadian pelajar di menara gading bukan lagi suatu rahsia. Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (Pendidikan Tinggi) (PPPM-PT) 2015 – 2025 meletakkan agenda “Graduan Holistik, Berciri Keusahawanan dan Seimbang” sebagai lonjakan pertamanya (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2015). Penetapan ini jelas menunjukkan betapa besar hasrat yang digagaskan untuk melihat negara memiliki modal insan graduan universiti yang bersifat menyeluruh serta mampu membawa kesejahteraan sejagat.

Namun begitu, mengimbangi antara harapan dan cabaran ke arah merealisasikan agenda kemenjadian mahasiswa bukanlah sekadar slogan populis semata-mata. Selain daripada cabaran pasaran kerjaya yang semakin kompleks, perubahan gaya belajar lantaran perubahan teknologi yang berkembang pesat juga semakin menambahkan kerumitan (Bonfield et al., 2020).

Justeru, demi memenuhi tuntutan yang semakin mencapah dalam tempoh terhad berada di universiti, formula pengurusan dan kawalan diri yang efisien amat diperlukan dalam kalangan pelajar. Tanpa perancangan dan pelan tindakan yang tersusun, dibimbangi pelajar hanya menjadi penumpang yang mengikut arus semata-mata pada sepanjang tempoh berada di universiti. Kelak setelah selesai tempoh pengajiannya, yang dilahirkan hanyalah sumber manusia yang penuh kelesuan (Fajaryati et al., 2020). Antara isunya ialah tidak memiliki set minda global, tidak berupaya menyelesaikan masalah yang kompleks, masih berdepan dengan kecelaruan komunikasi lisan dan bertulis serta pelbagai lagi isu yang menghadkan potensi dan peluang pelajar, bukan sahaja untuk pasaran global, malah domestik juga.

Untuk membolehkan pelajar menggembeng daya usaha untuk terus belajar dan memperbaiki diri semasa berada di universiti, keupayaan pengurusan dan kawalan diri adalah kunci yang utama. Perkara ini juga amat berkaitan dengan kerangka kompetensi pembangunan holistik pelajar yang dikemukakan oleh Chan dan Jeung (2020). Kerangka ini menjelaskan faktor ke arah melahirkan pelajar yang holistik

merujuk kepada elemen keperibadian pelajar, motif pembelajaran, pengalaman sebenar pembelajaran, persepsi dan interpretasi pelajar terhadap pengalaman, pendekatan pelajar terhadap proses pembelajaran serta hasil akhir yang dijangkakan (Chan & Yeung, 2020).

Namun begitu, menyedari hakikat bahawa setiap manusia memiliki masa yang sama iaitu 24 jam sehari, berupayakah pelajar di universiti menyusun aktiviti akademik seharian dengan berkesan? Mampukah pelajar melibatkan diri dalam kegiatan luar kuliah yang amat penting dalam membina jati diri untuk mengembangkan potensi mereka? Atau mungkinkah pelajar masih terperangkap dalam sindrom 4K (katil, kafeteria, kuliah, komputer) yang terus membelenggu mereka (Hamid, 2016)?

Justeru, artikel ini membentangkan konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan jam pembelajaran pelajar (JPP) (Mohamed, 2016) yang berkait rapat dengan sistem kredit dan semester di universiti. Artikel ini berpotensi memberi manfaat kepada:

- i. seluruh pelajar di universiti tanpa mengira tahun pengajian, khususnya pelajar baharu yang melalui fasa perubahan dari alam persekolahan ke universiti;
- ii. pentadbir akademik dan hal ehwal pelajar sebagai alat bantu penting untuk dibentangkan kepada pelajar baharu di universiti semasa minggu orientasi;
- iii. penasihat akademik dan kerjaya (PAK) untuk memberikan syor kepada pelajar di bawah bimbingannya;
- iv. staf akademik untuk memahami konsep JPP yang mesti diambil kira dalam menyediakan tugas yang seimbang dalam konteks tahap kesukaran dan jangkaan tempoh yang diberikan; dan
- v. pemutus dasar dan pembangun kurikulum akademik agar menetapkan polisi pembelajaran dan pengajaran (PdP), kandungan kurikulum, kaedah penyampaian dan pentaksiran, yang tepat dan berpadanan dengan kelebaran dan kedalaman kursus bersama JPP yang diperlukan.

Artikel ini merangkumi empat (4) bahagian, dimulakan dengan kajian perpustakaan yang menghuraikan sorotan kajian terdahulu terhadap konsep pengurusan dan kawalan diri dalam kalangan pelajar universiti serta kepentingannya. Bahagian berikutnya menjelaskan cabaran dan keperluan yang perlu dilunaskan oleh pelajar dalam tempoh berada di universiti bagi memastikan diri mereka relevan dalam mendepani realiti dunia sebenar. Penjelasan terhadap

konsep dan pelaksanaan pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP dihuraikan dalam bahagian berikutnya, dan dirumuskan dengan penegasan terhadap cabaran serta cadangan pada masa depan terhadap perkara ini.

KAJIAN PERPUSTAKAAN

Konsep pengurusan masa pelajar di universiti bukanlah perkara yang baharu. Justeru, untuk menjelaskan kepentingan artikel ini, kajian perpustakaan yang dikupas adalah menjurus kepada tiga (3) domain utama iaitu kepentingan pengurusan masa (Jackson, 2009), (Aeon et al., 2021), impak pengurusan masa terhadap pencapaian akademik pelajar di universiti (Wilson et al., 2021), (Alyami et al., 2021), (Razali et al., 2018), (Adams & Blair, 2019), (Biber et al., 2021), serta kepentingan mengurus masa berasaskan jam kuliah pelajar (Akram, 2019), (Ulriksen & Nejrup, 2020).

Pada akhir sorotan kajian perpustakaan ini akan ditunjukkan ruang sumbangan yang masih terbuka terhadap bidang tujahan artikel ini, iaitu yang berkisar terhadap kepentingan pengurusan dan kawalan diri pelajar berasaskan prinsip JPP. Ini juga secara langsung memperkukuh kepentingan artikel ini terhadap aspek pengurusan pendidikan tinggi secara makro merujuk kepada kepentingan untuk melahirkan modal insan yang holistik demi manfaat semua.

Pelan pengurusan masa dan penyusunan yang realistik boleh meningkatkan produktiviti dan kualiti hidup. Walau bagaimanapun, kemahiran ini boleh menjadi sukar untuk dibangun dan dikekalkan oleh seseorang tanpa mengira peranannya sama ada pekerja mahupun pelajar. Justeru, Jackson (2009) menggariskan elemen utama pengurusan masa iaitu penetapan matlamat, penyusunan (kerja dan masa), agihan, dan kelonggaran. Komponen ini dilihat membantu dalam membolehkan seseorang memainkan fungsinya dengan berkesan selari dengan kehidupan yang seimbang.

Perbincangan terhadap keberkesanan konsep pengurusan masa dihuraikan oleh Aeon et al. (2021) menerusi penilaian impak pengurusan masa terhadap prestasi dan kesejahteraan individu. Pengurusan masa dikupas melalui tiga (3) komponennya iaitu struktur, kawalan dan adaptasi. Hasil carian komprehensif dengan kata kunci “pengurusan masa” terhadap artikel yang berkaitan tanpa mengira lokasi sehingga tahun terkini 2019, analisa meta terhadap 158 kajian dijalankan dan diklasifikasikan kepada prestasi kerja, pencapaian akademik, kesejahteraan dan tekanan. Analisa ini merupakan sorotan yang bersifat menyeluruh dalam menilai kepentingan pengurusan masa terhadap kepuasan hidup individu.

