

# **KAJIAN REKONSTRUKSI PELAJAR-PELAJAR RANCANGAN PERSEDIAAN KHAS KE JEPUN (RPKJ) DALAM ASPEK PENGURUSAN MASA**

*(A STUDY ON RECONSTRUCTION OF TIME  
MANAGEMENT ASPECTS OF RPKJ STUDENTS)*

Zainol Abidin Kasim  
Ambang Asuhan Jepun  
Pusat Asasi Sains, Universiti Malaya  
[zainol@um.edu.my](mailto:zainol@um.edu.my)

## **ABSTRAK**

*Pengurusan masa sangat penting apabila seseorang pelajar itu menuntut di negara lain terutama Negara Jepun. Ini penting kerana pelajar-pelajar dalam kajian ini iaitu pelajar Rancangan Persediaan Khas ke Jepun(RPKJ) yang akan melanjutkan pengajian mereka ke Jepun apabila lulus pengajian persediaan khas ke Jepun selama dua tahun di Ambang Asuhan Jepun(AAJ), Universiti Malaya. Menurut Peter F Ducker (2005), “Masa merupakan sumber yang paling sukar didapati dan tidak ada sesuatu pun yang dapat diurus kecuali diri sendiri”. Menurut beliau, hampir semua orang membuang masa sekurang-kurangnya dua jam sehari. Oleh itu penjagaan masa merupakan satu yang sukar untuk direalisasikan dengan bijak terutama golongan pelajar. Kajian ini cuba melihat aspek pengurusan masa dalam aktiviti harian dan sikap pelajar dalam mengurus masa dan pengaruh persekitaran. Kajian rekontruksi pelajar dari aspek pengurusan masa yang dikaitkan dengan pengurusan diri pelajar. Soal selidik mengandungi 8 soalan dan diberikan kepada responden yang sama sebanyak dua tahap masa. Kali pertama semasa mereka berada kira-kira empat bulan di AAJ dan kali kedua setelah berada di AAJ selama setahun empat bulan. Kajian ini ingin melihat dari segi pematapan jati diri aspek pengurusan masa dapat diaplikasikan oleh pelajar-pelajar RPKJ dalam meningkatkan kecemerlangan akademik di persediaan pengajian ke Jepun berpandukan nilai Melayu-Islam dan nilai budaya Jepun. Selain itu, kajian juga melihat tahap rekontruksi pelajar-pelajar RPKJ dari aspek pengurusan masa semasa menuntut di AAJ sebelum bertolak ke Jepun selepas tamat pengajian selama dua tahun di AAJ. Hasil dapatan dari kajian ini menunjukkan bahawa terdapat perubahan diri pelajar dalam aspek pengurusan masa di awal dan selepas lebih setahun berada di*

*AAJ. Selain itu, faktor persekitaran dan suasana pembelajaran juga mempengaruhi pengurusan masa harian mereka. Di sini juga dapat dilihat rekontruksi pelajar-pelajar RPKJ dalam pengurusan masa yang mempengaruhi pencapaian akademik dan bersosial.*

**Kata Kunci:** pelajar RPKJ, rekontruksi, budaya Melayu dan Jepun, pengurusan masa, jati diri, kecemerlangan akademik, bersosial.

## **ABSTRACT**

*Time management is very important to a foreign student especially to those whose study in Japan. Hence, the RPKJ (Japan Special Preparatory Program) students who will pursue their studies to Japan once they graduated from the Japan Special Preparatory Program after spending two years in Ambang Asuhan Jepun (AAJ), University of Malaya. According to Peter F Drucker (2005), "Time is the most scarce resource and nothing can managed it but yourself. " According to him, almost everybody waste of time at least two hours per day. Therefore, time management is something difficult which need to be realized intelligently by students. This study attempts to look from the aspect of time management in daily activities and students attitude in time managing with the influence of the environment that surrounding them. This reconstruction study on students of RPKJ is related in terms of time management and self-management. The questionnaire consists of 8 questions and were assigned to the same respondent but at two different level of time. The first level, during their first four month in AAJ and the second level, after 16 month in AAJ. This study will focused on strengthening self-identity with respect of time management applied by RPKJ students in improving academic excellence during Japan preparatory program period based on the Malay-Islamic and Japanese culture. Besides, this study will look at reconstruction level of RPKJ students from the aspect of time management after finishing two years studying in AAJ before heading to Japan. The findings of this study indicates that there are changes in students' time management at the beginning and after more than a year at AAJ. Factors such as surroundings and learning environment did influenced the students time management. Improvement in time management too could be seen affects their academic achievement and social skills.*

**Keywords:** RPKJ students, reconstruction, Malay-Islamic and Japanese culture, time management, jati diri(self-identity), academic excellent, socializing.

## PENGENALAN

Pepatah Melayu iaitu, “*Masa itu emas*” sering mengaitkan nilai masa itu dengan emas. Mungkin pada masa dahulu, emas ini tampak berharga dari segalanya. Sedetik masa yang berlalu tidak boleh diganti dan dicari semula. Itulah sebabnya masa ini terlalu berharga untuk dibuang dan dibazirkan begitu sahaja. As-Syahid Hassan Al-Banna (1949), pula jelas mengaitkan masa dengan kehidupan, “*Masa adalah sebuah kehidupan. dan kehidupan itu adalah masa yang dia habiskan bermula pada saat kelahiran sehingga ke saat kematiannya*”.

Menurut B.N. Marbun (1996), rekonstruksi adalah merujuk kepada pengembalian sesuatu ke tempatnya semula, Penyusunan atau penggambaran kembali dari bahan-bahan yang ada dan disusun kembali sebagaimana adanya atau kejadian semula. Manakala kajian rekontruksi pelajar-pelajar Melayu program Rancangan Persediaan Khas ke Jepun (RPKJ) juga menfokus kepada menilai semula amalan jati diri berkaitan aspek pengurusan masa dalam pembentukan jati diri demi mencapai kecemerlangan di bidang akademik dan pergaulan sosial mengikut asas budaya Melayu dan ajaran serta nilai-nilai agama Islam di samping merujuk nilai-nilai dan budaya masyarakat Jepun.

Aspek pengurusan masa merupakan satu ilmu yang berkaitan dengan teknik dan cara seseorang itu mengurus, membahagi dan mengatur masa sehariannya supaya dapat dimanfaatkan dengan lebih bijak. Pelajar-pelajar di institusi pengajian sepatutnya mengetahui cara yang efektif untuk menggunakan masa. Ini adalah kerana tempoh pengajian di universiti adalah terhad. Ini kerana kesibukan dengan aktiviti-aktiviti pembelajaran di dalam kelas dan kuliah serta kegiatan ko-kurikulum dan sosial. Jika pelajar gagal, ia akan meninggalkan kesan negatif terhadap masa depan mereka.

Kajian ini, melihat pelajar yang masih menjalani pengajian persediaan di Ambang Asuhan Jepun, Universiti Malaya. Pelajar-pelajar RPKJ yang terpilih menimba ilmu di negara Jepun akan menjalani kursus persediaan di Universiti Malaya selama 4 semester atau dua tahun. Dengan kekangan masa dalam mempelajari bahasa

Jepun yang perlu dikuasai dalam semester satu, ada pelajar yang agak ketinggalan dan kemampuan bersaing yang rendah dengan pelajar-pelajar lain dalam menguasai bahasa Jepun. Penguasaan bahasa Jepun penting kerana subjek sains akan diajar dalam bahasa Jepun bermula semester dua hingga semester empat. Kekerapan bergaul dengan pelajar-pelajar sekursus dan pensyarah atau guru-guru dari Jepun di kampus akan meningkatkan keyakinan diri dan mempertajamkan lagi kemahiran berbahasa serta dapat mempelajari cara pengurusan masa dengan masyarakat Jepun. Ini penting kerana mereka akan melanjutkan pelajaran selama empat tahun dalam bidang kejuruteraan yang amat mencabar di Jepun nanti.