Selain daripada kupasan konsep pengurusan masa dan komponennya, tinjauan turut dibuat terhadap kajian berkaitan pengurusan masa dalam kalangan pelajar di universiti. Kajian oleh Wilson et al. (2021) merungkai persoalan kepentingan pengurusan masa dalam konteks akademik dan sistem latihan dual ketenteraan. Kajian dijalankan menggunakan kaedah reka bentuk penilaian campuran dengan soal selidik piawai terhadap 70 orang pelajar baharu prasiswazah. Satu kumpulan kawalan diwujudkan dengan latihan terhadap pengurusan masa diberikan berbanding satu lagi kumpulan. Hasilnya mengesahkan bahawa wujud impak positif antara pengurusan masa dengan pencapaian akademik, selain turut membuktikan bahawa keupayaan mengurus masa dengan baik mengurangkan kegagalan dalam kursus yang diikuti.

Matlamat untuk mengkaji kesan pengurusan masa terhadap prestasi akademik pelajar dibincangkan oleh Alyami et al. (2021). Dengan menggunakan reka bentuk kajian berasaskan tinjauan keratan rentas, seramai 142 responden dalam kalangan pelajar jurusan teknologi radiologi terlibat. Dapatan kajian ini membuktikan bahawa tindakan membuat perancangan awal terhadap pengajian memberi impak positif terhadap pencapaian akademik mereka. Walau bagaimanapun, kurang daripada 50% responden menyatakan bahawa mereka mengambil tindakan untuk mengurus masa yang ada.

Razali et al. (2018) pula menjelaskan bahawa terdapat tiga (3) faktor yang berkait rapat dengan pengurusan masa pelajar, iaitu perancangan masa, sikap dan pembaziran. Dapatan kajiannya pula yang melibatkan 400 responden merentasi lapan (8) fakulti juga menunjukkan tiada faktor yang signifikan antara pengurusan masa terhadap jantina dan bangsa, berbanding tahun dan bidang pengajian.

Dengan menggunakan skala tingkah laku pengurusan masa, Adams dan Blair (2019) menilai tahap pengurusan masa dalam kalangan pelajar prasiswazah kejuruteraan. Analisis korelasi, regresi, dan model pengurangan digunakan untuk mengenalpasti aspek pengurusan masa yang diamalkan oleh pelajar, tingkah laku pengurusan masa yang lebih berkaitan dengan pencapaian gred yang lebih tinggi, dan sama ada pelajar yang mengamalkan kaedah pengurusan masa yang baik berupaya mencapai gred yang lebih baik. Hasil analisis menunjukkan bahawa persepsi kawalan masa pelajar adalah faktor yang mempunyai korelasi secara signifikan dengan purata nilai gred kumulatif. Secara purata juga, didapati bahawa tingkah laku pengurusan masa tidak berbeza secara signifikan merentasi jantina, umur, kelayakan masuk dan masa yang digunakan dalam program pengajian.

Kajian oleh Biwer *et al.* (2021) pula cuba mendalami cara pelajar menyesuaikan diri dengan pembelajaran jarak jauh, khususnya terhadap strategi pengurusan sumber ketika berdepan dengan pandemik COVID-19. Menerusi kaedah penyelidikan campuran, empat (4) profil adaptasi dikenalpasti merangkumi kumpulan yang “tewas”, “mengalah”, “menambahbaik” dan “mengadaptasi”, berbanding tiga (3) faktor utama iaitu usaha, perhatian dan masa. Dapatan menunjukkan bahawa kumpulan “tewas” dan “mengalah” tidak dapat mengawal selia usaha, perhatian dan masa serta kurang bermotivasi. Ini berbeza jika dibandingkan dengan kumpulan “adaptasi” yang menghargai sumber serta kaedah pembelajaran secara jarak jauh. Ini termasuklah keperluan mengurus masa sendiri yang dilihat lebih berkesan kerana mereka memiliki autonomi pengurusan diri yang lebih baik berbanding pembelajaran sebelum berlakunya pandemik.

Dalam pada itu, penegasan terhadap kepentingan pengurusan JPP dalam kalangan pelajar perubatan dihuraikan oleh Akram (2019). Menurutnya, JPP memberi pengaruh kuat terhadap beban akademik pelajar. Turut dibincangkan juga kepentingan memahami dan mengamalkan JPP dalam mengimbangi keupayaan intelek yang dilihat penting dalam jurusan perubatan.

Selain itu, kajian oleh Ulriksen dan Nejrup (2020) adalah didorong oleh kebimbangan terhadap masa yang dihabiskan pelajar untuk belajar dalam tempoh seminggu. Dengan menggunakan kaedah kerja lapangan etnografi, temu bual dan bengkel pengalaman pelajar terhadap masa yang digunakan dinilai dan kajian adalah melibatkan pelajar tahun dua bagi empat (4) program pengajian di universiti penyelidikan Denmark. Walau bagaimanapun, dapatan kajian tidak dapat mencerap secara konsisten perkara yang mendorong amalan belajar pelajar, tetapi menjelaskan bahawa pelajar dapat mengimbangi antara belajar, kehidupan seharian dan kepadatan masa yang perlu diseimbangkan.

Secara keseluruhannya, sorotan kajian perpustakaan yang dihuraikan dapat dirumuskan seperti berikut:

- i. konsep pengurusan masa merupakan perkara yang penting tanpa mengira peranan dan peringkat;
- ii. pelbagai analisis terhadap kepentingan pengurusan masa dan kawalan diri berbanding pencapaian akademik pelajar serta perkara lain yang berkaitan misalnya kesejahteraan diri juga dibincangkan, termasuklah adaptasi pelajar apabila kaedah pembelajaran berubah ketika berlakunya pandemik;

- iii. huraian serta penegasan tentang konsep JPP terhadap pengurusan dan kawalan diri pelajar di universiti sangat terhad perbincangannya. Ini secara langung menjelaskan bahawa konsep JPP tidak diberikan perhatian yang serius, walaupun JPP merupakan asas dalam dalam pembangunan kurikulum akademik di universiti.

Justeru, artikel ini berperanan untuk mengisi ruang perbincangan berkaitan pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP yang masih terbuka demi manfaat semua pihak. Artikel ini bukan sahaja berguna dalam kalangan pelajar, malah berupaya memberikan pencerahan kepada pemutus dasar, pembangun kurikulum akademik serta warga kerja pendidikan tinggi secara keseluruhannya.

CABARAN & KEPERLUAN PELAJAR

Seiring dengan kontrak sosial baharu dalam pendidikan bahawa peranan universiti bukan sekadar melahirkan graduan untuk pasaran kerja, malah pengubah permainan demi kelestarian dunia (Du & Ahmad, 2022), (Ahmad, 2022), tanggungjawab melahirkan modal insan terbaik di universiti menjadi semakin kritikal.

Dalam tempoh yang terbatas di universiti, pelajar perlu mengimbangi dua (2) tuntutan utama seperti dalam RAJAH 1, iaitu keperluan akademik program pengajian untuk tujuan penganugerahan dan perkara-perkara lain untuk melengkapkan jenama diri pelajar yang dapat memberi nilai tambah selepas bergraduasi kelak.

Keperluan program pengajian

Setelah mendaftar di universiti dalam program pengajian tertentu, pelajar perlu menyelesaikan sejumlah kursus dengan bilangan kredit tertentu dalam tempoh yang ditetapkan. Antara bentuk kursus yang perlu diikuti merangkumi kursus wajib universiti yang juga dikenali sebagai mata pelajaran pengajian umum (MPU), bahasa, sains dan matematik, teras program, pengkhususan dan juga elektif. Ini juga termasuk beberapa kursus keperluan program seperti projek bersepadu, latihan industri, dan projek tahun akhir. Selain perlu mengikuti sesi perkuliahan, pelajar juga akan melalui pengalaman pembelajaran yang menjurus kepada falsafah pembelajaran berpusatkan pelajar (Onurkan Aliusta & Özer, 2017) serta amalan pendidikan berimpak tinggi (Zakaria *et al.*, 2020a), (Zakaria *et al.*, 2020b), dan diukur keberhasilannya dengan pelbagai bentuk penilaian.