Kejayaan orang Jepun dalam memajukan negara mereka boleh dijadikan rujukan kerana mereka tidak melupakan pembentukan modal insan dan nilai-nilai budaya serta disiplin diri. Pendekata, seseorang pelajar itu penting menjaga disiplin dalam menguruskan masa terutama dari segi urusan seharian dan dalam menjalankan aktiviti akademik dan dalam bersosial.

## **PERNYATAAN MASALAH**

Jika tidak dapat mengurus masa dengan baik, seseorang pelajar akan mengeluh kerana merasakan masa itu berlalu dengan begitu cepat. Kelemahan pengurusan masa dari segi menyediakan dan menyiapkan senarai perkara perlu dibuat meninggalkan kesan negatif dalam pengurusan pembelajaran pelajar. Lazimnya, para pelajar di kebanyakan institusi pengajian di Malaysia dibebani dengan pelbagai kerja kursus, kerja amali, ujian berkala dan pembentangan kerja kumpulan sepanjang semester. Selain itu, pelajar juga terlibat dalam aktiviti ko kurikulum khususnya kegiatan di kolej penginapan. Pada musim peperiksaan pula, pelajar sibuk mengulang kaji pelajaran.

Pengurusan diri pelajar seperti masa tidur, bangun, masa mengulangkaji dan beribadat mahupun beriadah juga menggunakan masa pelajar. Oleh demikian, pelajar yang tidak mempunyai menyediakan merancang dengan betul akan hilang arah kerana tidak

mempunyai panduan tentang perkara yang perlu dilakukan setiap hari. Pelajar boleh menjadi buntu dan malas jika tidak jelas dengan tanggungjawab yang perlu mereka sempurnakan.

Masalah untuk membezakan perkara mana yang perlu diberi keutamaan juga berlaku kepada pelajar. Misalnya, jika pelajar perlu mencuci bajunya dan menyiapkan kerja kursus, ada pelajar yang tidak dapat membezakan tugas yang mana lebih penting untuk disiapkan dahulu. Pelajar juga perlu bijak membuat keputusan tanpa mengubah keputusan yang telah dibuat. Sekiranya pelajar kerap mengubah fikiran, tugas yang perlu disiapkan dalam senarai perkara perlu dibuat akan terjejas. Pelajar perlu bijak membuat keputusan untuk menentukan tugas yang lebih penting yang perlu diutamakan tanpa kecenderungan menukar fikiran sewenang-wenangnya. Sekiranya pelajar kerap mengubah pendirian mereka, rancangan asal akan menjadi kucar-kacir dan banyak tugas tidak dapat diselesaikan. Pelajar juga dibelenggu dengan sikap suka menanggung kerja. Sikap negatif ini akan menyebabkan banyak tugas dalam senarai perkara perlu dibuat tertangguh dan tidak dapat disiapkan pada hari tersebut. Lama-kelamaan, motivasi pelajar akan merosot kerana kebanyakan tugas yang telah dirancang untuk disiapkan akhirnya tidak dapat dilaksanakan. Akhirnya pelajar akan putus asa kerana tidak dapat melihat kepentingan membuat senarai tugas yang perlu dibuat. Sebaliknya pelajar yang cekap menyiapkan tugas yang dirancang untuk disempurnakan akan mempunyai konsep sendiri yang positif dari segi pengurusan dirinya. Ada kemungkinan salah satu punca pelajar menanggung kerja adalah kerana mereka menghabiskan banyak masa berbual melalui telefon atau berinteraksi dengan kawan-kawan secara maya melalui 'facebook'.

Satu lagi permasalahan ialah pelajar amat kurang memperuntukkan masa seharian mereka untuk beriadah. Senaman yang mencukupi adalah penting untuk menjamin kesihatan yang baik supaya pelajar dapat mengharungi kehidupan harian mereka dengan lancar tanpa gangguan kesihatan. Kementerian Kesihatan Malaysia

mengesyorkan agar rakyat Malaysia membuat senaman sekurang-kurangnya lima kali seminggu, 30 minit setiap kali senaman.

Setiap semester, masalah ketidak tepatan masa para pelajar untuk menghadiri kuliah sering menjadi isu kepada setiap pensyarah. Pelbagai cara telah dilakukan untuk mengatasi masalah ini tetapi semua ini seolah-olah tiada kesudahan. Ini sering berlaku untuk jadual kuliah yang bermula pada jam 8 pagi atau 2 petang iaitu selepas rehat sejam.

Para pensyarah dan guru-guru merasakan masalah ini sangat serius dan mengambil tindakan mengumpul semua pelajar RPKJ. Hasil maklum balas yang diperolehi daripada soal jawab yang dilakukan, antara alasan mereka sering terlewat ke kuliah disebabkan bangun lewat kerana tidur lewat, ulangkaji setiap malam yang habis lewat, kesesakan bilik mandi, dan tertinggal buku. Dari pemerhatian yang dibuat di dalam kuliah, para pelajar majoritinya lewat menghadiri kuliah dalam lingkungan 5 hingga 10 minit.

Akibat dari kelewatan para pelajar ini, proses pengajaran dan pembelajaran terganggu dan boleh merencatkan suasana di dalam kuliah. Masalah ini akan merugikan tahap pembelajaran pelajar itu sendiri. Ini menimbulkan rasa ketidakpuasan hati di kalangan para guru Jepun kerana pelajar yang lewat hadir ke kuliah seolah-olah tidak menghormati pensyarah dan rakan kuliah yang lain. Tambahan pula pelajar seringkali diingatkan supaya sentiasa menepati masa. Menurut Aziz (2007), dalam penulisannya mengenai masalah disiplin pelajar menyatakan, di antara masalah disiplin yang paling besar adalah ponteng dan hadir lewat ke sekolah. Berdasarkan pemerhatian yang diperolehi, kajian rekontruksi berkaitan pengurusan masa dijalankan supaya menjadi rujukan dalam meningkatkan lagi tahap pengurusan masa pelajar-pelajar RPKJ.

## **OBJEKTIF KAJIAN**

1. Sejauh mana tahap rekontruksi pelajar-pelajar RPKJ dari aspek pengurusan masa ketika menuntut di Ambang Asuhan Jepun (AAJ).

2. Sejauh mana pemantapan jati diri dapat diaplikasikan oleh pelajar-pelajar RPKJ dari segi pengurusan masa dalam meningkatkan kecemerlangan akademik dalam persediaan pengajian ke Jepun berpandukan nilai Melayu - Islam dan nilai budaya Jepun.

### **KEPENTINGAN HASIL KAJIAN:**

Hasil Kajian ini akan menjadi rujukan bukan hanya kepada pelajar-pelajar RPKJ tetapi juga pelajar-pelajar yang menuntut di PASUM. Ini kerana pengkaji juga mengajar subjek pembinaan dan pemantapan jati diri di PASUM dan salah satu topik utama dalam pemantapan skil ialah pengurusan masa dalam meningkatkan jati diri. Aspek ini adalah penting dalam membentuk pelajar-pelajar PASUM menjadi pelajar yang dapat menguruskan masa dengan lebih efektif dalam meningkatkan kecemerlangan akademik di PASUM seterusnya melanjutkan pelajaran ke fakulti yang berkaitan. Dalam memantapkan lagi pengurusan masa pelajar di RPKJ, kajian ini akan meningkatkan lagi tahap motivasi pelajar untuk menumpukan kepada akademik yang cemerlang dan pergaulan sosial yang lebih matang. Matlamat negara yang ingin melahirkan masyarakat yang bermodal insan yang cemerlang boleh menjadi rujukan dari kajian ini. Kajian lanjut juga boleh dijalankan dalam melihat faktor-faktor lain berkaitan dengan pengurusan masa.

### **METODOLOGI KAJIAN:**

Kajian ini merupakan kajian deskriptif dengan menggunakan kaedah pengumpulan data secara soal selidik. Soal selidik yang digunakan dalam kajian ini terdiri daripada soal selidik skala Tingkah Laku Pengurusan Masa bagi mengukur pemboleh ubah yang dikaji. Skala Tingkah Laku Pengurusan Masa oleh Macan et al. (1994) dan diubahsuai mengikut aktiviti yang disarankan oleh pengkaji untuk kajian aspek pengurusan masa pelajar RPKJ.

Populasi kajian terdiri dari pelajar Rancangan Persediaan Khas ke Jepun (RPKJ) kumpulan ke 34 dan menjalani pengajian selama dua

tahun di Ambang Asuhan Jepun (AAJ), Universiti Malaya. Seramai 100 orang pelajar dipilih sebagai responden. Pelajar-pelajar ini terdiri daripada pelajar cemerlang SPM yang terpilih menerima biasiswa Jabatan Perkhidmatan Awam, Malaysia untuk pengajian di bidang kejuruteraan di universiti Jepun.

Soalan dari aspek pengurusan masa pelajar meliputi amalan harian yang boleh mempengaruhi pencapaian akademik dan aktiviti sosial. Antara soalan dalam soal-selidik kepada responden ialah purata masa tidur setiap hari, purata masa bangun setiap hari, purata jam tidur sehari, purata solat dan ibadah lain, purata beriadah, berekreasi/bersosial, purata masa mengulangkaji dan belajar dan purata bermain permainan komputer atau permainan dalam talian.

## **TINJAUAN LITERATUR**

Di zaman globalisasi ini, masa berjalan begitu cepat dan perubahan sesuatu perkara atau teknologi juga amat cepat. Dunia tanpa sempadan menyebabkan mereka yang gagal menguruskan masa dengan baik akan ketinggalan dan mereka yang berjaya menguruskan masa dengan bijak akan terus maju ke depan. Menurut Noraini(1994), pelajar perlu mengetahui kaedah yang baik dalam pengurusan masa. Ini kerana pengurusan masa akan menyedarkan pelajar tentang kepentingan masa dalam menjalani kehidupan seharian. Dengan itu mereka akan menggunakan masa dengan kerja yang bermanfaat.

Mohd Najib dan Choong Yoon Weng (2002), pula menyatakan setiap manusia mempunyai masa yang sama banyak iaitu 24 jam sehari tetapi ramai yang merungut tentang masa yang diberikan tidak mencukupi. Dengan itu menjadi keperluan mengetahui kaedah yang sesuai dan berkesan untuk menguruskan masa terutama pelajar-pelajar. Lewis (1991) pula membahagikan masa kepada lima kategori kemahiran dalam pengurusan iaitu kemahiran pengurusan kemanusiaan, kemahiran pengurusan merancang, kemahiran pengurusan melaksanakan, kemahiran pengurusan motivasi diri dan kemahiran pengurusan inovasi.



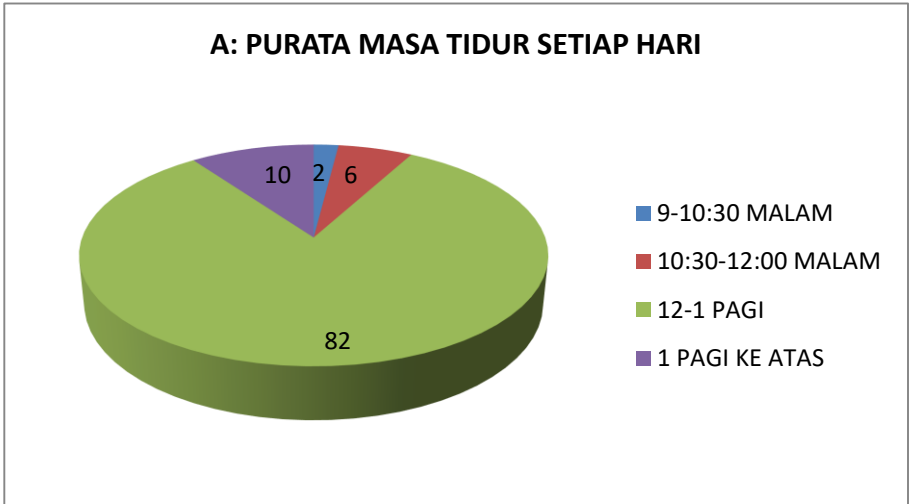
Manakala falsafah pengurusan Jepun amat menitik beratkan tentang pengurusan masa. *Kaizen* merupakan satu strategi kreatif Jepun dalam pengurusan untuk meningkatkan persaingan yang kompetitif dalam sesebuah syarikat. *Kaizen* diperkenalkan oleh Masaki Imai dalam tahun 1986. *Kaizen* bermaksud, 'Penambahkan yang berterusan'. Menurut Channon(2005), *kaizen* merupakan satu proses kelangsungan untuk memperbaiki kehidupan, peribadi, sosial, rumah atau kerja. Dalam konteks tempat kerja dan penghasilan produktiviti, pengurusan masa yang diamalkan dalam *kaizen* akan mengelakkan kerja bertanggung dan sentiasa bertambah baik dari sehari ke sehari. Dengan cara ini negara Jepun maju dan berdaya saing di peringkat global hingga ke hari ini.

## **ANALISIS DAPATAN**

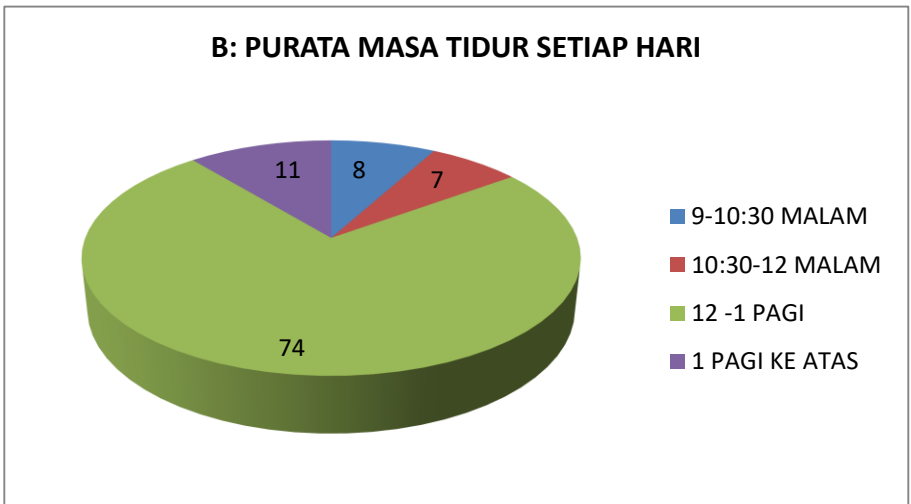
Terdapat 8 item yang telah digunakan bagi melihat tahap pengurusan masa pelajar-pelajar RPKJ menerusi maklum balas soal-selidik. Responden memberikan maklumbalas berdasarkan solan-soalan yang ditanya sebanyak dua kali iaitu selepas responden berada 4 bulan di AAJ dan Selepas melebihi setahun berada di AAJ. Ini bertujuan untuk melihat samada terdapat perubahan yang ketara dari aspek pengurusan pelajar berdasarkan soalan soal-selidik yang berkaitan. Kaedah Lewis(1991) yang membahagikan lima kemahiran pengurusan masa dijadikan panduan dalam analisis dapatan. Sebagai rujukan, Cartai Pai A adalah hasil dapatan kajian selepas 4 bulan responden berada di AAJ. Manakala Carta Pai B, adalah hasil dapatan kajian selepas setahun 4 bulan responden berada di AAJ.