Dengan falsafah pendidikan berasaskan hasil, setiap kursus yang diambil telah ditetapkan hasil pembelajaran kursus yang meliputi domain kognitif, afektif dan psikomotor (Rao, 2020). Ini bermaksud, pelajar perlulah jelas terhadap matlamat dan hasil yang diharapkan dalam kursus yang diambil.

Semua kursus ini disusun secara berstruktur mengikut semester dengan syor kredit tertentu yang perlu diambil oleh pelajar, tertakluk kepada keupayaan diri dan perancangan peribadi pelajar. Walaupun begitu, pelajar mesti memberikan perhatian terhadap mana-mana kursus yang menjadi pra-syarat kepada kursus berikutnya agar dapat disusun serta diselesaikan sebaiknya agar tidak berlakunya masalah pada semester berikutnya.

Keperluan jenama diri

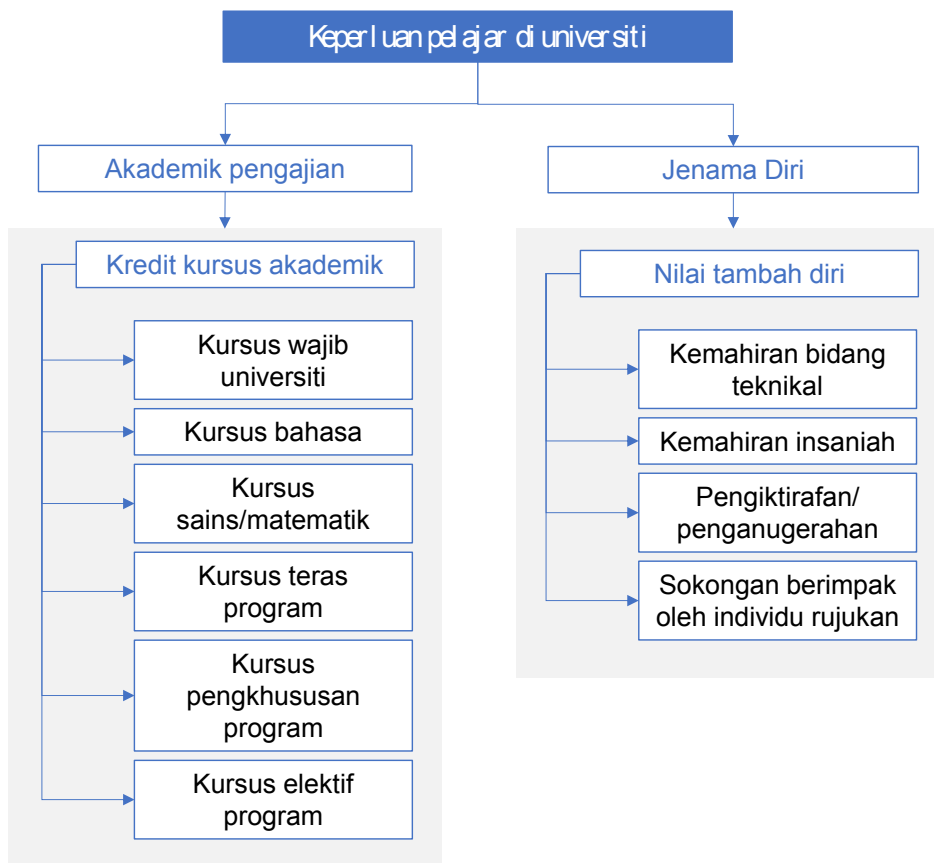
Selain memenuhi keperluan program pengajian, tempoh berada di universiti juga memerlukan pelajar untuk mempersiapkan diri dengan jenama yang ampuh untuk hala tuju usai bergraduasi. Sama ada memilih untuk mencari pekerjaan mahupun mencipta pekerjaan, keupayaan akademik semata-mata adalah tidak memadai jika tidak dilengkapi dengan nilai tambah diri

yang unggul (Minor-Cooley & Parks-Yancy, 2020), (Gorbatov et al., 2019).

Jenama diri boleh dihuraikan kepada pakej selain keupayaan akademik bidang pengajian pelajar, seperti:

- i. kemahiran teknikal bidang
- ii. merujuk kepada perisian atau perkakasan terkini yang digunakan oleh pihak industri
- iii. kemahiran insaniah
- iv. kemahiran seperti kepimpinan, kerja berpasukan, komunikasi, kepintaran emosi, dan kreativiti
- v. pencapaian dan pengiktirafan
- vi. yang diperolehi di peringkat universiti mahupun antarabangsa menerusi pertandingan, penglibatan, atau sumbangan
- vii. sokongan berimpak
- viii. menerusi perakuan yang diperolehi menerusi individu rujukan semasa di universiti, misalnya oleh pensyarah kursus, penyelia projek, atau penasihat program pelajar

Walaupun kemahiran insaniah diterapkan merentasi kurikulum akademik pengajian, namun pengukuhan jenama diri perlu disokong menerusi penglibatan aktiviti di luar dewan kuliah.



RAJAH 1. Keperluan yang perlu dilengkapi oleh pelajar semasa di universiti

Di universiti, pelajar berpeluang melibatkan diri dalam pelbagai kerangka kegiatan seperti mobiliti antarabangsa, sukan dan rekreasi, badan beruniform dan kesukarelawanan, pengucapan awam, keusahawanan, rekacipta dan inovasi, seni dan budaya, yang seterusnya akan memberi impak positif terhadap pembangunan dan pengembangan diri pelajar (Abu Bakar & A. Karim, 2020).

Menyedari kedua-dua keperluan yang saling melengkapi kepentingannya, pelajar perlu bijaksana dalam mengurus dan mengawal diri, khususnya pada tahun pertama pengajian (Richardson et al., 2019), (Poh-Ai-Ling et al., 2010). Apabila tidak memahaminya, maka wujud kumpulan pelajar yang hanya menjadi ulat buku dan tidak mahu bermasyarakat. Fokusnya hanya untuk keperluan akademik dan pencapaian gred. Bagi kumpulan pelajar ini, pencapaian akademik yang hebat adalah satu-satunya faktor yang akan menentukan masa depan dan peluang pekerjaan kelak.

Natijahnya, pelajar dalam kumpulan ini lazimnya kurang mahir berkomunikasi, menyelesaikan masalah kompleks, memimpin pasukan, menghargai kepelbagaian keperluan bahasa, bangsa, agama dan budaya. Situasi ini amat merugikan, kerana tuntutan dunia pekerjaan hari ini memerlukan individu bukan sahaja pintar akademiknya, malah boleh mengurus pasukan, berbincang dengan ahli dari segenap penjuru dunia, membuat pembentangan dengan berkesan dan meyakinkan, dan memotivasikan pasukan (Kovacs et al., 2020).

Justeru, untuk membolehkan pelajar melalui ekosistem pengalaman kampus yang menyeluruh, pengurusan dan kawalan diri yang bersepadu antara keperluan akademik program dan pengukuhan jenama diri amat signifikan (Hamdan et al., 2015). Keupayaan pelajar meletakkan keutamaan, menyusun jadual, melakukan kawalan sendiri, mengimbangi kegiatan memerlukan modus operandi yang jelas, berstruktur, dan terpimpin.

- i. Maka, konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP adalah syor yang tepat, kerana menerusinya:
- ii. pelajar berupaya mengurus dan mengawal diri berasaskan jumlah bilangan kredit yang diambil pada semester yang berkaitan;
- iii. pelajar boleh memantau perkembangan diri menerusi audit penggunaan masa antara yang disasarkan berbanding yang digunakan;
- iv. pelajar dapat mengamalkan konsep penggantian terhadap mana-mana unit masa yang telah digunakan bukan untuk tujuan asal yang ditetapkan;
- v. pelajar mampu menentukan kadar penglibatan

diri dalam kegiatan selain akademik seperti kelab, persatuan dan sukan; dan

- vi. pelajar dapat menjalani kehidupan yang seimbang tanpa menjejaskan kesihatan mental dan kesejahteraan diri menerusi konsep pengurusan dan kawalan diri yang konsisten.