**Item 1: PURATA MASA TIDUR SETIAP HARI**

**Jadual 1: Selepas 4 bulan Responden berada di AAJ**

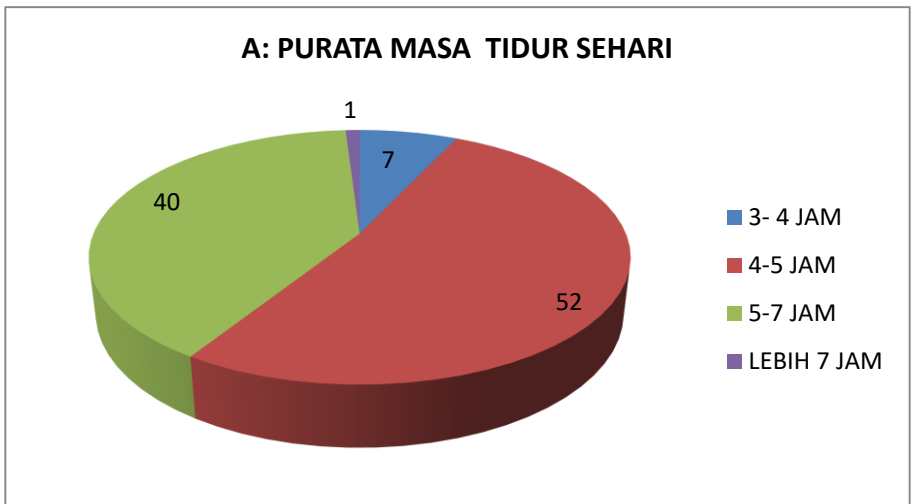


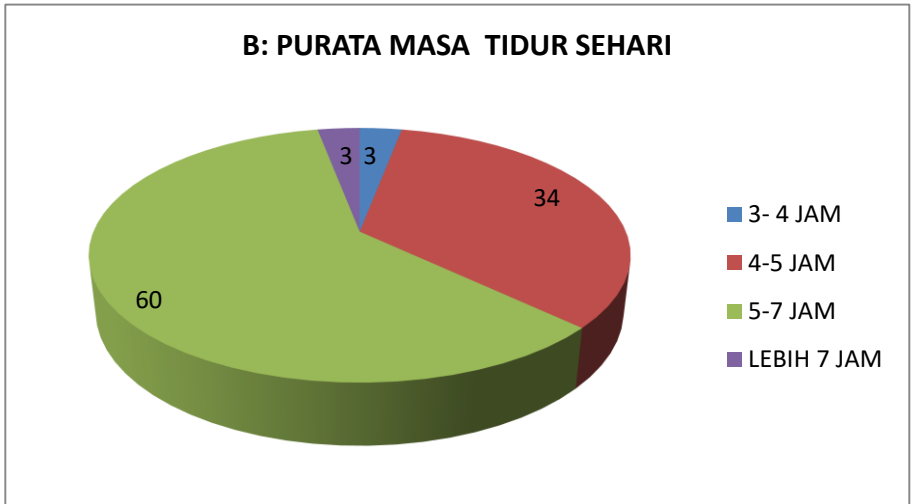
**Jadual 2: Selepas Setahun 4 bulan Responden berada di AAJ**



Analisis dapatan adalah berdasarkan Jadual 1 & 2 di atas. Dapatan berkaitan purata tidur setiap hari responden. Terdapat perbezaan purata di antara Jadual 1 dan Jadual 2 iaitu, di peringkat awal seramai 82 responden (82%) tidur di antara jam 12 hingga 1 malam dan 10 (10%) tidur melebihi jam 1 tengah malam. Maklumbalas yang diterima,, mereka berbuat demikian kerana mengulangkaji bahasa Jepun yang diajar oleh guru-guru Jepun. Oleh kerana bahasa Jepun susah dan pertama kali mempelajarinya, mereka terpaksa mengambil masa yang lama untuk mengulangkaji setiap hari. Sebaliknya Jadual 2 iaitu selepas lebih setahun berada di AAJ seramai 74 responden (74%) tidur di antara jam 12 hingga 1 malam dan 11(11%) tidur melebihi jam 1 tengah malam. Alasannya juga sama seperti di peringkat awal. Tetapi ada responden yang tidur awal iaitu di antara jam 9-10:30 malam, seramai 8 responden (8%). Alasannya ialah keletihan dan akan bangun lebih awal untuk mengulangkaji pelajaran.

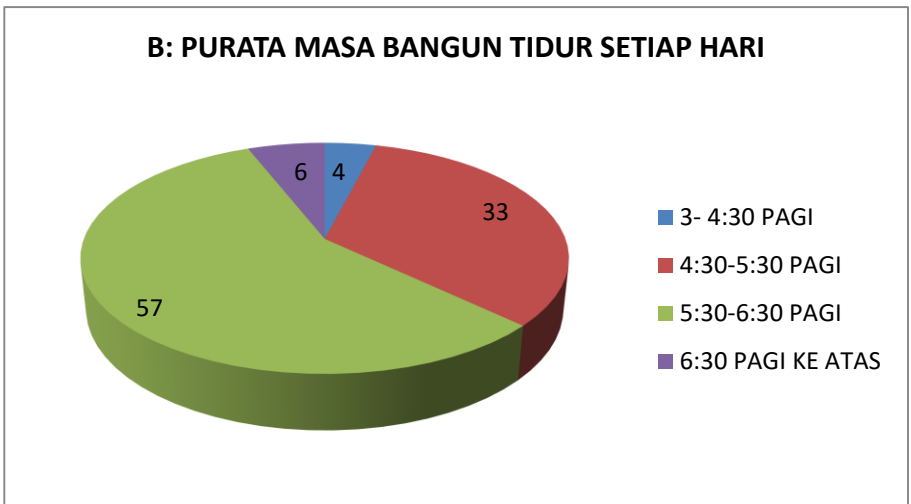
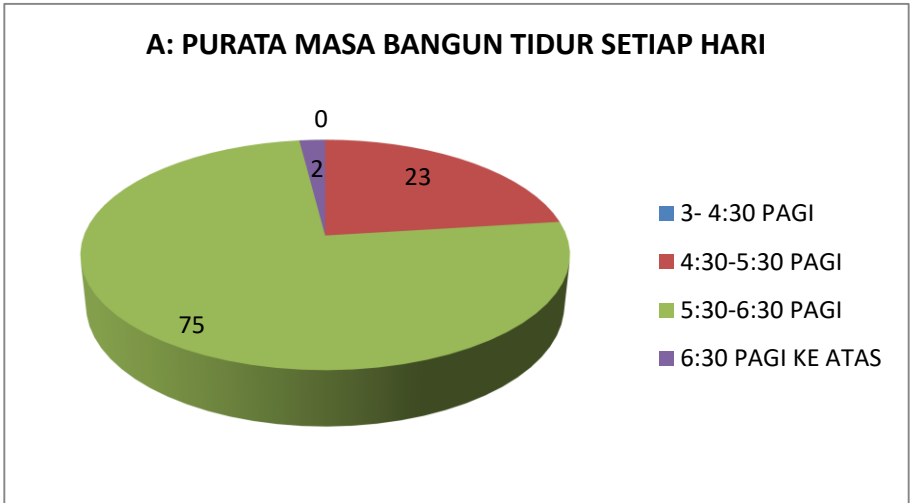
## Item 2: PURATA TIDUR SEHARI





Item 2 di atas mempunyai kaitan dengan Jadual 1 dan 2 sebelum ini. Dapatan menunjukkan di peringkat awal purata jam tidur responden lebih 4 jam tetapi kurang 7 jam seramai 91 responden (91%) , manakala ada seorang sahaja tidur melebihi 7 jam. Alasannya ialah dengan tidur yang mencukupi akan dapat menumpukan pembelajaran di kelas dan mengelak mengantuk ketika di dalam kelas. Selepas setahun lebih berada di AAJ, dapatan menunjukkan purata jam tidur responden lebih 4 jam tetapi kurang 7 jam seramai 94 responden (94%) , manakala terdapat 3 orang tidur melebihi 7 jam. Ada 3 orang yang tidur purata kurang 4 jam sehari. Alasannya mata tidak boleh tidur atau lelap dan juga menyiapkan kerja atau tugas yang belum siap.

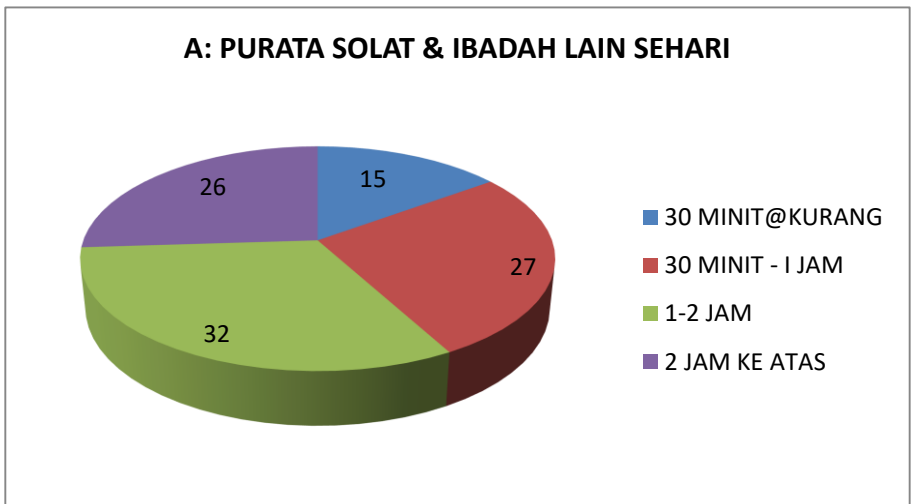
**Item 3: PURATA MASA BANGUN SETIAP HARI**

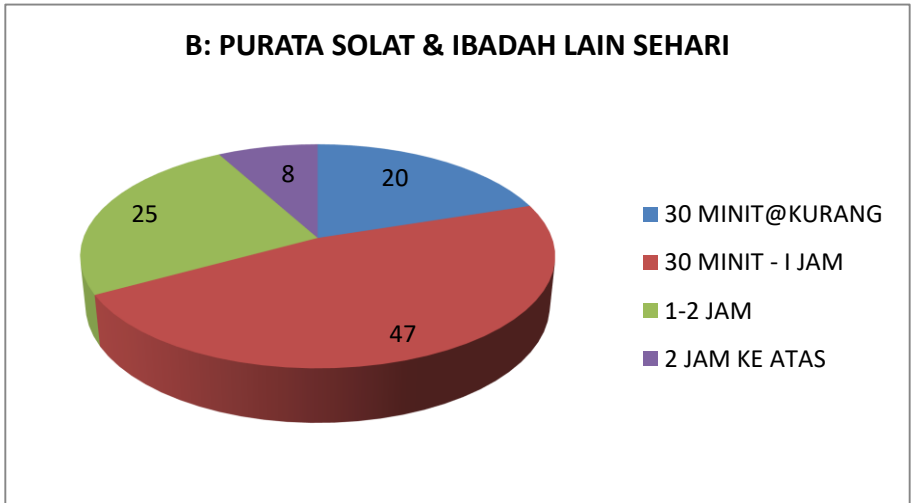


Dalam Item 3, di peringkat awal, purata bangun tidur responden setiap hari di antara jam 4:30 hingga 5:30 pagi ialah 23

responden (23%), manakala di antara 5:30 hingga 6:30 pagi seramai 75 responden (75%). Manakala selepas lebih setahun di AAJ, purata bangun tidur setiap hari responden di antara jam 4:30 hingga 5:30 pagi ialah 33 responden (33%), manakala di antara 5:30 hingga 6:30 pagi ialah 57 responden (57%). Dan ada yang bangun lebih awal iaitu antara jam 3 – 4:30 pagi, iaitu seramai 4 responden (5%) dan ada juga yang bangun melebihi 6:30 pagi iaitu seramai 6 responden (6%). Menurut responden yang bangun lewat, alasannya kerana mereka berjaga sehingga lewat malam untuk mengulangkaji pelajaran dan ada juga kadang mereka bermain komputer dan melayari internet kerana sewaktu pelajar lain tidur, wifi di kolej penginapan menjadi lebih laju kerana tidak ramai yang menggunakannya.

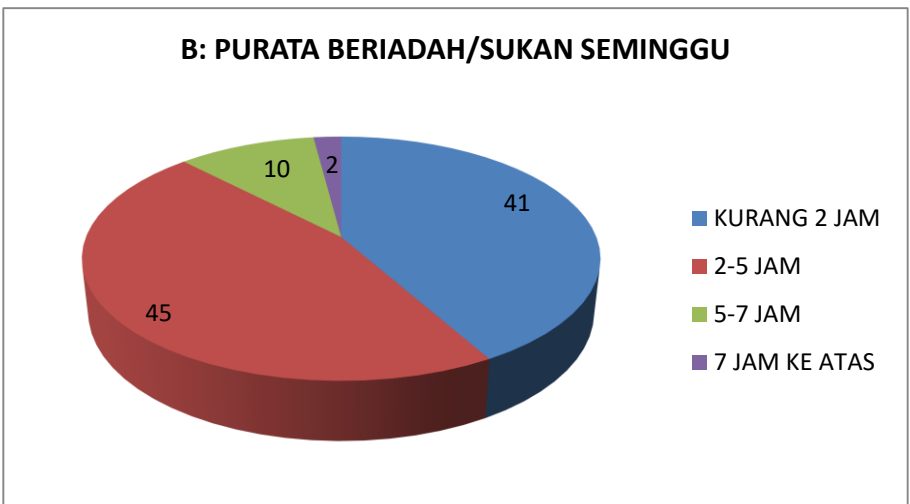
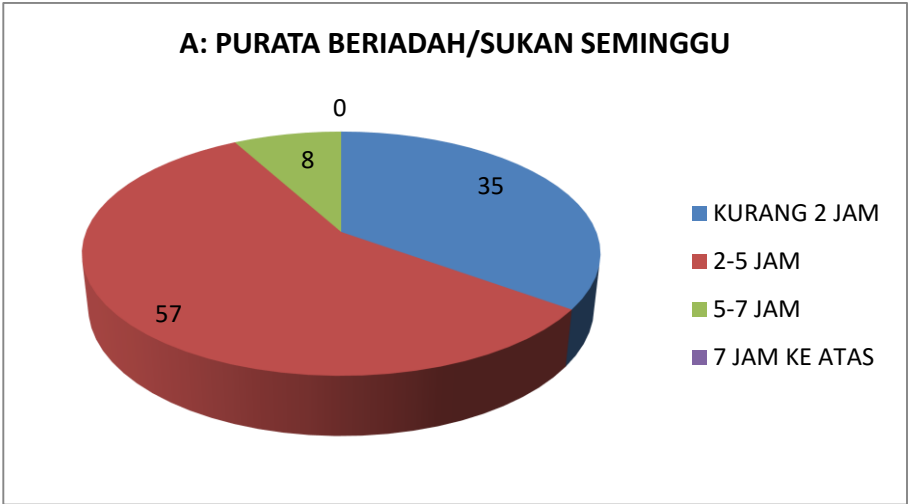
#### Item 4: PURATA SOLAT DAN IBADAH LAIN DALAM SEMINGGU





Item 4 berkaitan dengan purata responden mengerjakan ibadah harian seperti solat, membaca Al Quran dan sebagainya. Dapatan item 4 menunjukkan di peringkat awal purata beribadat terutama mengerjakan solat dan baca Al Quran yang lebih 30 minit seramai 85 responden (85%) , manakala selepas melebihi setahun, seramai 92 responden (92%) yang beribadat iaitu mengerjakan solat dan membaca Al Quran dalam sehari melebihi 30 minit. Perubahan tidak begitu ketara kerana pelajar-pelajar RPKJ mempunyai asas yang kukuh dalam didikan agama. Ini kerana kebanyakan pelajar datang dari sekolah sains berasrama penuh. Didikan dan amalan agama pelajar-pelajar ini lebih baik kerana kebanyakannya diberi pengukuhan oleh guru-guru semasa di sekolah menengah dulu.