Menerusi justifikasi ini, konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP berbeza dengan pengurusan masa sedia ada yang lazimnya bersifat makro. Misalnya dalam sehari ditetapkan jumlah jam tertentu untuk ulangkaji tanpa membezakan beban kredit kursus tersebut, atau juga hanya mengikut situasi dan minat pelajar. Selain itu, umumnya pelajar juga hanya mula belajar menjelang ujian atau peperiksaan akhir, dan ini boleh mendatangkan impak terhadap aspek kebajikan dan kesejahteraan diri pelajar (Gogoi et al., 2022), (Dodd et al., 2021), malah penyelewengan akademik juga (Marsden et al., 2005), (Whitley Jr., 1998).

Berbanding dengan konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP, pelajar perlu memulakannya seawal semester bermula dan secara konsisten melakukannya secara berterusan. Ini juga adalah selari dengan konsep pentaksiran berterusan yang diamalkan serta kepentingan penambahbaikan kualiti berterusan yang juga menjadi antara falsafah dalam pendidikan berasaskan hasil.

KONSEP & PELAKSANAAN

Konsep

Konsep JPP yang juga disebutkan sebagai *student learning time* (SLT) adalah antara elemen penting dalam pembangunan kurikulum akademik di universiti. Garis Panduan Pembangunan Program Akademik (GPPA) Universiti Awam (UA) menjelaskan dengan terperinci perkara ini dan bertepatan dengan konsep pendidikan berasaskan hasil yang menjadi tunjang pendidikan tinggi negara (Bahagian Pengurusan Pembangunan Akademik, 2018).

Penjelasan terhadap JPP di Malaysia dipelopori oleh Mohamed (2016) menerusi hasil kerjanya yang menegaskan hubungkait antara pembelajaran yang berkesan dengan pengurusan JPP dalam kalangan pelajar dan pelaksanaan kurikulum akademik. Perbincangan turut memperincikan konsep dan model JPP, hubungan antara JPP dan pencapaian pelajar serta perkongsian pengalaman terhadap pelaksanaannya.

Memperakui kepentingan konsep JPP untuk dikembangkan, artikel ini menjadikan konsep dan model JPP sebagai asas terhadap instrumen pengurusan dan

kawalan diri yang diperlukan dalam kalangan pelajar di universiti. Ini juga secara langsung memperkukuh perkaitan antara sistem semester, kredit, dan JPP untuk benar-benar difahami dan dijiwai ke arah impak yang lebih menguntungkan.

JPP dihuraikan sebagai keseluruhan masa yang melibatkan usaha pelajar ke arah mencapai hasil pembelajaran kursus yang ditetapkan. Komponen JPP bagi sesuatu kursus adalah merangkumi:

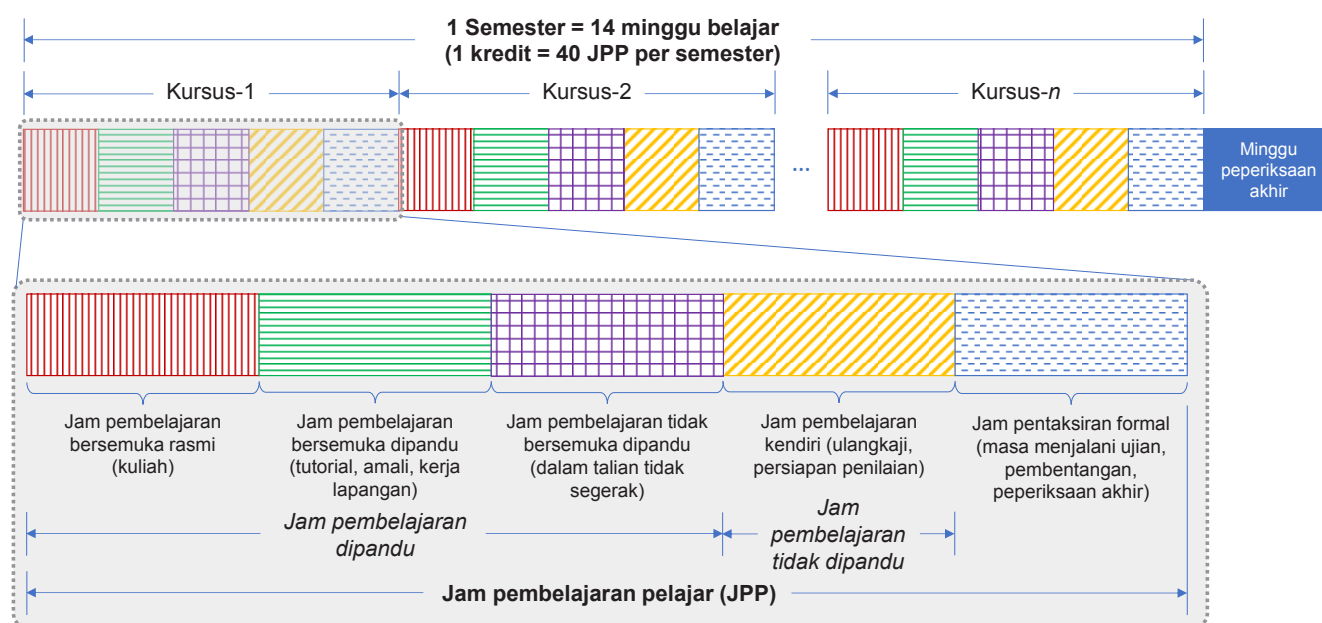
- jam pembelajaran bersemuka rasmi (merujuk kepada kuliah)
- jam pembelajaran bersemuka dipandu (seperti tutorial, amali, kerja lapangan);
- jam pembelajaran tidak bersemuka dipandu (contohnya menerusi pembelajaran dalam talian secara tidak segerak);
- jam pembelajaran sendiri (contohnya masa ulangkaji, proses penyediaan tugas, projek,

persiapan kuiz, ujian dan peperiksaan); dan

- jam pentaksiran formal (masa bagi pelajar menduduki penilaian berterusan seperti ujian, pembentangan projek dan peperiksaan akhir).

JPP dengan jam pembelajaran dipandu, tidak dipandu serta jam pentaksiran dapat digambarkan seperti dalam RAJAH 2. Dengan memahami pecahan komponennya, pelajar khususnya dan akademia umumnya, akan lebih jelas terhadap agihan masa yang diperlukan untuk setiap kursus yang diambil. Menerusinya juga, gambaran keseluruhan JPP pada semester tertentu menjelaskan bahawa usaha yang konsisten diperlukan seawal semester bermula untuk setiap kursus sebelum menjelang minggu peperiksaan akhir.

Dengan nilai nosional mengambil kira pertimbangan seseorang pelajar dengan keupayaan sederhana (purata), setiap satu (1)



RAJAH 2. Komponen jam pembelajaran pelajar (JPP) dan contoh yang dilalui pelajar pada semester tertentu

kredit yang diambil memerlukan keseluruhan 40 jam belajar pada sepanjang semester, iaitu dalam tempoh 14 minggu. Dengan ini, pelajar sebenarnya perlu memperuntukkan tidak kurang dua (2) jam seminggu bagi setiap kredit yang diambil untuk tujuan pembelajaran sendiri seperti yang diperincikan menerusi kiraan dan penerangan dalam RAJAH 3. Kiraan ini juga menjelaskan bahawa bagi setiap kursus dengan jam kredit yang lebih tinggi, pelajar perlu memperuntukkan masa yang lebih untuk tujuan pembelajaran sendiri. Dengan memahami formula ini, pelajar jelas untuk memperuntukkan masa yang lebih

untuk kursus dengan kredit yang tinggi, berbanding memperuntukkan masa hanya disebabkan kursus itu paling diminati oleh pelajar.

JPP juga berguna sebagai mekanisme kawalan diri untuk pelajar mengetahui jumlah jam untuk tujuan pembelajaran sendiri berbanding masa yang boleh diperuntukkan seminggu untuk penglibatan dalam kegiatan ko-kurikulum atau aktiviti peribadi. Menerusinya, pelajar boleh memantau dan menyemak secara kuantitatif masa yang perlu diperuntukkan berbanding masa yang berbaki pada setiap hari, tanpa mengabaikan kesihatan, kebajikan dan kesejahteraan

| Nilai nosional | Kiraan jam minimum pembelajaran sendiri |
|--|---|
| 1 kredit = 40 jam/semester 1 semester = 14 minggu | Kiraan untuk jam pembelajaran sendiri bagi setiap 1 kredit dengan nilai nosional 1 kredit = 40 jam/semester adalah: |
| Setiap 1 kredit = 1 jam kuliah* *Jam pembelajaran bersemuka rasmi | = 40 jam/14 minggu = 2.857 ≈ 2.9 = 2.9 – 1 jam kuliah* = 1.9 jam ≈ 2 jam |
| | Maka, untuk setiap 1 kredit pelajar memerlukan minimum 2 jam seminggu untuk jam pembelajaran sendiri |

RAJAH 3. Formula kiraan setiap 1 kredit memerlukan 2 jam minimum belajar sendiri

diri.

Selari dengan itu juga, JPP turut menjelaskan bahawa strategi dan gaya pembelajaran yang berbeza diperlukan pada setiap semester tertakluk kepada jumlah jam kredit yang diambil seperti yang ditunjukkan dalam JADUAL 1. Contohnya, “Pelajar A” yang mendaftar dengan 12 jam kredit hanya memerlukan

24 jam minimum untuk belajar sendiri dalam tempoh seminggu, berbanding “Pelajar C” yang mengambil 20 jam kredit, yang memerlukan pelajar belajar sendiri secara minimum selama 40 jam seminggu. Ini juga memberikan mesej bahawa keseimbangan perlu disusun sekiranya pelajar ingin terlibat aktif dalam kegiatan luar bagi tujuan pengukuhan nilai tambah jenama diri.

JADUAL 1. Contoh perbandingan jumlah kredit berbanding jam pembelajaran sendiri minimum dalam seminggu tanpa jam pentaksiran formal

| Pelajar | Jumlah kredit | Jam pembelajaran dipandu | | Jam pembelajaran tidak dipandu |
|---------|---------------|---|--|--------------------------------|
| | | Jam pembelajaran bersemuka rasmi (kuliah) | Jam pembelajaran bersemuka dipandu (tutorial, amali, kerja lapangan) | Jam pembelajaran sendiri |
| A | 15 | 15 | 4 | $15 \times 2 = 30$ |
| B | 18 | 18 | 6 | $18 \times 2 = 36$ |
| C | 12 | 12 | 2 | $12 \times 2 = 24$ |

Sekiranya dengan jumlah jam kredit yang tinggi, sudah pasti pelajar perlu bijaksana menyusun penglibatan dan komitmen dalam aktiviti luar. Ini amat penting bagi mengelakkan pelajar akhirnya dibebani dengan tekanan berlebihan hingga mendatangkan mudarat terhadap kehidupan seharian.

Penyediaan dan Pelaksanaan

Dengan menggunakan contoh pelajar yang mendaftar tujuh (7) kursus dengan keseluruhannya membawa 16 jam kredit pada semester terbabit, ini bermakna pelajar memerlukan sejumlah 32 jam minimum untuk jam pembelajaran sendiri dalam tempoh seminggu.

Penyediaan dan pelaksanaan jadual pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP bagi kes ini diperincikan seperti berikut.

1. Peringkat 1 seperti dalam RAJAH 4
 - (a) Sediakan jadual pengurusan dan kawalan diri seminggu dengan pecahan setiap unit masanya adalah satu (1) jam.
 - (b) Setelah itu, senaraikan semua kursus yang didaftarkan pada semester berkaitan dan kenalpasti bilangan kreditnya.
 - (c) Lengkapkan jadual dengan jam pembelajaran bersemuka rasmi (kuliah) yang telah dimaklumkan oleh fakulti.
 - (d) Senaraikan semua perkara yang terlibat bagi menjalani kehidupan normal sebagai seorang pelajar, misalnya waktu tidur, makan, bersukan, bersosial dan sebagainya.
2. Peringkat 2 merujuk kepada RAJAH 5
 - (a) Kemaskini jadual dengan jam yang diperlukan dalam menjalani kehidupan yang seimbang.
 - (b) Jumlahkan kiraan jam yang diambil bagi setiap aktiviti kehidupan seharian.
3. Peringkat 3 seperti dalam RAJAH 6
 - (a) Tandakan dalam jadual bilangan jam

pembelajaran sendiri minimum yang diperlukan.

- (b) Kemaskini jam pembelajaran sendiri minimum dengan memadangkannya bersama kod kursus bagi memastikan agihan jamnya adalah betul. Sesuaikan agar dapat disusun untuk melakukan jam pembelajaran sendiri pada hari yang sama dengan jam pembelajaran bersemuka rasmi (kuliah) kursus tersebut. Ini bukanlah ketetapan tetapi amat digalakkan bagi membantu meningkatkan keberkesanan sesi pembelajaran sendiri.
- (c) Lakukan semakan auditan antara jam pembelajaran sendiri yang diperlukan berbanding agihan jam yang ditetapkan di dalam jadual.

Secara keseluruhannya dapat ditunjukkan bahawa penyediaan dan pelaksanaan jadual pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP adalah spesifik, jelas dan boleh diukur. Walaupun dengan bilangan 16 jam kredit, pelajar sebenarnya menjalani kehidupan yang seimbang dan tidak sama sekali mengabaikan kepentingan perkara lain dalam kehidupan yang sejahtera.

Berbanding tanpa penjadualan yang terperinci sebegini, pelajar lazimnya berkecenderungan melakukan perkara pada saat akhir serta tidak memiliki rekod untuk menyemak penggunaan masa dalam seminggu.

| Masa | Ahad | Isnin | Selasa | Rabu | Khamis | Jumaat | Sabtu |
|-------|------|----------|----------|----------|----------|----------|-------|
| 5-6 | pg | | | | | | |
| 6-7 | pg | | | | | | |
| 7-8 | pg | | | | | | |
| 8-9 | pg | UWB10202 | | BEF24002 | | BEE31602 | |
| 9-10 | pg | UWB10202 | BEE31602 | BEF24002 | | BEE31602 | |
| 10-11 | pg | UWB10202 | BEF24201 | | | | |
| 11-12 | pg | BEF24103 | BEF24201 | BEF24103 | BEB20303 | | |
| 12-1 | ptg | | BEF24201 | BEF24103 | BEB20303 | | |
| 1-2 | ptg | | | | | | |
| 2-3 | ptg | | BEB20303 | | BEF25903 | | |
| 3-4 | ptg | | BEB20303 | | BEF25903 | | |
| 4-5 | ptg | | | | BEF25903 | | |
| 5-6 | ptg | | | | | | |
| 6-7 | ptg | | | | | | |
| 7-8 | mlm | | | | | | |
| 8-9 | mlm | | | | | | |
| 9-10 | mlm | | | | | | |
| 10-11 | mlm | | | | | | |
| 11-12 | mlm | | | | | | |
| 12-1 | pg | | | | | | |
| 1-2 | pg | | | | | | |
| 2-3 | pg | | | | | | |
| 3-4 | pg | | | | | | |
| 4-5 | pg | | | | | | |

| Perkara | Kiraan |
|--|-----------|
| Tidur | 0 |
| Bangun (Solat dll) | 0 |
| Persiapan Diri | 0 |
| Pergerakan ke Kampus/Sarapan | 0 |
| Pergerakan Pulang ke Penginapan | 0 |
| Makan Tengahari/Urusan Diri (Solat, dll) | 0 |
| Urusan Diri (Solat, Rehat, dll) | 0 |
| Makan Malam | 0 |
| Rekreasi | 0 |
| Urusan Diri (Solat, Mengaji, dll) | 0 |
| Basuh Pakaian | 0 |
| Kemas Bilik/Rumah/Meja Belajar | 0 |
| Persatuan/Hobi/Bakat | 0 |
| Jam pembelajaran sendiri | 0 |
| Kursus yang diambil | Kredit |
| BEE31602 | 2 |
| BEB20303 | 3 |
| BEF25903 | 3 |
| BEF24002 | 2 |
| BEF24201 | 1 |
| BEF24103 | 3 |
| UWB10202 | 2 |
| Jumlah Kredit | 16 |

RAJAH 4. Peringkat 1 – Membina jadual, mengenalpasti kursus, dan menyenaraikan perkara dalam kehidupan seharian

| Masa | Ahad | Isnin | Selasa | Rabu | Khamis | Jumaat | Sabtu |
|-------|------|----------|----------|----------|----------|----------|-------|
| 5-6 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6-7 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7-8 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8-9 | pg | UWB10202 | | BEF24002 | | BEE31602 | 1 |
| 9-10 | pg | UWB10202 | BEE31602 | BEF24002 | | BEE31602 | 1 |
| 10-11 | pg | UWB10202 | BEF24201 | | | | 1 |
| 11-12 | pg | BEF24103 | BEF24201 | BEF24103 | BEB20303 | | |
| 12-1 | ptg | | BEF24201 | BEF24103 | BEB20303 | | 1 |
| 1-2 | ptg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2-3 | ptg | | BEB20303 | | BEF25903 | | 1 |
| 3-4 | ptg | 1 | BEB20303 | 1 | BEF25903 | 1 | 1 |
| 4-5 | ptg | 1 | 1 | 1 | BEF25903 | 1 | 1 |
| 5-6 | ptg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6-7 | ptg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7-8 | mlm | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8-9 | mlm | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9-10 | mlm | | | | | | 1 |
| 10-11 | mlm | | | | | | 1 |
| 11-12 | mlm | | | | | | 1 |
| 12-1 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 1-2 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2-3 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3-4 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4-5 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

| Perkara | Kiraan |
|--|--------|
| Tidur | 35 |
| Bangun (Solat dll) | 7 |
| Persiapan Diri | 7 |
| Pergerakan ke Kampus/Sarapan | 5 |
| Pergerakan Pulang ke Penginapan | 5 |
| Makan Tengahari/Urusan Diri (Solat, dll) | 8 |
| Urusan Diri (Solat, Rehat, dll) | 6 |
| Makan Malam | 7 |
| Rekreasi | 4 |
| Urusan Diri (Solat, Mengaji, dll) | 14 |
| Basuh Pakaian | 3 |
| Kemas Bilik/Rumah/Meja Belajar | 2 |
| Persatuan/Hobi/Bakat | 9 |
| Jam pembelajaran sendiri | 0 |

| Kursus yang diambil | Kredit |
|----------------------|-----------|
| BEE31602 | 2 |
| BEB20303 | 3 |
| BEF25903 | 3 |
| BEF24002 | 2 |
| BEF24201 | 1 |
| BEF24103 | 3 |
| UWB10202 | 2 |
| Jumlah Kredit | 16 |

RAJAH 5: Peringkat 2 – Melengkapkan jadual dengan jam keperluan diri dalam kehidupan seharian

| Masa | Ahad | Isnin | Selasa | Rabu | Khamis | Jumaat | Sabtu |
|-------|------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| 5-6 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6-7 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7-8 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8-9 | pg | UWB10202 | 1-bee31602 | BEF24002 | 1-bef25903 | BEE31602 | 1 |
| 9-10 | pg | UWB10202 | BEE31602 | BEF24002 | 1-beb20303 | BEE31602 | 1 |
| 10-11 | pg | UWB10202 | BEF24201 | 1-bef24103 | 1-beb20303 | | 1 |
| 11-12 | pg | BEF24103 | BEF24201 | BEF24103 | BEB20303 | 1-bef24002 | 1-bef25903 |
| 12-1 | ptg | 1-bef12403 | BEF24201 | BEF24103 | BEB20303 | 1-bef24002 | 1 |
| 1-2 | ptg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2-3 | ptg | 1-bef24201 | BEB20303 | | BEF25903 | 1-bef24002 | 1 |
| 3-4 | ptg | 1 | BEB20303 | 1 | BEF25903 | 1 | 1 |
| 4-5 | ptg | 1 | 1 | 1 | BEF25903 | 1 | 1 |
| 5-6 | ptg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 6-7 | ptg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7-8 | mlm | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 8-9 | mlm | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 9-10 | mim | 1-uwb10202 | 1-bef24201 | 1-bef24103 | 1-bee31602 | 1-uwb10202 | 1-bef25903 |
| 10-11 | mim | 1-beb20303 | 1-beb20303 | 1-bef24103 | 1-bee31602 | 1-uwb10202 | 1-bef25903 |
| 11-12 | mim | 1-bee31602 | 1-bef24002 | 1-bef25903 | | 1-uwb10202 | 1-bef25903 |
| 12-1 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 1-2 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2-3 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3-4 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 4-5 | pg | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

| Perkara | Kiraan |
|--|--------|
| Tidur | 35 |
| Bangun (Solat dll) | 7 |
| Persiapan Diri | 7 |
| Pergerakan ke Kampus/Sarapan | 5 |
| Pergerakan Pulang ke Penginapan | 5 |
| Makan Tengahari/Urusan Diri (Solat, dll) | 8 |
| Urusan Diri (Solat, Rehat, dll) | 6 |
| Makan Malam | 7 |
| Rekreasi | 4 |
| Urusan Diri (Solat, Mengaji, dll) | 14 |
| Basuh Pakaian | 3 |
| Kemas Bilik/Rumah/Meja Belajar | 2 |
| Persatuan/Hobi/Bakat | 9 |
| Jam pembelajaran sendiri (JPK) | 32 |

| Kursus yang diambil | Kredit | JPK Minimum | Pecahan JPK Berdasarkan Hari | | | | | | | Audit | | |
|----------------------|-----------|-------------|------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------------------|-----------------------|----------|
| | | | A | I | S | R | K | J | S | | | |
| BEE31602 | 2 | 4 | 1 | 1 | | | | | | 4 | | |
| BEB20303 | 3 | 6 | 1 | 1 | | 2 | | | | 6 | | |
| BEF25903 | 3 | 6 | | | | 1 | 1 | | | 6 | | |
| BEF24002 | 2 | 4 | | | 1 | | | | 3 | 4 | | |
| BEF24201 | 1 | 2 | 1 | 1 | | | | | | 2 | | |
| BEF24103 | 3 | 6 | 1 | | | 3 | | | | 6 | | |
| UWB10202 | 2 | 4 | 1 | | | | | | 3 | 4 | | |
| Jumlah Kredit | 16 | 32 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 32 | | |
| | | | | | | | | | | ΣJPK (Weekday) | 24 | |
| | | | | | | | | | | | ΣJPK (Weekend) | 8 |

RAJAH 6: Peringkat 3 – Melengkapkan jadual dengan bilangan minimum jam pembelajaran sendiri serta menyemak auditan masanya

Walau bagaimanapun, perlu difahami bahawa jadual ini hanyalah bersifat sebagai garis panduan, bakinya masih terletak kepada kawalan dan disiplin diri pelajar yang tinggi untuk merealisasikannya.

Dalam pada itu, menerusi pelaksanaan pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP ini juga pelajar secara khusus dapat menggunakan jadual sebagai senarai semak terhadap penggunaan masa dan seterusnya mampu mengaudit masa yang digunakan. Sekiranya masa yang pada asalnya ditetapkan untuk tujuan pembelajaran sendiri tetapi digunakan untuk perkara lain, maka konsep gantian masa perlu

dilaksanakan. Gantian masa boleh dilakukan dengan menggunakan masa rehat atau aktiviti lain yang lebih bersifat sebagai kehendak berbanding keperluan.

CABARAN & POTENSI MASA DEPAN

Cabaran

Dalam konteks pelajar, konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP yang dikupas merupakan gagasan yang bersifat ideal tertakluk kepada sikap dan budaya

kerja yang diamalkan oleh seseorang pelajar.

Falsafah di sebalik konsep yang dibentangkan adalah pelajar perlu melakukan kerja seawal semester bermula, tidak menangguhkan kerja dan belajar secara sedikit demi sedikit, tetapi berterusan. Prinsip ini juga amat penting ke arah gaya hidup yang sihat dan unggul untuk melahirkan graduan yang seimbang. Tanpa perubahan daya fikir dan tindakan yang selari dengan falsafah ini, konsep ini tidak akan membuahkan hasil.

Selain itu, antara cabaran utama terhadap keberkesanan konsep ini turut bergantung kepada kekuatan pelajar untuk berdepan dengan cabaran sikap seperti suka bertangguh dalam melakukan tugas. Walaupun ada yang berpendapat bahawa cabaran melakukan kerja pada saat akhir itu menyeronokkan dalam dunia pelajar, ini bukanlah cerminan nilai kehidupan yang baik. Malahan boleh membawa kepada situasi yang negatif iaitu hanya melakukan tugas sekadar “buat asal siap”, “yang penting hantar”, tanpa memikirkan kualitinya dan manfaat yang diperolehi. Selain itu, ekoran kesuntukan masa, ada juga yang bertindak lebih berani dengan melakukan jenayah akademik, misalnya sekadar memplagiat hasil kerja pihak lain, atau mengupahnya untuk disediakan oleh pihak lain.

Konsep yang dikemukakan juga memerlukan set minda tumbuh dalam kalangan pelajar serta melihat pelaburan sumber berada di universiti bukanlah suatu yang boleh diambil ringan sahaja. Maksudnya, konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP ini diperlukan bagi pelajar yang mahu membina dan menggilap potensi diri yang bersepadu, merentasi bidang akademik dan pembangunan peribadi. Malangnya, bagi kumpulan pelajar yang masih berkeras berpendirian bahawa mereka hanya mahukan kecemerlangan akademik dan meminggirkan kepentingan jenama diri, atau berada di universiti hanya untuk menjadi yang “biasa” sahaja, pastinya kumpulan ini berpandangan konsep yang dibentangkan adalah tidak diperlukan.

Dalam konteks pembangun kurikulum dan pensyarah pula, kepentingan memahami konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP ini juga penting, khususnya berkaitan keseimbangan beban kerja yang perlu dibuat oleh pelajar bagi kursus tertentu berbanding masa yang ada. Contohnya, berlaku situasi sukar bagi pelajar yang perlu melakukan pelbagai penilaian berterusan yang kompleks tetapi kursus tersebut hanyalah dengan satu (1) jam kredit sahaja. Turut juga berlaku, pelajar diberikan tugas individu yang melibatkan pihak luar misalnya perlu menjalankan kajian di industri, menemubual responden, membangunkan produk dan mengujinya, tetapi wajaran markah dan masa yang diperuntukkan

tidak berpadanan. Semua contoh ini hanyalah sebahagian kisah benar yang berlaku berpunca apabila kurang arifnya sebilangan akademia melihat impak JPP terhadap kualiti keberhasilan graduan.

Ringkasnya, setiap cabaran ini memerlukan transformasi minda bukan sahaja dalam kalangan pelajar hingga dapat menterjemahnya kepada tindakan seharian, malah juga pensyarah, pembangun kurikulum, dan pemutus dasar. Konsep pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP ini adalah alat bantu untuk melahirkan pelajar yang bukan sahaja pintar akademiknya malah memiliki jasmani, emosi, rohani yang seimbang demi manfaat agama, bangsa dan negara.

Potensi Masa Hadapan

Seiring dengan kepesatan teknologi dan perubahan gaya hidup, konsep yang dihuraikan dalam artikel ini dijangka lebih bermanfaat sekiranya dibangunkan sebagai aplikasi JPP yang boleh dimuat turun dan digunakan menerusi pelbagai peranti seperti telefon pintar.

Aplikasi untuk pelajar misalnya boleh dilengkapi dengan fungsi membangunkan jadual pengurusan dan kawalan diri berasaskan bilangan kursus dan jam kredit yang diambil serta dihubungkan bersama dengan fungsi notifikasi, senarai kerja yang ingin dibuat, auditan penggunaan masa serta kalendar.

Mengambil contoh aplikasi penjagaan kesihatan diri yang boleh merekodkan butiran aktiviti fizikal dan pemakanan harian, aplikasi pengurusan dan kawalan diri JPP ini juga boleh dihubungkan bersama sistem maklumat diri, rekod akademik pelajar, serta penglibatan aktiviti pelajar sepanjang berada di universiti. Dengan kepelbagaian fungsi, aplikasi ini akan banyak membantu memudahkan pelajar menyemak pengurusan masa dan kawalan diri serta memotivasikan kerana semua perkara dapat direkodkan menerusi suatu aplikasi.

KESIMPULAN

Artikel ini membentangkan konsep yang bukan sahaja memberi impak positif kepada pelajar malah warga akademia secara keseluruhannya.

Walaupun lazimnya ramai yang menyifatkan pengurusan masa adalah hal yang bersifat peribadi, namun perlu diakui bahawa pengurusan dan kawalan diri yang berkesan berasaskan maklumat sebenar membezakan antara mereka yang lebih berjaya berbanding sebaliknya.

Dalam usaha melahirkan modal insan yang berkeترampilan dan menjadi pilihan masyarakat dan industri juga bukanlah urusan yang mudah. Tetapi memerlukan bukan sahaja komitmen, malah perancangan, sumber serta alat bantu yang strategik dan berimpak tinggi.

Menyedari cabaran universiti mutakhir ini yang berdepan cabaran melahirkan pelajar yang holistik, sudah pasti idea dan instrumen yang bersifat tersusun dan boleh diukur menerusi konsep pengurusan dan kawalan diri pelajar berasaskan JPP amatlah bertepatan untuk diperhalusi dan dipertimbangkan.

PENGHARGAAN

Sekalung penghargaan diucapkan kepada semua pelajar yang pernah mengikuti bengkel pengurusan dan kawalan diri berasaskan JPP di Universiti Tun Hussein Onn Malaysia. Terima kasih juga diucapkan kepada Profesor Dr Sally Male di Makmal Pengajaran dan Pembelajaran, Fakulti Kejuruteraan & Teknologi Maklumat, The University of Melbourne atas segala sokongan dan kemudahan sepanjang program sabatikal. Terima kasih juga kepada pihak UTHM atas penajaan bagi program sabatikal ini.

RUJUKAN

- Abu Bakar, A. Y., & A. Karim, O. (2020). Program 'Gap Year' Institusi Pengajian Tinggi Awam (IPTA): Pengalaman Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) Kebangsaan Malaysia (UKM). *Jurnal Personalia Pelajar* 24(1):, 24(1), 23–28.
- Adams, R. V., & Blair, E. (2019). Impact of Time Management Behaviors on Undergraduate Engineering Students' Performance. *SAGE Open*, 9(1). <https://doi.org/10.1177/2158244018824506>
- Aeon, B., Faber, A., & Panaccio, A. (2021). Does time management work? A meta-analysis. *PLoS ONE*, 16(1 January), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245066>
- Ahmad, A. (2022). *Inspiring critical thinking , communication and collaboration to meet students 'needs*. New Straits Times. <https://www.nst.com.my/opinion/letters/2022/06/803944/inspiring-critical-thinking-communication-and-collaboration-meet>
- Akram, A. (2019). Non-Face to Face Student Learning Time: An ocean in Medical Education. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 35(3), 589–590. <https://doi.org/10.12669/pjms.344.14565>
- Alyami, A., Abdulwahed, A., Azhar, A., Binsaddik, A., & Bafaraj, S. M. (2021). Impact of Time-Management on the Student's Academic Performance: A Cross-Sectional Study. *Creative Education*, 12(03), 471–485. <https://doi.org/10.4236/ce.2021.123033>
- Bahagian Pengurusan Pembangunan Akademik, J. P. T. (2018). *Garis Panduan Pembangunan Program Akademik Universiti Awam*. <http://jpt.moe.gov.my>
- Biwer, F., Wiradhany, W., oude Egbrink, M., Hospers, H., Wasenitz, S., Jansen, W., & de Bruin, A. (2021). Changes and Adaptations: How University Students Self-Regulate Their Online Learning During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12(April), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.642593>
- Bonfield, C. A., Salter, M., Longmuir, A., Benson, M., & Adachi, C. (2020). Transformation or evolution?: Education 4.0, teaching and learning in the digital age. *Higher Education Pedagogies*, 5(1), 223–246. <https://doi.org/10.1080/23752696.2020.1816847>
- Chan, C. K. Y., & Yeung, N. C. J. (2020). Students' 'approach to develop' in holistic competency: an adaption of the 3P model. *Educational Psychology*, 40(5), 622–642. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1648767>
- Dodd, R. H., Dadaczynski, K., Okan, O., McCaffery, K. J., & Pickles, K. (2021). Psychological well-being and academic experience of university students in australia during covid-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030866>
- Du, X.-Y., & Ahmad, A. (2022). *Ubah budaya akademik jadikan universiti kalis masa hadapan*. Berita Harian. <https://www.bharian.com.my/rencana/lain-lain/2022/07/973203/ubah-budaya-akademik-jadikan-universiti-kalis-masa-hadapan>
- Fajaryati, N., Budiyo, B., Akhyar, M., & Wiranto, W. (2020). The employability skills needed to face the demands of work in the future: Systematic literature reviews. *Open Engineering*, 10(1), 595–603. <https://doi.org/10.1515/eng-2020-0072>
- Gogoi, M., Webb, A., Pareek, M., Bayliss, C. D., & Gies, L. (2022). University Students' Mental Health and Well-Being during the COVID-19 Pandemic: Findings from the UniCoVac Qualitative Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159322>
- Gorbatov, S., Khapova, S. N., & Lysova, E. I. (2019). Get Noticed to Get Ahead: The Impact of Personal Branding on Career Success. *Frontiers in Psychology*, 10(December). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02662>
- Hamdan, A., Nasir, R., Khairudin, R., & Wan Sulaiman, W. S. (2015). Perbezaan Kecemerlangan Pelajar daripada Perspektif Pengurusan Masa, Keputusan Akademik Terdahulu dan Jantina. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 29(1), 39–51.
- Hamid, N. (2016). *Sindrom 4K di IPT membimbangkan*. Berita Harian. <https://www.bharian.com.my/taxonomy/term/61/2016/10/198126/sindrom-4k-di-ipt-membimbangkan>
- Jackson, V. P. (2009). Time Management: A Realistic Approach. *Journal of the American College of Radiology*, 6(6), 434–436. <https://doi.org/10.1016/j.jacr.2008.11.018>

- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2015). Blueprint 2015-2025 (Higher Education). In *Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi)*.
- Kovacs, H., Delisle, J., Mekhaie, M., Zufferey, J. D., Tormey, R., & Vuillomenet, P. (2020). Teaching transversal skills in the engineering curriculum: The need to raise the temperature. *SEFI 48th Annual Conference Engaging Engineering Education, Proceedings*, 906–917.
- Marsden, H., Carroll, M., & Neill, J. T. (2005). Who cheats at university? A self-report study of dishonest academic behaviours in a sample of Australian university students. *Australian Journal of Psychology*, 57(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/00049530412331283426>
- Minor-Cooley, D., & Parks-Yancy, R. (2020). The Power of the Brand: Personal Branding and Its Effect on Job Seeking Attributes. *Journal of Internet Commerce*, 19(3), 241–261. <https://doi.org/10.1080/15332861.2020.1777028>
- Mohamed, Z. (2016). Managing Student Learning Time for Effective Learning. *National Conference on Technical Education 2006 – Enhancing Human Capital Development Through Quality Technical Education, August 2006*, 1–14.
- Onurkan Aliusta, G., & Özer, B. (2017). Student-centred learning (SCL): roles changed? *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 23(4), 422–435. <https://doi.org/10.1080/13540602.2016.1205014>
- Poh-Ai-Ling, A., Kong-Lee-Keong, S., & Chee-Lupp, C. (2010). College And Student Activities at Various Colleges in Oxford University: Some Lessons to Universiti Kebangsaan Malaysia. *Jurnal Personalia Pelajar*, 13(June), 89–112.
- Rao, N. J. (2020). Outcome-based Education: An Outline. *Higher Education for the Future*, 7(1), 5–21. <https://doi.org/10.1177/2347631119886418>
- Razali, S. N. A. M., Rusiman, M. S., Gan, W. S., & Arbin, N. (2018). The Impact of Time Management on Students' Academic Achievement. *Journal of Physics: Conference Series*, 995(1), 2–7. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/995/1/012042>
- Richardson, A., King, S., Olds, T., Parfitt, G., & Chiera, B. (2019). Study and life: How first year university students use their time. *Student Success*, 10(1), 17–31. <https://doi.org/10.5204/ssj.v10i1.437>
- Ulriksen, L., & Nejrup, C. (2020). Balancing Time – University Students' Study Practices and Policy Perceptions of Time. *Sociological Research Online*, 26(1), 166–184. <https://doi.org/10.1177/1360780420957036>
- Whitley Jr., B. E. (1998). Factors Associated with Cheating among College Students: A Review. *Research in Higher Education*, 39(3), 235–274. <http://www.jstor.org/stable/40196379>
- Wilson, R., Joiner, K., & Abbasi, A. (2021). Improving students' performance with time management skills. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 18(4). <https://doi.org/10.53761/1.18.4.16>
- Zakaria, M. H., Firdaus, A. S., Abdullah, M. S., Amran, N. N., Othman, S. S., Saad, W. Z., & Hassan, M. H. A. (2020a). *High-Impact Educational Practices (HIEPs): The Malaysian Higher Education Experience - Volume 2*. Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia.
- Zakaria, M. H., Firdaus, A. S., Abdullah, M. S., Amran, N. N., Othman, S. S., Saad, W. Z., & Hassan, M. H. A. (2020b). *High-Impact Educational Practices (HIEPs): The Malaysian Higher Education Experience - Volume 1*. Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia.

Afandi Ahmad* & Shamsul Mohamad
Fakulti Kejuruteraan Elektrik & Elektronik,
Universiti Tun Hussein Onn Malaysia, Beg Berkunci 101,
86400 Batu Pahat, Johor, Malaysia.

Shakila Ahmad
Pusat Pengajian Umum & Ko-kurikulum,
Universiti Tun Hussein Onn Malaysia, Beg Berkunci 101,
86400 Batu Pahat, Johor, Malaysia.

Muhammad Muzakir Mohd Nadzri
Pusat Penyelidikan Shamsuddin - Mikroelektronik dan Nanoteknologi (MiNT-SRC),
Institut Kejuruteraan Integrasi (I²E), Universiti Tun Hussein Onn Malaysia,
Beg Berkunci 101,
86400 Batu Pahat, Johor, Malaysia.

*Pengarang untuk surat menyurat; e-mel: afandia@uthm.edu.my

Diserahkan: 27 Oktober 2022

Diterima: 31 Oktober 2022