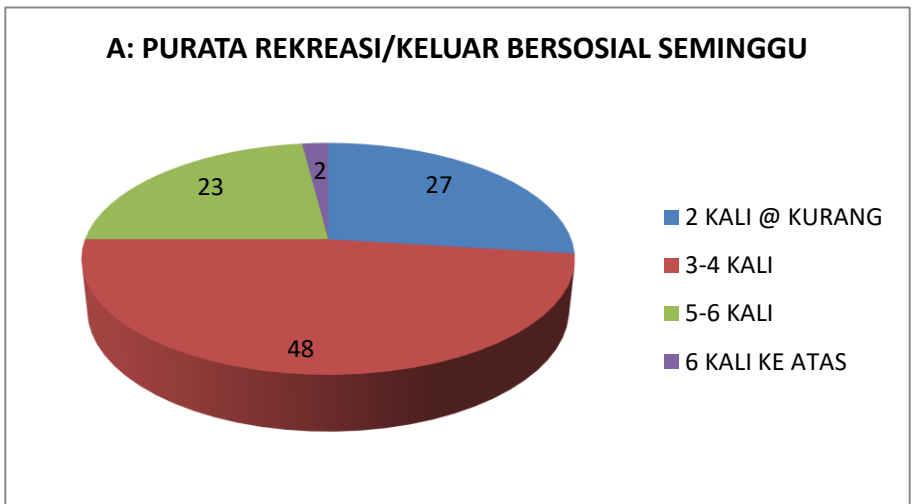
**Item 5: PURATA BERIADAH DAN BERSUKAN DALAM SEMINGGU**

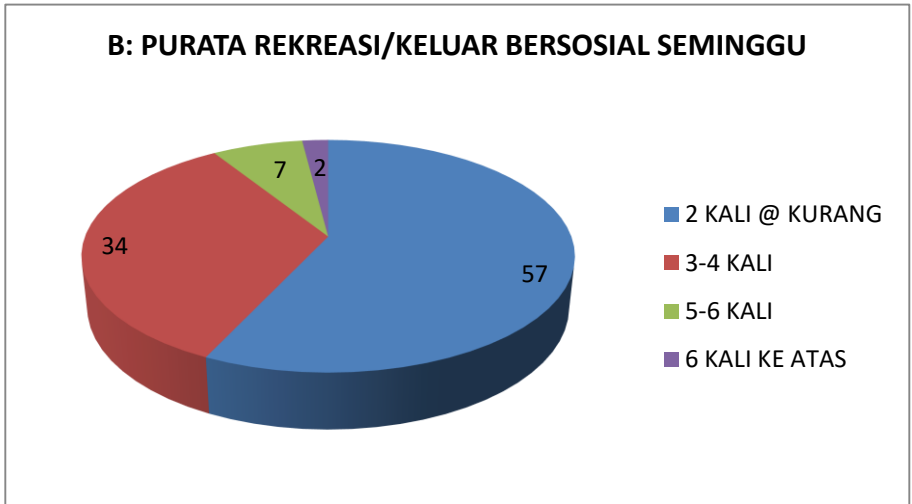




Item 5, merujuk kepada purata beriadah atau bersukan dalam seminggu. Di peringkat awal, hamper semua responden didapati beriadah kurang daripada 5 jam seminggu iaitu 92 responden(92%) dan 35 responden (35%) kurang daripada 2 jam dan di dalam jumlah tersebut 15 responden(15%) tidak turun beriadah walaupun berjogging. Alasan mereka kerana kepenatan dan lebih suka berehat di dalam bilik. Begitu juga selepas setahun, responden masih lagi kurang beriadah walaupun ada sebilangan kecil suka bersukan pada setiap petang selepas selesai kuliah iaitu 11 responden (11%). Mereka berpendapat, jika beriadah dapat menghilangkan tekanan dan juga boleh sihatkan badan. Jika dilihat daripada carta di atas seramai 86 responden (86%) masih kurang dari 5 jam beriadah dalam seminggu. Alasannya ialah kerana masa berakhir kuliah agak lewat iaitu 5:50 petang dan adakalanya kena duduki ujian ulangan sehingga lewat petang. Ini membuatkan mereka kepenatan dan kesuntukan masa untuk beriadah. Manakala di hujung minggu pula kebanyakan masa diperuntukan untuk membuat tugas dan berehat.

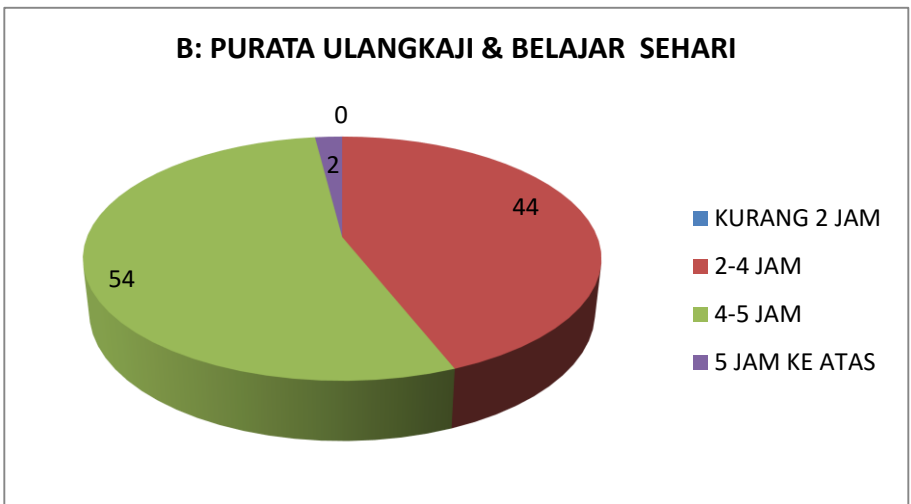
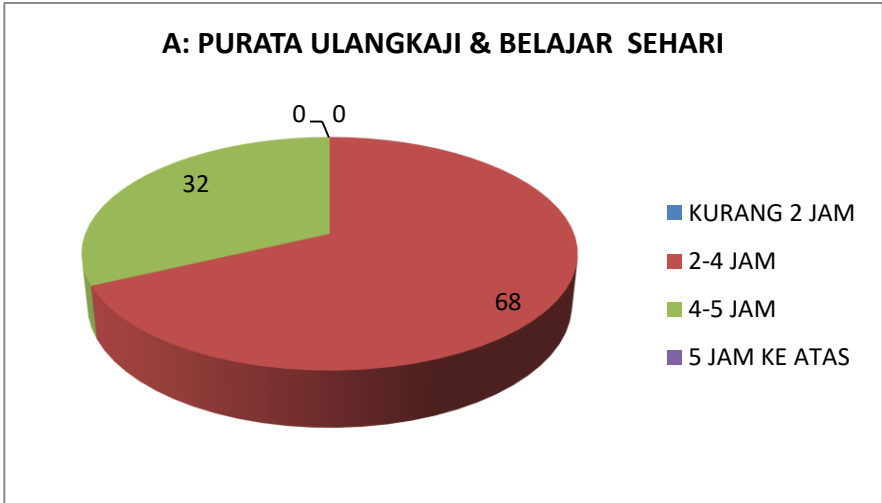
**Item 6: PURATA BEREKREASI/KELUAR BERSOSIAL DALAM SEMINGGU**





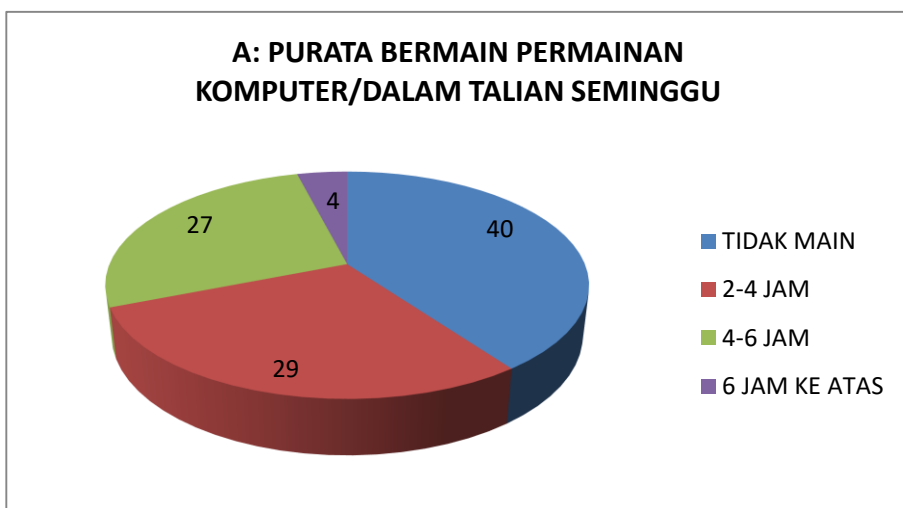
Manakala item 6 pula, diperingkat awal, 73 responden (73%) suka keluar bersosial dan berekreasi dengan rakan-rakan terutama ke Mid Valley Mega Mall dan ke Kuala Lumpur kerana kemudahan pengangkutan keretapi elektrik LRT yang tidak jauh dari kampus. Aktiviti ini biasanya dilakukan di hujung minggu. Antara aktiviti yang dijalankan ketika keluar bersosial ialah menonton wayang, makan bersama kawan, bermain bowling dan jalan-jalan di pusat membeli belah. Manakala selepas setahun berada di AAJ, dengan kesibukan pengajian dan peperiksaan membuatkan ramai responden yang kurang keluar bersosial dan berekreasi, iaitu 47 responden (47%) sahaja yang melebihi 3 kali keluar dalam seminggu

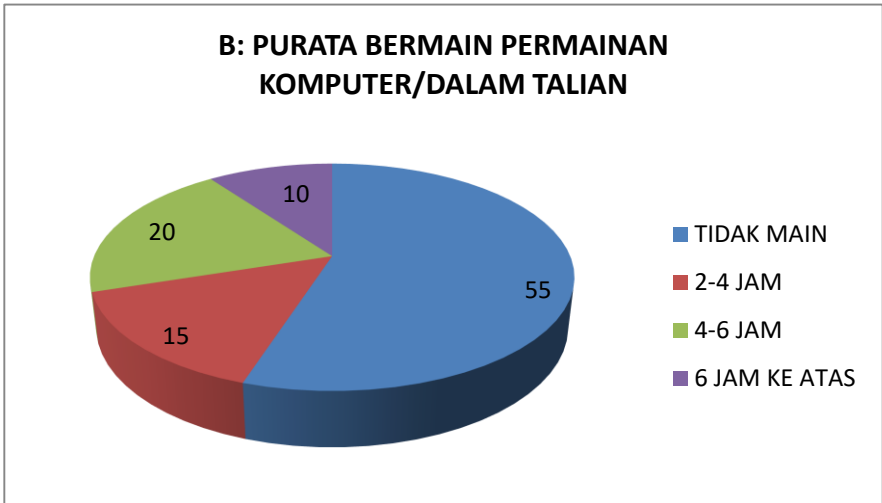
**Item 7: PURATA MENGULANGKAJI DAN BELAJAR DALAM SEMINGGU**



Dalam item 7 iaitu mengulangkaji dan belajar selepas kelas atau kuliah, dapatan di peringkat awal berada di AAJ, 68 responden (68%) mengulangkaji dan belajar antara 2- 4 jam sehari, manakala 32 responden (32%) di antara 4 – 5 jam sehari. Selepas melebihi setahun 44 responden (44%) mengulangkaji dan belajar di antara 2-4 jam sehari, manakala 54 responden (54%) di antara 4 – 5 jam sehari. Dan tidak ada yang menyatakan mereka mengulangkaji kurang dari 2 jam. Ini menunjukkan semakin lama mereka berada di AAJ, kesedaran mengulangkaji dan belajar selepas kelas adalah amat penting. Manakala 2 responden(2%) yang mengulangkaji dan belajar melebihi 5 jam sehari kerana terpaksa mengambil masa yang lebih lama untuk memahami dan menghafal terutama perkataan dan tulisan kanji dalam bahasa Jepun. Selain itu ada pelajar yang terpaksa mengulangkaji sehingga lewat malam kerana subjek sains juga diajar dalam bahasa Jepun dan banyak perkataan dan istilah yang perlu dihafal dalam bahasa Jepun.

**Item 8: PURATA BERMAIN PERMAINAN KOMPUTER /  
PERMAINAN DALAM TALIAN DALAM SEMINGGU**





Manakala item 8 pula merujuk kepada sikap pelajar yang suka bermain permainan komputer dan permainan dalam talian. Jika dibandingkan di peringkat awal berada di AAJ, dan selepas lebih setahun di AAJ, dapatan menunjukkan bahawa di peringkat awal lebih ramai responden yang bermain permainan komputer iaitu seramai 60 responden(60%) dan berkurang selepas itu iaitu 45 responden(45%). Alasan responden ialah mereka bermain untuk mengurangkan tekanan belajar dan juga merehatkan fikiran selepas habis mengulangkaji. Ada yang memberikan alasan sukar untuk tidur, menyebabkan mereka bermain permainan komputer atau permainan atas talian. Ada juga yang bermain dengan menggunakan telefon bimbit pintar yang mereka miliki. Selain itu, punca pengurangan responden bermain permainan komputer dan permainan atas talian kerana kesibukan dengan tugas dan mengulangkaji pelajaran. Selain itu, kelajuan wifi di kolej yang tidak memuaskan. Jika dilihat pada carta di atas, ramai juga yang tidak suka bermain permainan computer terutama pelajar perempuan. Alasan mereka ialah ianya membuang masa dan boleh melalaikan daripada fokus kepada pembelajaran.

Dalam menilai rekontruksi pelajar-pelajar, aspek pengurusan masa yang dilihat dari soal-selidik dalam dua tahap masa yang berbeza di atas, telah menunjukkan pelajar-pelajar RPKJ yang dipilih majoritinya boleh berubah dan mengikut kehendak pengurusan masa yang positif lebih daripada yang negatif. Perubahan dalam menilai masa untuk beribadah(item 4), beriadah atau bersukan (item 5) dan berekreasi atau keluar bersosial(item 6) telah menonjolkan rasa tanggungjawab pelajar terhadap akademik dan matlamat program pengajian ke Jepun dengan membahagikan masa dengan lebih terancang. Ini dibuktikan, apabila mereka berada lebih lama di AAJ dan kesan daripada persekitaran dan bersosial. Dengan masa pembelajaran di AAJ yang amat padat, pelajar-pelajar yang berjaya mengurus masa dengan baik dan efektif dapat membahagikan masa mereka dalam menjalankan aktiviti-aktiviti harian termasuk aktiviti akademik dan bersosial.

## **KESIMPULAN**

Dalam menilai tahap rekontruksi pelajar-pelajar RPKJ, pendekatan Lewis (1991) dijadikan rujukan. Dari aspek kemahiran pengurusan kemandirian, pelajar-pelajar RPKJ telah mampu bergaul dengan rakan-rakan lain dan juga guru-guru yang mengajar. Dari situ mereka berjaya mengubah cara pengurusan masa dengan lebih efektif dari segi urusan seharian iaitu masa tidur dan bangun dan juga dari segi beribadah, bersosial dan beriadah dengan menyesuaikan dengan masa yang begitu terhad. Seterusnya, dalam kemahiran pengurusan merancang, perubahan dilihat dari sikap pelajar yang boleh menggunakan aktiviti akademik iaitu mengulangkaji dan belajar untuk mengurus masa dengan tidak mengabaikan aktiviti riadah dan bersosial. Penjagaan kesihatan dan pemakanan juga diambil berat oleh pelajar serta ibadah tidak dilupakan. Kemahiran pengurusan membuat pula berkait rapat dengan merancang iaitu melaksanakan rancangan yang disusun. Majoriti pelajar dapat mengamalkan apa yang diperolehi dari persekitaran yang ada di AAJ terutama sikap dan contoh yang diajar oleh pensyarah tempatan dan guru-guru Jepun. Pendedahan budaya dan

teknologi Jepun serta teknik belajar yang betul yang memberikan kekuatan mental untuk pelajar-pelajar menguruskan masa dengan efektif. Seterusnya dari aspek kemahiran pengurusan motivasi diri juga dapat mengubah sikap pelajar dari bersikap kerja bertanggung, tidak pro aktif dan cepat putus asa menjadi pelajar yang lebih berinovasi dengan pelbagai pendedahan yang dijalankan oleh pihak AAJ. Tifla Zakaria (1989) menyatakan bahawa kecemerlangan pelajar dalam akademik berkait rapat dengan aspek pengurusan masa. Jika pelajar mampu mengurus masa dengan baik kejayaan akan menyusuli.

Pada keseluruhannya, pengurusan masa itu amat penting bagi setiap individu kerana ia membolehkan pelajar menggunakan masa dengan sebaik-baik dan sebijak-bijaknya. Pengurusan masa yang teratur dan terancang akan membawa faedah dan pengurusan masa yang tanpa panduan dan matlamat akan membawa kesan yang buruk. Akhirnya akan menyukarkan kehidupan harian seseorang pelajar. Pengurusan masa cara Islam dan amalan budaya pengurusan masa oleh masyarakat Jepun jelas merupakan contoh yang terbaik dalam konteks ini. Hal demikian kerana kita dapat lihat tahap disiplin rakyat Jepun, terutamanya perihal masa. Purata kelewatan *Shinkansen* iaitu keretapi laju selama 6 saat jelas menunjukkan betapa pentingnya masa kepada mereka. Daripada nilai murni ini, jelaslah mengapa rakyat Jepun sering dikatakan sebagai rakyat yang cekap, tertib, dan menepati masa. Jadi, jika mereka boleh, mengapa tidak kita? Kepentingan masa dalam diri seorang pelajar dapat membentuk seorang individu yang cemerlang kerana masa lapang dipenuhi dengan perkara-perkara yang lebih berfaedah. Oleh itu, pengurusan masa yang efektif dapat membantu seorang pelajar untuk berjaya dengan lebih cemerlang,

## RUJUKAN

- Allock, D. (1996). *Time and Workload Management*. Petaling Jaya: Pelanduk Publications.
- Awang Sariyan. (2001). *Mencari Melayu dalam Jati diri Sebenar*, Artikel Dewan Budaya, Jun 2001.
- Chie Nakane.(1992).*Japanese Society*.Charles E.Tuttle Co. Publishers,Tokyo.
- Mohd Najib Abdul Ghafar & Choong Yoon Weng. (2002). *Perkaitan antara pengurusan masa dengan pencapaian akademik pelajar UTM*. Jurnal Pendidikan 8: 71-92.
- Noraini Ahmad (1994). *Pengurusan Masa*. Kuala Lumpur: Berita Publishing Sdn. Bhd.
- Ralph Lewis (1991). *Time Management: Extra Participant's Guide*: Stylus Pub Llc.
- Tifla bin Zakaria (1989). *Pengurusan Masa Secara Praktikal*. Kertas Kerja Khusus Pengurusan Masa,UTM Kuala Lumpur.
- Yusuf Al-Qardawi. (2011). *Rahsia Pengurusan Masa Cara Islam*. Kuala Lumpur:Synergy Media.
- Zainol Abidin Kasim.(2016).*Jati diri: Pembinaan dan Pemantapan*.UM Press, Kuala Lumpur.

## Rujukan Internet

- [https://prezi.com/uc\\_zzb43ex9x/pengurusan-masa-dalam-kalangan-mahasiswa-politeknik-ungku-om/](https://prezi.com/uc_zzb43ex9x/pengurusan-masa-dalam-kalangan-mahasiswa-politeknik-ungku-om/)(20.10.2015)
- <http://www.simplypsychology.org/social-identity-theory.html>(20.10.2015)
- [http://www.fp.utm.my/epusatsumber/pdffail/ptkghdfwp2/p\\_2004\\_5776\\_6e3369e2d8e446e58479c664f5e320e4.pdf](http://www.fp.utm.my/epusatsumber/pdffail/ptkghdfwp2/p_2004_5776_6e3369e2d8e446e58479c664f5e320e4.pdf)(15.3.2016)
- <http://sites.austincc.edu/student-skills-workshops/time-management-and-goalsetting/time-management-tips/> (15.3.2016)
- <http://success.oregonstate.edu/learning-corner/time-management/managingprocrastination> (8.5.2016)



[http://www.fp.utm.my/epusatsumber/pdffail/ptkghdfwp2/p\\_2007\\_7712\\_482ecb48a9b946709d3c4296574fede6.pdf](http://www.fp.utm.my/epusatsumber/pdffail/ptkghdfwp2/p_2007_7712_482ecb48a9b946709d3c4296574fede6.pdf)(8.5.2016)

[https://wahdahperkongsian.wordpress.com/10-wasiat-as-syahid-imam-hassan-al-banna/\(7.7.2016\)](https://wahdahperkongsian.wordpress.com/10-wasiat-as-syahid-imam-hassan-al-banna/(7.7.2016))

<http://www.kuis.edu.my/comm2014/e proceedings/C035%20PERSEPSI%20MAHASISWA%20KUIS%20TERHADAP%20AMALAN%20PENURUSAN%20MASA.pdf>(8.7.2016)

## Lampiran Soalan Kaji Selidik

### KAJI SELIDIK PENGURUSAN MASA : RPKJ KUMP KE 34 TANDAKAN ( / )

SOALAN/MASA	9 -10:30 MLM	10:30 -12 MLM	12 -1 PAGI	1 PAGI KE ATAS
1. PURATA TIDUR SETIAP HARI				
(WAKTU)	3 - 4:30 PG	4:30 -5:30 PG	5:30 - 6:30 PG	6:30PAGI KE ATAS
2. PURATA BANGUN SETIAP HARI				
(PURATA JAM)	3 - 4 JAM	4 - 5 JAM	5 - 7 JAM	LEBIH 7 JAM
3. PURATA TIDUR SEHARI				
(PURATA MASA)	30 MIN @KURANG	30 MIN – 1 JAM	1 JAM - 2 JAM	2 JAM KE ATAS
4. PURATA SOLAT & IBADAH LAIN				
(DLM SEMINGGU)	KURANG 2 JAM	2 - 5 JAM	5 - 7 JAM	7 JAM KE ATAS
5. BERIADAH/SUKAN				
(DLM SEMINGGU)	2 KALI @ KURANG	3 - 4 KALI	4 - 5 KALI	6 KALI KE ATAS
6. REKREASI/KELUAR				
(DLM SEHARI)	KURANG 2 JAM	2 - 4 JAM	4 - 5 JAM	5 JAM KE ATAS
7. ULANGKAJI & BELAJAR				
SEMINGGU	TIDAK MAIN	2 - 4 JAM	4 - 6 JAM	6 JAM KE ATAS
8. BERMAIN KOMPUTER/PERMAINAN DLM TALIAN				

- Komen pelajar berkaitan pengurusan masa: