

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR
MENGUNAKAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA
SMA NEGERI 1 BANDAR SRIBHAWONO**

(Skripsi)

Oleh :
Wahyu Riyanto



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

ABSTRACT

IMPROOVE THE HUMAN CAPACITY OF STUDY TIME MANAGEMENT BY USING THE GUIDANCE GROUP TO STUDENT OF SENIOR HIGH SCHOOL BANDAR SRIBAWONO.

By

WAHYU RIYANTO

The main problem of this research is the management of student learning time is not quite effective. The purpose of the study is to improve the management ability of students by using this methodeto at SMA 1 Bandar Sribhawono, East Lampung. This research is pre-experimental designs of onegroup pretest posttest. The subjects of the study has 9 students who having high, medium, and low study time management. The data collection methode uses a study time management scale and analyzed by using the Wilcoxon test. The results showed that data analysis which using the Wilcoxon test obtained that the probability number was $0.012 < 0,05$ that H_0 rejected and H_a accepted. So, the conclusion is group guidance could improve the management skills of study time students at SMA 1 Bandar Sribhawono, East Lampung.

Keywords:management of study time, group guidance

ABSTRAK

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR MENGUNAKAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA SMA NEGERI 1 BANDAR SRIBHAWONO

Oleh

WAHYU RIYANTO

Masalah penelitian ini adalah manajemen waktu belajar siswa rendah. Tujuan penelitian untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar siswa menggunakan bimbingan kelompok pada siswa di SMA Negeri 1 Bandar Srihawono Kabupaten Lampung Timur. Penelitian ini menggunakan *pre-experimental designs* dengan teknik *one group pretest posttest*. Subjek penelitian ini sebanyak 9 siswa yang memiliki manajemen waktu belajar tinggi, sedang, dan rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala manajemen waktu belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis data menggunakan uji *wilcoxon* diperoleh angka probabilitas adalah $0,012 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Srihawono Kabupaten Lampung Timur.

Kata kunci : manajemen waktu belajar, bimbingan kelompok.

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR
MENGUNAKAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA
SMA NEGERI 1 BANDAR SRIBHAWONO**

Oleh :

WahyuRiyanto

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar
Sarjana Pendidikan

Pada

Program Studi Bimbingan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

Judul Skripsi : **MENINGKATKAN KEMAMPUAN
MANAJEMEN WAKTU BELAJAR
MENGUNAKAN BIMBINGAN
KELOMPOK PADA SISWA SMA
NEGERI 1 BANDAR SRIBHAWONO**

Nama Mahasiswa : **Wahyu Riyanto**

Nomor Pokok Mahasiswa : 1213052048

Program Studi : Bimbingan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

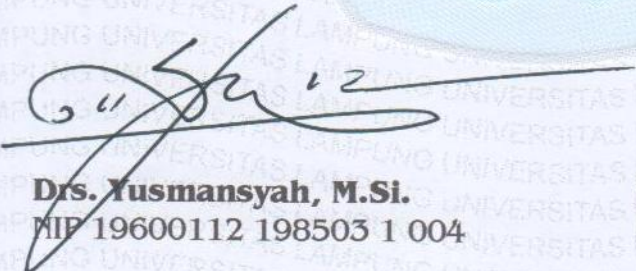
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

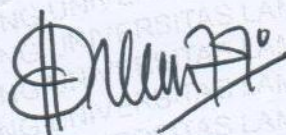
MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Pembimbing Utama

Pembimbing Pembantu


Drs. Yusmansyah, M.Si.
NIP 19600112 198503 1 004


Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.
NIP 19790714 200312 2 001

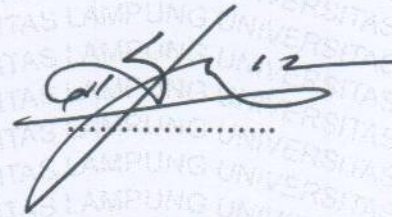
2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP 19760808 200912 1 001 /

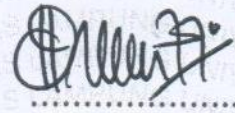
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

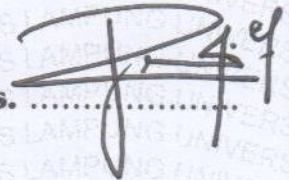
Ketua : **Drs. Yusmansyah, M.Si.**



Sekretaris : **Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.**



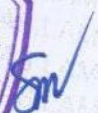
Penguji : **Redi Eka Andriyanto, S.Pd., M.Pd., Kons.**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Fatuan Raja, M.Pd.
NIP 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **18 September 2019**

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wahyu Riyanto
Nomor Pokok Mahasiswa : 1213052048
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini saya menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi dengan judul **“MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR MENGGUNAKAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA SMA NEGERI 1 BANDAR SRIBHAWONO”** adalah benar hasil karya penulis, bukan menjiplak hasil karya orang lain. Jika di kemudian hari ternyata ada hal yang melanggar dari ketentuan akademik universitas, maka saya akan bersedia bertanggung jawab dan diberi sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bandar Lampung, 22 Januari 2020

Yang menyatakan,



Wahyu Riyanto
NPM. 1213052048

RIWAYAT HIDUP



Penulis, Wahyu Riyanto lahir tanggal 15 Desember 1993 di Rumah Sakit Islam, Metro Timur, Kota Metro, Lampung adalah anak ketiga dari Bapak Suryadi dan Ibu Siti Khotijah.

Penulis menempuh pendidikan formal : SD Negeri 1 Pugung Raharjo lulus pada Tahun 2006; SMP Negeri 1 Sekampung Udik lulus Tahun 2009; kemudian melanjutkan ke SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono lulus Tahun 2012.

Pada tahun 2012 terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) tertulis.

Pada periode tahun 2015 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Pekon Margasari Kecamatan Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai Kabupaten Lampung Timur.

MOTTO

*‘Dan bersabarlah, karna sesungguhnya Allah SWT. Sekali-kali tidak menyia-nyiakan ganjaran orang-orang yang berbuat baik’
(QS. Hud : 116)*

*“The good life is a process, not a state of being. It is a direction, not a destination”
(Carl Rogers)*

*“Orang yang sukses adalah orang yang dapat bermanfaat untuk sekitarnya”
(Drs. Giyono, M.Pd.)*

*“Keajaiban adalah nama lain dari Kerja Keras. Jadi jangan pernah berhenti untuk bekerja keras jika kau ingin menciptakan keajaiban untuk diri kalian”
(Wahyu Riyanto)*

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini kupersembahkan karya kecilku ini kepada:

Mamak dan Nenekku yang selalu menyertaiku dalam doanya. Terimakasih atas kasih sayang dan cintanya yang telah banyak memberikan dukungan, khususnya untuk Mamak, terimakasih yang sedalam-dalamnya atas kesabaran, semangat dan pengorbanan yang luar biasa untuk keberhasilan putranya.

Untuk Alm Bapak yang menjadi penyemangatku untuk selalu berjuang dan bertekad untuk bisa menjadi anak yang bisa diandalkan nantinya dan bisa menempatkan diri sebagai sosok pengganti Bapak dalam keluarga.

Mbak Pur dan Mas Yuli serta Mas Agus dan Mbak Pipit, dan juga adikku Retno Pujiati yang selalu ada dan bersedia untuk direpotkan atas segala macam masalah yang aku hadapi.

Serta para sahabatku yang telah banyak memberikan dukungan dan kontribusi untuk terselesaikannya karya ini.

Karena kalian hidupku menjadi kuat dan memiliki tekad.

SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah hirabbil 'alamin, segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan rintangan serta kesulitan yang dihadapi, namun berkat bantuan, dukungan dan motivasi serta bimbingan yang tidak ternilai dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono Tahun Ajaran 2016/2017” ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd. selaku Dekan Fsayaltas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung;
2. Ibu Dr. Riswandi, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu pendidikan Fsayaltas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung;
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si. selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung serta selaku Pembimbing

Utama yang telah memberikan masukan dan mengarahkan dalam terselesaikannya skripsi ini;

4. Ibu Diah Utaminingsih, S. Psi., M. A., Psi. selaku Pembimbing Pembantu yang telah memberikan banyak masukan, bimbingan dan semangat agar skripsi ini terselesaikan dengan baik;
5. Bapak Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons. Selaku Dosen penguji, terimakasih atas kesediannya memberikan banyak bimbingan, masukan dan kritik yang membangun demi perbaikan skripsi ini agar terselesaikan dengan baik;
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini;
7. Bapak dan Ibu staf serta karyawan FKIP Unila, terimakasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan segala keperluan administrasi;
8. Bapak Drs. Darma, M. Si. sebagai kepala SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono yang telah berkenan memberikan ijin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian;
9. Bapak I Gusti Ngurah Usaha, S.Pd. selaku guru bimbingan dan konseling, serta staf tata usaha dan seluruh dewan guru SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono yang telah bersedia membantu penulis dalam mengadakan penelitian ini;
10. Siswa-siswi SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono yang telah bersedia menjadi subjek uji coba instrumen dalam mengadakan penelitian ini;

11. Mamakku, ibu Siti Khotijah yang selama ini luar biasa memberikan pengorbanan untuk putranya yang ingin kuliah ini, selalu memberikan dukungan dan kepercayaan kepadsaya, selalu mendoakanku disetiap doanya dan selalu mencintaiku dengan penuh kasih sayang. Mamak adalah sosok ibu yang kuat dan tegar yang saya punya. Pengorbanan dan kasihmu sungguh luar biasa tiada tara;
12. Almarhum Bapak, Bapak Suryadi (alm) terimakasih selama ini bapak sudah mengajarkan banyak hal untuk Wahyu. Bapak yang selalu berkorban untuk keluarga bahkan sampai akhir hidupnya bapak berjuang untuk keluarga. Saya sayang dan rindu Bapak;
13. Mbakku Purwanti dan Mas Yuli yang selalu saya repotin, selalu ada disaat saya susah. Selalu mengusahakan untuk adiknya meskipun keadaan mereka belum tentu baik. Terimakasih untuk semua pengorbanan kalian;
14. Mas Agus Purnomo dan Mbak Yuniani Fitria yang juga telah banyak membantu saya selama saya berjuang untuk kuliah baik dukungan moril dan materil;
15. Adikku Retno Pujiati yang sudah banyak membantu selama proses perjuangan, yang menjadi salah satu penyemangat untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini dan bisa menjadi kakak yang bertanggung jawab untuk adiknya;
16. Ibu Ratnawati dan Kak Ridwansyah yang luar biasa membantu saya dari awal masuk kuliah sampai akhir. Terimakasih sedalam-dalamnya saya ucapkan untuk Ibu dan kak Iwan;

17. Haryati dan keluarga yang selalu ada dalam keadaan suka dan duka, dari awal perjuangan masuk kuliah, pertengahan kuliah, sampai akhir masa kuliah selalu membantu dan memberikan dukungan untuk saya;
18. M. Fariz Denis dan keluarga yang selalu membantu saat saya dalam keadaan sulit dan tertekan. Dan selalu memberi dukungan dan semangat untuk saya;
19. UdCm, ada Suci Audita, Twenty Anifivtia, Puty Orlando, Devistaralas, Meirawati Giri, Retno Sulistiani yang dari dulu saat SMA sampai sekarang menjadi bagian berharga dalam hidup saya, terimakasih kalian sudah mau menjadi keluarga baru untuk saya. Terimakasih untuk semua momen dan kebersamaan yang selama ini kalian berikan. Semoga persahabatan ini terus terjaga sampai kapanpun;
20. The Binnals, ada Novendra Nurdin, Ayu Maharani, Riska Yunita, Dwi Respita, Devi Andrayani, Yuli Setyowati, Qomarul Hasanah, dan Vita Dwi Astuti. Terimakasih karena kalian sudah mau memberikan hari-hari yang berkesan dalam hidupku. Meskipun sudah jauh tapi semoga kita tetap bisa menjaga persahabatan ini sampai tua nanti;
21. Sahabat PSM Tim Kompetisi ada Kak Dita, Kak Hiday, Kak Komang, Bebi, Silvi, Kak Kanya, Kak Ria, Kak Nala, Uci, Amel, Kak Dara, Yanti, Kak Krida, Kak Amel, Haryati, Pepti, Andri, Indra, Kak Sam, Kak Igo, Marcus, Denis, Santri, Kak Deris Kak Ical, Bayu, Kak Rangga, Kak Owi, dan Dony. Saya rindu bersama kalian, bercanda tertawa menangis bersama. Saya sayang kalian;

22. Keluarga BK 2012, Erni, Icul, Ayu, Nay, Dimas, Dwi, Devi, Erlinda, Esra, Fyo, Fitri, Ida, Indah, Lia, Luluk, Luqman, Mugo, Muslimim, Nevi, Nico, Nini, Novita, Ani, Nurfitri, Nurman, Nyi, Okta, Pera, Qomarul, Ramadhaniati, Reza, Rico, Rinda, Rini, Riska, Ega, Salasa, Jiba, Sinthia, Limah, Sueb, Teguh, Jawir, Wahyu F, Wika, Yan, Yessy, Yolanda Okta, Yolan Piolan, dan Yuli kamber. Terimakasih atas semua warna yang indah selama masa perkuliahan, BK 2012 penuh sensasi lah;
23. Terimakasih kepada Bidik Misi yang memberikan kesempatanku untuk meraih gelar Sarjana, dan memberikan ilmu yang sangat bermanfaat;
24. Almamater tercinta, Universitas Lampung.

Semoga Allah SWT membalas amal kebajikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat. Amiin

Bandar Lampung, Januari 2020

Wahyu Riyanto

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x

I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Identifikasi Masalah	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Identifikasi Masalah.....	7
3. Pembatasan Masalah.....	7
4. Rumusan Masalah.....	8
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
1. Tujuan penelitian	8
2. Manfaat Penelitian	8
C. Ruang Lingkup penelitian	9
D. Kerangka Pikir	10
E. Hipotesis.....	14

II TINJAUAN PUSTAKA

A. Manajemen Waktu dalam Bimbingan Belajar	15
1. Bidang Bimbingan Belajar	15
2. Pengertian Manajemen Waktu Belajar.....	19
3. Manfaat Manajemen Waktu Belajar	20
4. Fungsi Manajemen Waktu Belajar.....	22
5. Aspek Manajemen Waktu Belajar	24
B. Layanan Bimbingan Kelompok.....	28
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	28
2. Tujuan Layanan Bimbingan kelompok.....	29
3. Asas Asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	30
4. Komponen Bimbingan kelompok	31
5. Dinamika Kelompok	32
6. Tahap-tahap Kegiatan Bimbingan Kelompok.....	33
7. Teknik Bimbingan Kelompok.....	38
C. Peningkatan Kemampuan Manajemen Waktu Belajar Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok.....	39

III METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	45
B. Metode Penelitian.....	45
C. Subjek Penelitian.....	46
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	47
1. Variabel penelitian.....	47
2. Definisi Operasional	48
E. Teknik Pengumpulan Data	49
1. Skala Manajemen Waktu.....	49
F. Uji Persyaratan Instrumen.....	52
1. Uji Validitas.....	52
2. Uji Reliabilitas.....	59
G. Teknik Analisis Data.....	60

IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	61
1. Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok.....	61
2. Deskripsi Data.....	63
3. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok	64
a. Pelaksanaan tahap 1 (pembentukan)	66
b. Pelaksanaan tahap 2 (peralihan).....	67
c. Pelaksanaan tahap 3 (kegiatan)	68
4. Data Skor Subjek Sebelum dan Sesudah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok	74
5. Hasil Penelitian	100
6. Uji Hipotesis	102
B. Pembahasan.....	103

V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	110
B. Saran.....	110

DAFTAR PUSTAKA

112

LAMPIRAN.....

114

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1. Kategori Jawaban Instrumen dengan Skala Likert	50
Tabel 3.2. Tavle Kisi-kisi Skala Manajemen Waktu Belajar.....	51
Tabel 3.3. Kriteria Manajemen Waktu Belajar	52
Tabel 4.1. Daftar Subjek Penelitian	62
Tabel 4.2. Kriteria Manajemen Waktu Belajar Siswa di Sekolah.....	63
Tabel 4.3. Hasil Pretest Sebelum Layanan Bimbingan Kelompok	64
Tabel 4.4. Kegiatan Penelitian Layanan Bimbingan Kelompok.....	65
Tabel 4.5. Hasil Posttest Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok	74
Tabel 4.6. Perbandingan Skor Pretest-Postest	74
Tabel 4.7. Tabel Observasi Setiap Pertemuan Subjek Selama Pem-berian Layanan Bimbingan Kelompok	76
Tabel 4.8. Perubahan Manajemen Waktu Belajar AD.....	79
Tabel 4.9. Perubahan Manajemen Waktu Belajar EA	82
Tabel 4.10. Perubahan Manajemen Waktu Belajar IP	85
Tabel 4.11. Perubahan Manajemen Waktu Belajar NA.....	87
Tabel 4.12. Perubahan Manajemen Waktu Belajar NP.....	90
Tabel 4.13. Perubahan Manajemen Waktu Belajar PO.....	92
Tabel 4.14. Perubahan Manajemen Waktu Belajar RW	95
Tabel 4.15. Perubahan Manajemen Waktu Belajar ST	97
Tabel 4.16. Perubahan Manajemen Waktu Belajar TA	100

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1.1. Kerangka Pikir Penelitian.....	13
Gambar 2.1. Tahap Pembentukan dalam Bimbingan Kelompok.....	34
Gambar 2.2. Tahap Peralihan dalam Bimbingan Kelompok	35
Gambar 2.3. Tahap Kegiatan dalam Bimbingan Kelompok.....	36
Gambar 2.4. Tahap Pengakhiran dalam Bimbingan Kelompok	37
Gambar 3.1. Pola Pre Eksperimental Design	46
Gambar 4.1. Perbandingan Hasil Skor Pretest-Posttest	75
Gambar 4.2. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar AD.....	78
Gambar 4.3. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar EA	81
Gambar 4.4. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar IP	83
Gambar 4.5. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar NA.....	86
Gambar 4.6. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar NP	88
Gambar 4.7. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar PO	91
Gambar 4.8. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar RW	93
Gambar 4.9. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar ST.....	96
Gambar 4.10. Grafik Perubahan Manajemen Waktu Belajar TA	98

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tahap Pelaksanaan Penelitian	114
2. Hasil Uji Ahli Instrumen & Aiken's V	115
3. Skala Manajemen Waktu	119
4. Laporan Hasil Uji Coba Instrumen	123
5. Data Hasil <i>Pretest</i>	127
6. Data Hasil <i>Posttest</i>	128
7. Modul Manajemen Waktu Belajar	129
8. Uji Wilcoxon.....	158
9. Tabel Distribusi Z	159
10. Foto Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok	160
11. Surat Keterangan Sudah Penelitian.....	164

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Identifikasi Masalah

1. Latar Belakang

Pendidikan adalah suatu proses yang sadar tujuan, artinya bahwa kegiatan pembelajaran itu merupakan kegiatan yang saling berkaitan satu sama lain, terarah pada tujuan dan dilaksanakan untuk mencapai tujuan. Pendidikan bagi suatu bangsa merupakan salah satu faktor yang menentukan suatu bangsa itu dapat maju dan berkembang. Karena kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh sejauh apa pendidikan yang didapatkan oleh masyarakatnya.

Menurut undang-undang No. 20 Tahun 2003, tentang tujuan pendidikan nasional yaitu : (1) beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa; (2) berakhlak mulia; (3) memiliki pengetahuan dan keterampilan; (4) memiliki kesehatan jasmani dan rohani; (5) memiliki kepribadian yang mantap dan mandiri; serta (6) memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Tujuan ini mempunyai implikasi imperatif bagi semua jenjang, jenis, dan jalur pendidikan untuk memantapkan proses pendidikannya ke arah pencapaian

tujuan pendidikan tersebut. Proses pendidikan akan berhasil dengan baik, apabila mengintegrasikan tiga komponen pokoknya, yaitu (1) bidang kepemimpinan atau administrasi; (2) bidang pengajaran; dan (3) bantuan terhadap siswa atau bimbingan dan konseling.

Pendidikan dibagi menjadi tiga yakni pendidikan formal, informal, dan nonformal. Salah satu jenis pendidikan yang sangat berpengaruh terhadap kemajuan suatu bangsa adalah pendidikan formal, yaitu pendidikan yang dilaksanakan di lingkungan sekolah-sekolah resmi. Dalam melaksanakan pendidikan disekolah tidak akan terlepas dari kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling. Surat Keputusan Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara, Nomor 062 Tahun 1989 menyebutkan secara eksplisit pekerjaan bimbingan dan konseling dan pekerjaan yang satu sama lain berkedudukan seimbang dan sejajar. Keberadaan pelayanan bimbingan dan konseling disekolah dipertegas oleh Peraturan Pemerintah No. 28 Tahun 1990 (tentang Pendidikan Dasar) dan No.29 Tahun 1990 (tentang Pendidikan Menengah). Dalam kedua peraturan pemerintah itu disebutkan dalam Bab X, bahwa:

1. Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan dan merencanakan masa depan;
2. Bimbingan diberikan oleh guru pembimbing. (Prayitno, 2004: 30).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan, pelaksanaan proses kegiatan belajar mengajar yang berlangsung di sekolah memerlukan adanya peran guru

bimbingan dan konseling melakukan bimbingan agar pelaksanaan pendidikan di sekolah dapat tercapai dengan baik. Sesuai dengan kualitas pribadi konselor sebagai tenaga yang terdidik dan terlatih untuk memberikan bantuan kepada siswa merupakan syarat pokok dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah. Dalam penjelasannya Peraturan Pemerintah No. 29 Tahun 1990 menyebutkan bahwa:

1. Bimbingan dalam rangka menemukan pribadi siswa, dimaksudkan untuk membantu siswa mengenal kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya;
2. Bimbingan dalam rangka mengenal lingkungan, dimaksudkan untuk membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, ekonomi, budaya serta alam yang ada;
3. Bimbingan dalam rangka merencanakan masa depan, mempersiapkan diri untuk langkah yang dipilihnya setelah tamat belajar pada sekolah menengah serta kariernya dimasa depan. (Prayitno, 2004: 31).

Dari tujuan pendidikan diatas bahwasanya siswa memiliki pengetahuan dan keterampilan, memiliki kesehatan jasmani dan rohani, memiliki kepribadian yang mantap dan mandiri, memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Tujuan tersebut dapat diwujudkan dengan adanya kemampuan manajemen waktu siswa yang mantap. Pelatihan manajemen waktu siswa sangatlah penting karena dapat melatih rasa tanggung jawab dan kedisiplinan siswa. Dengan rasa tanggung jawab dan kedisiplinan yang dimiliki siswa akan membuat siswa berfikir kritis serta bisa mengambil

keputusan yang tepat dan memiliki motivasi yang tinggi untuk bisa meraih prestasi yang lebih baik.

Manajemen waktu belajar merupakan perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengawasan produktivitas waktu dalam belajar. Manajemen waktu belajar adalah suatu kemampuan menggunakan waktu secara optimal dan efisien sehingga suatu tujuan mampu tercapai. Bagaimana seseorang itu mampu merencanakan waktu untuk belajar serta mampu memanfaatkan waktu luang. Seperti yang kita ketahui, belakangan ini masih banyak sekali remaja yang mengalami kesulitan dalam manajemen waktu diri mereka sendiri. Baik itu kurang informasi dan pemahaman tentang manajemen waktu itu sendiri atau remaja itu belum mampu mengaplikasikan dalam kesehariannya tentang bagaimana cara memajemen waktu yang baik. Akibatnya banyak remaja yang tidak mampu mengoptimalkan potensi yang dia miliki lantaran kebingungan bagaimana cara membagi waktu diantara kegiatan yang padat yang dia miliki. Selain itu, banyak juga remaja yang selalu dikejar-kejar oleh padatnya kegiatan dan banyaknya deadline tugas yang harus segera diselesaikan, sehingga akhirnya remaja banyak yang mengalihkan rasa stress tersebut dan akhirnya mereka memilih untuk mengerjakan hal yang mereka anggap nyaman dan menyenangkan tanpa berfikir tentang dampak dan manfaat dari kegiatan yang mereka lakukan.

Oleh karena itu, kemampuan manajemen waktu sangat penting bagi siswa. Karena jika siswa memiliki kemampuan manajemen waktu belajar yang baik maka dia akan mampu memahami bagaimana cara untuk membagi waktu dengan baik, siswa mampu mengambil keputusan yang kritis dan sesuai keadaan, siswa lebih disiplin terlebih dalam mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan, dan bertanggungjawab atas tugas yang diberikan kepada dia. Berbeda dengan siswa yang memiliki kemampuan manajemen waktu yang kurang baik. Siswa akan kesulitan dalam mengatur waktunya, merasa selalu kehabisan atau kekurangan waktu saat mengerjakan tugas, tidak bisa disiplin karena menganggap jika tugasnya tidak diselesaikan tepat waktu maka akan baik-baik saja, siswa akan sulit untuk berkembang kearah yang lebih baik lagi, dan jika dihadapkan dengan situasi yang mendesak siswa akan merasa kebingungan harus memilih dan memprioritaskan hal tersebut. Dalam rangka mencapai keberhasilan dalam bidang keterampilan manajemen waktu. Seperti yang telah dijelaskan oleh peraturan pemerintah, bahwa keberadaan layanan bimbingan dan konseling sangatlah berguna dalam membantu meningkatkan manajemen waktu. Bimbingan dan konseling akan membantu dan membimbing siswa untuk memahami bidang kepribadian, sosial, belajar, dan karir. Manajemen waktu termasuk dalam bidang belajar dalam bimbingan dan konseling.

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kemampuan manajemen waktu belajar yang kurang baik. Hal ini dapat diketahui dari

fenomena yang terlihat diantaranya adalah terdapat siswa yang mengobrol saat kegiatan belajar mengajar di kelas, adanya siswa yang terlambat mengumpulkan tugas di kelas, adanya siswa yang sering terlambat masuk kelas, adanya siswa yang mengerjakan pekerjaan rumahnya di sekolah, adanya siswa yang keluar kelas dan membuat kegaduhan saat ada jam kosong, ada siswa yang tidak bisa membagi waktu antara belajar dan kegiatan ekstrakurikuler atau OSIS. Untuk mengoptimalkan kemampuan para siswa maka digunakan layanan bimbingan kelompok.

“Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan konseling “. (Prayitno, 2004 : 61).

Dari penjelasan tersebut bahwa melalui layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa. Karena melalui layanan bimbingan kelompok maka para siswa akan saling bertukar informasi tentang keterampilan manajemen waktu.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok”.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka permasalahan dalam penelitian adalah kemampuan manajemen waktu belajar yang kurang atau cenderung rendah, hal ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Adanya siswa yang mengobrol saat kegiatan belajar mengajar di kelas saat guru menjelaskan pelajaran,
- b. Ada siswa yang terlambat mengumpulkan tugas di kelas,
- c. Ada siswa yang sering terlambat masuk kelas,
- d. Adanya siswa yang mengerjakan pekerjaan rumahnya di sekolah,
- e. Adanya siswa yang keluar kelas dan membuat kegaduhan saat ada jam kosong.
- f. Ada siswa yang tidak bisa membagi waktu antara belajar dan kegiatan OSIS.

3. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi hanya mengkaji tentang “Meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono”.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah manajemen waktu belajar siswa yang rendah. Maka permasalahannya adalah “Apakah layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar pada siswa SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar pada siswa SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Penelitian ini berguna untuk mengetahui informasi tentang penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar siswa.

b. Manfaat praktis

1. Siswa lebih memahami tentang bagaimana memanajemen waktu yang baik melalui informasi serta pemahaman tentang manajemen waktu belajar yang diberikan oleh pemimpin kelompok/peneliti.

2. Saling bertukar informasi dengan guru bimbingan konseling khususnya tentang cara meningkatkan manajemen waktu belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok.
3. Bagi peneliti untuk sarana pengaplikasian ilmu selama perkuliahan agar nantinya mampu melaksanakan tugas sebagai tenaga pendidik dengan baik.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Agar lebih jelas dan penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang telah di tetapkan maka penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini sebagai berikut:

1. Ruang Lingkup Objek Penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini adalah Meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono.

2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono.

3. Ruang Lingkup Tempat Dan Waktu

Tempat penelitian adalah SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono. Waktu penelitian tahun ajaran 2016/2017.

D. Kerangka Pemikiran

Tercapainya tujuan pendidikan adalah hal yang diinginkan oleh setiap insan pendidikan. Khususnya keberhasilan manajemen waktu belajar pada siswa akan menimbulkan dampak yang sangat positif bagi dunia pendidikan. Dengan kemampuan manajemen waktu yang dimiliki oleh siswa disekolah akan menghasilkan output pembelajaran yang sangat berkualitas. Hal ini dikarenakan siswa yang memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik sudah pasti mampu menghadapi permasalahan yang sering dialami oleh anak-anak remaja yaitu kesulitan untuk membagi waktu dan memanfaatkan waktu dengan optimal. Karena prestasi siswa di sekolah tidak hanya di wujudkan pada hasil belajarnya saja, namun pencapaian secara pribadi juga sangatlah penting dimana siswa mampu untuk membagi waktu secara baik, mampu memahami mana yang lebih prioritas, dan akhirnya siswa mampu menjadi individu yang mandiri dan disiplin.

Menurut Akram (2010:19) manajemen waktu adalah:

“Memanfaatkan waktu yang anda miliki untuk melakukan hal-hal yang dianggap penting yang telah tercatat dalam tabel kerja”.

Ungkapan semakna juga dikemukakan oleh Widyastuti (2004:43) dimana manajemen waktu didefinisikan sebagai:

“Kemampuan untuk memprioritaskan, menjadwalkan dan melaksanakan tanggung jawab individu demi kepuasan individu tersebut.”

Masalah yang terjadi pada siswa SMA adalah kurangnya pemahaman tentang kemampuan manajemen waktu sehingga siswa kurang menyadari pentingnya

memahami waktu, kondisi diri, serta lingkungan sehingga siswa belum mampu memajemen waktu dengan baik. Sehingga yang terjadi banyak prestasi yang menurun di sekolah, baik di bidang belajar, pribadi, maupun sosial.

Pendapat yang dikemukakan oleh Leman (2007:24) adalah:

“Menggunakan dan memanfaatkan waktu sebaik-baiknya, seoptimal mungkin melalui perencanaan kegiatan yang terorganisir dan matang. Dengan manajemen waktu seseorang dapat merencanakan dan menggunakan waktu secara efisien dan efektif sehingga tidak menyia-nyaiakan waktu dalam kehidupannya. Perencanaan ini bisa berupa jangka panjang, menengah dan pendek.”

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kemampuan manajemen waktu yang kurang baik. Hal ini dapat dilihat dari terdapat siswa yang mengobrol saat kegiatan belajar mengajar di kelas, adanya siswa yang terlambat mengumpulkan tugas di kelas, adanya siswa yang sering terlambat masuk kelas, adanya siswa yang mengerjakan pekerjaan rumahnya di sekolah, adanya siswa yang berkeliaran dan membuat kegaduhan saat ada jam kosong, ada siswa yang tidak bisa membagi waktu antara belajar dan kegiatan OSIS.

Kemampuan manajemen waktu belajar siswa belajar yang cenderung rendah merupakan permasalahan yang harus segera ditangani oleh pihak sekolah. Karena jika tidak cepat ditangani yang terjadi adalah terciptanya perilaku siswa yang tidak terstruktur dan tidak mampu untuk menentukan mana hal yang lebih prioritas dan mana yang bukan prioritas sehingga siswa menjadi tidak terkendali dan tidak dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki. Oleh

karena itu peneliti merasa bahwa kemampuan manajemen waktu belajar yang rendah pada siswa harus segera di entaskan. Karena manajemen waktu merupakan aspek yang penting bagi siswa untuk siswa dapat berkembang dan mencapai kesuksesan di masa depan. Kemampuan manajemen waktu belajar yang tinggi tentunya akan memberikan arahan dalam belajar, berkembang, dan mengkoordinir waktu serta kegiatan yang akan mempermudah siswa mencapai tujuannya dan mencapai hasil yang maksimal. Maka dari itu, peneliti disini berupaya untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar siswa.

Dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar peneliti memilih untuk menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Aqib (2012:3) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok yaitu:

“ Layanan yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karier/jabatan, dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok”.

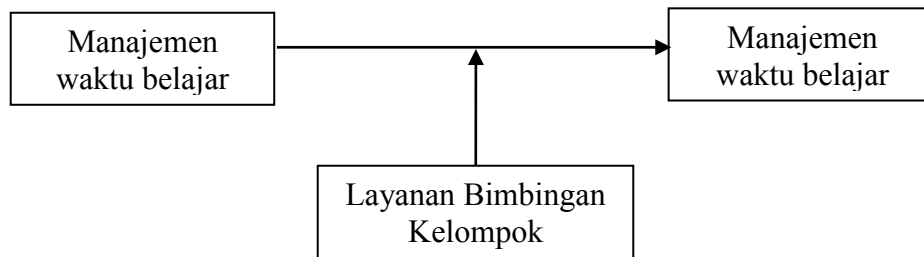
Berbeda dengan Aqib, bahwa menurut Prayitno (2004:61):

“Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan dalam bimbingan dan koseling.”

Peneliti merasa bahwa untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar pada siswa akan mudah dan sesuai menggunakan layanan bimbingan kelompok. Karena dalam bimbingan kelompok masing-masing anggota kelompok mampu berlatih bersama-sama, artinya semua peserta dalam

kegiatan kelompok saling memberikan informasi untuk membantu mereka mengungkapkan sebab-sebab yang melatarbelakangi, mengapa mereka memiliki kemampuan manajemen waktu belajar yang cenderung rendah. Serta membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Sehingga nantinya akan terjadi perubahan perilaku keterampilan manajemen waktu yang sebelumnya cenderung rendah setelah diberi perlakuan menggunakan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar siswa tersebut.

Berikut ini adalah bentuk kerangka pikir dari penelitian ini:



Gambar 1.1 kerangka pikir penelitian

Dari gambar tersebut diketahui tingkat kemampuan manajemen waktu belajar siswa yang dialami siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono dan diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok sebagai upaya meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar siswa. Dalam pemberian layanan bimbingan kelompok di dalamnya memanfaatkan dinamika kelompok, mengembangkan kemampuan setiap anggota untuk saling mengemukakan masalah, mendengarkan, menghargai, dan memberikan umpan balik untuk dapat meningkatkan manajemen waktu belajar siswa yang bersangkutan.

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah kemampuan manajemen waktu dapat ditingkatkan dengan menggunakan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono. Maka hipotesis statistiknya adalah:

Ha : Layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono, Lampung Timur.

Ho : Layanan bimbingan kelompok tidak dapat dipergunakan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono, Lampung Timur.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Manajemen Waktu dalam Bimbingan Belajar

1. Bidang Bimbingan Belajar

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya. Istilah bantuan dalam bimbingan tidak diartikan sebagai bantuan material (seperti uang, hadiah, sumbangan, dan lain-lain), melainkan bantuan yang bersifat menunjang bagi pengembangan pribadi bagi individu yang dibimbing. Bimbingan merupakan suatu proses yang mengandung pengertian bahwa bimbingan merupakan kegiatan yang berkesinambungan, bukan kegiatan seketika atau kebetulan. Dalam proses bimbingan, pembimbing tidak memaksakan kehendaknya sendiri, tetapi berperan sebagai fasilitator perkembangan individu. Dalam bimbingan, yang aktif dalam mengembangkan diri, mengatasi masalah, atau mengambil keputusan adalah individu itu sendiri.

Menurut Djumur dan Surya (Aqib, 2011:28) bimbingan adalah :

“suatu proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan secara sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapainya kemampuan untuk memahami dirinya (*self understanding*) kemampuan untuk menerima dirinya kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self direction*), dan merealisasi diri (*self realization*), sesuai dengan keterampilan dan kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.”

Secara etimologis, kata bimbingan merupakan terjemahan dari kata “*guidance*”, yang berarti menunjukkan, membimbing, menuntun, ataupun membantu. Kata bimbingan pertama kali dikemukakan dalam *Year’s Book of Education* pada tahun 1955, dengan penjelasan sebagai berikut: Bimbingan adalah suatu proses yang membantu individu melalui usahanya sendiri untuk menemukan dan mengembangkan kemampuannya agar dapat memperoleh kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial.

Stoops dan Walquist (1995:86) mengatakan bahwa:

“Bimbingan belajar adalah proses yang terus-menerus dalam membantu perkembangan individu untuk mencapai kemampuannya secara maksimal dalam mengarahkan manfaat yang sebesar-besarnya baik pada dirinya maupun orang lain.”

Senada dengan Stoops dan Walquist, A. J. Jones (1998:107) mengutarakan bahwa:

“Bimbingan belajar merupakan suatu proses pemberian bantuan seseorang pada orang lain dalam menentukan pilihan dan pemecahan masalah dalam kehidupannya.”

Pokok-pokok bidang bimbingan belajar :

1. Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru dan narasumber lainnya, mengembangkan keterampilan belajar, mengerjakan tugas-tugas pelajaran dan menjalani program penilaian hasil belajar
2. Pemantapan disiplin belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun berkelompok

3. Pemantapan penguasaan materi program belajar di sekolah menengah umum sesuai dengan perkembangan ilmu, teknologi dan kesenian.
4. Pemantapan pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial dan budaya yang ada di sekolah, lingkungan sekitar dan masyarakat untuk pengembangan pengetahuan dan kemampuan serta pengembangan pribadi
5. Orientasi belajar di perguruan tinggi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan manajemen waktu termasuk ke dalam pokok-pokok bidang bimbingan belajar yaitu terdapat pada poin dua, yaitu: Pemantapan disiplin belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun berkelompok. Jadi dengan kemampuan manajemen waktu yang baik maka poin tersebut akan dapat tercapai.

Layanan bimbingan dimaksudkan untuk membantu peserta didik dalam membantu mengembangkan potensinya, oleh karena itu peserta didik diharapkan untuk memahami dirinya sendiri, harapan dan cita-citanya ke depan. Jadi sebenarnya bimbingan belajar tidak hanya dikhususkan bagi peserta didik yang bermasalah.

Pada dasarnya bimbingan belajar memiliki 2 tujuan yaitu umum dan khusus. Adapun tujuan umum meliputi:

1. Peserta didik mampu memahami dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, ke arah perkembangan yang lebih baik.
2. Peserta didik memiliki kemampuan dalam memilih dan menentukan arah perkembangan dirinya, mengambil keputusan yang tepat bagi dirinya dan bagi lingkungannya.
3. Memiliki produktivitas dan kesejahteraan hidup.

Sedangkan tujuan khusus dari bimbingan belajar meliputi :

1. Perkembangan aspek pribadi-sosial, yang akan membantu siswa agar memiliki kesadaran diri, mengembangkan sikap positif, membuat pilihan secara sehat, mampu menghargai orang lain, memiliki rasa tanggung jawab, mengembangkan keterampilan hubungan antar pribadi dan dapat menyelesaikan konflik.
2. Perkembangan belajar, yang akan membantu siswa, agar dapat melaksanakan keterampilan atau teknik belajar secara efektif, dapat menetapkan tujuan dan perencanaan dalam pendidikan, mampu belajar secara efektif, memiliki keterampilan dan kemampuan dalam menghadapi evaluasi.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan manajemen waktu termasuk ke dalam tujuan bimbingan belajar yaitu terdapat pada tujuan umum poin dua, yaitu: Peserta didik memiliki kemampuan dalam

memilih dan menentukan arah perkembangan dirinya, mengambil keputusan yang tepat bagi dirinya dan bagi lingkungannya. Dan juga pada tujuan khusus poin kedua, yaitu: Perkembangan belajar, yang akan membantu siswa, agar dapat melaksanakan keterampilan atau teknik belajar secara efektif, dapat menetapkan tujuan dan perencanaan dalam pendidikan, mampu belajar secara efektif, memiliki keterampilan dan kemampuan dalam menghadapi evaluasi.

2. Pengertian Manajemen Waktu Belajar

Manajemen waktu belajar memiliki peranan besar dalam keberhasilan belajar siswa. Siswa yang tidak memiliki pemahaman manajemen waktu belajar ditandai dengan perencanaan yang tidak terorganisasi, tidak jelas, tidak konsisten, tidak ada tujuan, dan kurang disiplin dalam menggunakan waktu. Menanamkan sikap tanggung jawab dan disiplin dalam menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang ditentukan, akan menjadikan siswa mampu mencapai target belajar dengan mencapai hasil yang optimal.

Manajemen waktu belajar adalah suatu keterampilan dalam mengatur waktu dalam belajar agar berhasil mencapai cita-cita atau tujuan hidup yang diinginkan. Jika siswa memiliki tujuan yang positif dan itu telah tercapai maka siswa tersebut telah menjadi sukses. Karakteristik yang dimiliki oleh waktu adalah cepat habis, tidak bisa kembali, dan modal terbaik bagi manusia.

Menurut Mujiyono, (2009: 5)

“Manajemen waktu belajar adalah perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengawasan produktivitas waktu untuk belajar.”

Sejalan dengan hal tersebut Purwanto (2008: 6) berpendapat bahwa

“Manajemen waktu belajar adalah proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu untuk menggunakan waktu belajar secara efektif.”

Manajemen waktu belajar adalah upaya yang dilakukan untuk mengatr porsi waktu yang digunakan terutama untuk belajar agar proses belajar dapat efektif dan ilmu dapat terserap dengan mudah.

3. Manfaat Manajemen Waktu Belajar

Cara siswa menggunakan waktu akan mempengaruhi aktivitas yang dikerjakan. Siswa yang mampu memanfaatkan waktu belajarnya dengan baik akan mampu mengatur dan mengelola waktu secara maksimal dalam segala hal, khususnya dalam belajar. Sedangkan siswa yang tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik tentu tidak dapat mengatur dan mengelola waktunya secara maksimal dalam segala hal.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Singgih Gunarsa yang menyatakan bahwa waktu luang hendaknya digunakan untuk kegiatan-kegiatan yang dapat menunjang prestasi di sekolah maupun dibidang lain yang sehat dan bermanfaat, meliputi:

- a. Membagi waktu belajar dengan istirahat dengan efisien;

- b. Memanfaatkan jam pelajaran disekolah yang tidak terisi oleh guru dan libur;
- c. Merencanakan kegiatan untuk mengisi waktu senggang.

Pemanfaatan waktu belajar bertujuan agar siswa tidak kehilangan waktu belajarnya, maka perlu adanya alat pengontrol atau pengendali, yaitu jadwal rencana kegiatan. Adapun cara membuat jadwal yang baik adalah sebagai berikut:

- a. Memperhitungkan waktu setiap hari untuk keperluan-keperluan seperti tidur, belajar, makan, mandi, dan olahraga;
- b. Menyelidiki dan menentukan waktu-waktu yang tersedia setiap hari;
- c. Merencanakan penggunaan waktu belajar dengan cara menetapkan jenis-jenis mata pelajarannya dan urutan-urutan yang harus dipelajari;
- d. Menyelidiki waktu mana yang dapat dipergunakan untuk belajar dengan hasil terbaik.

Pembuatan jadwal rencana kegiatan diperlukan agar waktu yang tersedia tidak terbuang sia-sia, sehingga siswa dapat mengatur dan memanfaatkan waktunya terutama waktu belajarnya dengan baik.

Selain itu ada beberapa pedoman dalam memanfaatkan waktu yang diberikan oleh The Liang Gie guna untuk keberhasilan dalam belajar, diantaranya:

- 1) Kelompokkan waktu sehari-hari untuk keperluan belajar, olahraga, dan urusan-urusan pribadi atau sosial;
- 2) Selidiki dan tentukanlah waktu yang tersedia untuk belajar setiap hari;

- 3) Setelah mengetahui waktu yang telah tersedia, setiap siswa hendaknya merencanakan macam-macam mata pelajaran yang akan dipelajari;
- 4) Menyelidiki cara belajarnya agar mendapatkan hasil terbaik;
- 5) Mata pelajaran diurutkan dari yang tersukar sampai yang termudah;
- 6) Mengerjakan tugas-tugas sekolah tanpa mengulur-ulur waktu.

4. Fungsi Manajemen Waktu Belajar

Mengelola waktu bukan berarti kehilangan waktu luang untuk bersenang-senang. Bukan pula berarti bahwa waktu dalam 24 jam per hari harus dihabiskan untuk belajar. Prinsip utama dari pengelolaan waktu secara efektif adalah pembagian waktu yang efektif untuk kegiatan-kegiatan yang meliputi: waktu untuk belajar, waktu untuk bekerja, dan kegiatan sosial maupun waktu bagi diri sendiri untuk bersantai.

Kiat utama untuk mengelola waktu belajar adalah kombinasi dari fleksibilitas dan disiplin. Seringkali jadwal belajar telah disusun, namun kemudian ada kegiatan mendadak yang harus diikuti. Hal ini mendorong untuk tetap berdisiplin namun sekaligus fleksibel untuk mengganti waktu yang hilang tersebut dengan mencari waktu lain. Bagaimanapun, belajar membutuhkan waktu dan seseorang harus memutuskan sendiri kapan akan belajar, juga perlu mengetahui kiat-kiat yang dapat dipergunakan untuk mengelola waktu belajar dengan baik.

Orr dan Tracy (1997) mengatakan bahwa fungsi dari manajemen waktu terbagi menjadi 9 macam yaitu :

1. Untuk meningkatkan keteraturan hidup, percaya diri dan disiplin.
2. Untuk meningkatkan kualitas kehidupan diluar jam belajar.
3. Untuk meningkatkan kepuasan belajar pada individu.
4. Untuk mengurangi kesalahan yang dibuat dalam pembelajaran.
5. Untuk mengurangi jumlah krisis belajar yang dihadapi individu.
6. Menurunnya tingkat stress pada individu.
7. Dapat menyelesaikan lebih banyak pembelajaran dan diperolehnya prestasi belajar yang baik.
8. Dapat meningkatkan kecepatan belajar.
9. Dapat meningkatkan kualitas dan produktivitas belajar.

Sedangkan Forsyth (2009) mengemukakan bahwa dampak dari penggunaan manajemen waktu belajar, antara lain :

1. Memiliki prioritas yang jelas dalam belajar.
2. Dapat mengurangi keterlambatan dan kasalahan dalam belajar.
3. Dapat tepat waktu dalam melakukan suatu pembelajaran sehingga dapat meningkatkan kepuasan belajar.
4. Memiliki kemampuan untuk tetap berkonsentrasi terhadap pembelajaran sehingga dapat meningkatkan produktivitas belajar yang baik.
5. Dapat melatih kebiasaan disiplin untuk hal-hal yang berhubungan dengan waktu sehingga pembelajaran yang dilakukan akan lebih efisien.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa begitu banyak fungsi dari penggunaan manajemen waktu antara lain, individu dapat meningkatkan keteraturan hidup, percaya diri dan disiplin, meningkatkan kualitas kehidupan diluar jam belajar, meningkatnya kepuasan belajar pada individu, dapat menyelesaikan lebih banyak pembelajaran dan diperolehnya prestasi belajar yang baik, dapat meningkatkan kecepatan belajar, dapat mengurangi kesalahan yang dibuat dalam pembelajaran, mengurangi jumlah krisis yang dihadapi individu, menurunnya tingkat stress pada individu, memiliki prioritas yang jelas dalam belajar, memiliki kemampuan untuk tetap berkonsentrasi terhadap pembelajaran sehingga dapat meningkatkan produktivitas belajar yang baik, dapat melatih kebiasaan disiplin untuk hal-hal yang berhubungan dengan waktu sehingga pembelajaran yang dilakukan akan lebih efisien.

5. Aspek Manajemen Waktu Belajar

Manajemen waktu dalam belajar memiliki beberapa aspek yang perlu diketahui oleh setiap siswa. Tiger (1999: 381) mengemukakan aspek-aspek dalam manajemen waktu belajar yaitu:

- a. penetapan tujuan dan prioritas;
- b. mekanisme manajemen waktu;
- c. kontrol terhadap waktu.

Penetapan tujuan dan prioritas tersebut ditetapkan berkaitan dengan tugas dan tanggung jawab yang dipikul siswa pada saat itu. Misalnya, dalam suatu

minggu di sekolah akan dilakukan ujian, sementara siswa juga mempunyai jadwal rutin les musik, dan mengumpulkan tugas mandiri. Berkaitan dengan tiga kegiatan tersebut siswa harus memilih mana yang lebih penting untuk didahulukan antara mempersiapkan ujian, mengumpulkan tugas mandiri atau les musik. Siswa menetapkan tujuan dari masing-masing kegiatan tersebut. Mengerjakan tugas mandiri dan ujian bagian utama dari tugas perkembangan siswa, dimana tugas mandiri ikut berperan memberikan bobot penilaian yang diberikan guru di luar nilai ujian, sedangkan les musik merupakan kegiatan pengembangan hobi. Oleh karena itu, siswa harus menetapkan tujuan dari ketiga kegiatan tersebut.

Mekanisme dalam manajemen waktu belajar adalah tata cara atau langkah-langkah yang harus dilakukan manajemen waktu belajar dari mulai perencanaan sampai dengan evaluasi. Selanjutnya siswa harus menetapkan jadwal urutan untuk melaksanakan ketiga kegiatan tersebut. Sesuai dengan tujuan tugas perkembangan siswa, maka hal pertama yang harus dilakukan adalah menyelesaikan tugas mandiri, belajar untuk mempersiapkan ujian, dan kemudian les musik.

Kontrol terhadap waktu dilakukan dengan melakukan pengawasan terhadap aplikasi waktu per kegiatan yang telah di rencanakan di awal. Jadi siswa dituntut untuk melakukan pengawasan terhadap alokasi waktu per kegiatan yang telah direncanakan, ditargetkan di awal, apakah alokasi menetapkan yang di targetkan untuk suatu kegiatan sudah cukup atau belum.

Aspek-aspek tersebut diperkuat oleh hasil riset yang dilakukan Jithendra M. Mishra dan Prabhakara Mishra (dalam Rohadi, 2008: 291). Hasil riset tersebut menyimpulkan ada lima bidang utama yang tidak boleh ditinggalkan dalam pengelolaan waktu atau manajemen waktu, yaitu:

- a. Kesadaran bahwa sebagian besar waktu yang dihabiskan bersifat kebiasaan;
- b. Bahwa penentuan sasaran pribadi sangat penting bagi manajemen yang benar;
- c. Prioritas harus dikategorikan dan dikaji;
- d. Bahwa komunikasi yang baik dan benar sangat esensial;
- e. Bahwa menanggihkan mungkin merupakan halangan terbesar bagi pengelolaan waktu.

Siswa diharapkan dapat menyusun pedoman mengatur waktu belajar dan konsisten menjalankan waktu yang telah dijadikan pedoman. Pedoman pokok manajemen waktu yang harus dipahami dan diterapkan siswa adalah cara mengelompokkan waktu untuk belajar. Siswa diharapkan dapat merencanakan dan menetapkan waktu belajar setiap hari agar terbiasa dengan jadwal yang telah dibuat sehingga siswa dapat memanfaatkan waktu dengan baik.

Siswa memerlukan alternatif teknik-teknik dalam memanfaatkan waktu untuk belajar. Gie (1995: 179) menyebutkan ada empat teknik dalam memanfaatkan manajemen waktu untuk belajar:

1. siswa hendaknya menetapkan mata pelajaran yang akan dipelajarinya setiap hari sekurang-kurangnya dua atau empat mata pelajaran setiap hari;
2. mengurutkan waktu mempelajari dua atau empat mata pelajaran itu menurut sukar mudahnya yang dikaitkan dengan kapan siswa mencapai waktu terbaik untuk belajar;
3. mengatur lamanya periode belajar sebaik-baiknya agar tidak terlampau pendek atau terlalu lama, berapa lama periode waktu belajar sebaiknya ditetapkan oleh individu bersangkutan;
4. belajar secara intensif untuk menguasai suatu mata pelajaran.

Teknik ini digunakan untuk mempelajari mata pelajaran yang dianggap sukar sehingga perlu teknik khusus untuk mempelajari dan memahami pelajaran tersebut.

Rahardi (2008: 88) menjelaskan beberapa faktor yang menentukan tercapainya proses manajemen waktu siswa antara lain:

1. Faktor dalam diri yang melakukan kesalahan;
2. Faktor pandangan hidup (*life way*);
3. Faktor lingkungan sekolah.

Pemahaman terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen waktu, dapat dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu di lingkungan sekolah yang dilaksanakan dalam suatu kegiatan belajar dengan layanan bimbingan kelompok.

B. Layanan Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan dalam suasana kelompok untuk memberikan informasi berdasarkan kepentingan kelompok.

Menurut Sukardi (2008: 64)

“Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari sumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.”

Berbeda dengan Sukardi, menurut Romlah (2006: 3) layanan bimbingan kelompok merupakan:

“Proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditunjukkan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.”

Berdasarkan pendapat ahli dan dikaitkan dengan manajemen waktu belajar, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai pemahaman mengenai manajemen waktu belajar sehingga mampu mengambil keputusan untuk mengatasi kesulitan manajemen waktu belajar dengan strategi yang tepat dan efisien untuk meningkatkan hasil belajar.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi para peserta bimbingan. Sedangkan secara khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif.

Menurut Amti (2002), secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok untuk:

- a. Melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman- temannya
- b. Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok
- c. Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya
- d. Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok
- e. Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain
- f. Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial.

Sedangkan menurut Prayitno (2004 : 178) tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno adalah :

- a. Mampu berbicara di muka umum
- b. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain-lain sebagainya kepada orang banyak
- c. Belajar menghargai pendapat orang lain
- d. Bertanggung jawab atas pendapat yang telah dikemukakan
- e. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi
- f. Dapat bertenggang rasa
- g. Menjadii akrab satu sama lainnya
- h. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Dari pendapat di atas mengenai tujuan bimbingan kelompok dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan dari bimbingan kelompok adalah agar seseorang mampu mengatasi masalahnya setelah ia mengenal, menyadari, dan memahami keterampilan serta kelemahan dan kemudian mengarahkan keterampilannya untuk mengatasi masalah dan kelemahan tersebut. Pencapaian tujuan yang jelas dalam suatu kegiatan layanan bimbingan menjadi suatu keharusan agar kegiatan dapat terarah dan dapat dilaksanakan secara optimal.

3. Azas-azas Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok terdapat beberapa azas yang perlu diperhatikan, azas tersebut adalah sebagai berikut :

- 1) Asas Kerahasiaan yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.
- 2) Asas Keterbukaan yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- 3) Asas Kesukarelaan yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- 4) Asas Kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- 5) Asas kegiatan yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok. (Prayitno, 2004: 179).

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan

pendapat, menjunjung tinggi kerahasiaan tentang yang dibicarakan dalam kelompok, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

4. Komponen Bimbingan Kelompok

Bimbingan adalah proses membantu orang perorang dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya, selanjutnya dinyatakan bahwa kelompok berarti kumpulan dua orang atau lebih.(Wingkel,2004:71)

a. Peran Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok merupakan pengatur lalu lintas, agar didalam kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar. Pemimpin kelompok harus mampu membaca suasana dalam kelompoknya, mampu mengarahkan pembicaraan dan mampu memberikan tanggapan kepada kelompoknya dan paling penting mampu menciptakan suasana yang harmonis dan saling terbuka dalam kelompok tersebut.

b. Peran Anggota Kelompok

Didalam suatu bimbingan kelompok tentunya harus ada kesukarelaan para anggotanya dalam mengikuti bimbingan tersebut, terjalinnya kebersamaan, rasa saling melengkapi atau membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya. Rasa saling menghargai harus terus dijaga dalam kelompok dan mampu bersikap terbuka dan mampu menjalankan asas-asas bimbingan kelompok tersebut.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan didalam bimbingan kelompok peran pemimpin dan anggota kelompok sangatlah penting. Pemimpin

kelompok harus mampu membaca suasana dalam kegiatan bimbingan kelompok yang di dilakukan, serta anggota kelompok membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya.

5. Dinamika Kelompok

Didalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika kelompok ditumbuh kembangkan, karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Hubungan yang interpersonal inilah yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan diantara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung dan cenderung untuk membentuk hubungan yang berarti dan bermakna didalam kelompok. Dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok.

“Dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok; artinya merupakan pengerahan secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dalam kelompok itu. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok. (Prayitno,2004:23).”

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut benar-benar hidup, mengarah kepada tujuan yang ingin dicapai dan membuahkan manfaat bagi masing-masing anggota kelompok juga sangat ditentukan oleh peranan anggota kelompok. Di dalam penelitian ini, dinamika kelompok dimanfaatkan untuk meningkatkan motivasi belajar yang dialami beberapa siswa

sebagai anggota kelompok. Melalui dinamika kelompok yang berkembang, masing-masing anggota kelompok akan menyumbang baik langsung maupun tidak langsung dalam peningkatan motivasi belajar siswa.

6. Tahap-Tahap Kegiatan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat 4 tahap. Yaitu : tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Tahapan-Tahapan yang terdapat dalam bimbingan kelompok menurut Prayitno(1995:44-60) yaitu :

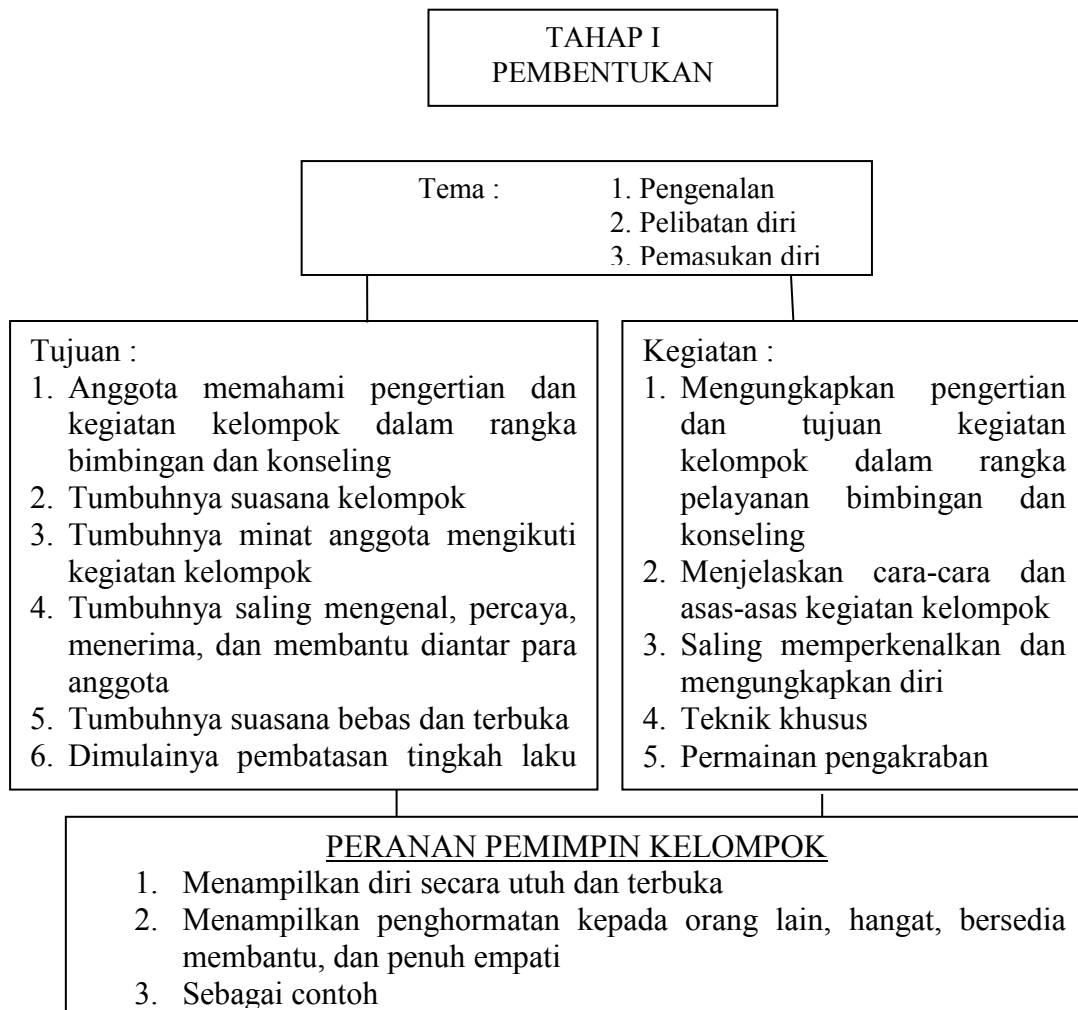
a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan ini merupakan tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok dan para anggota kelompok saling memperkenalkan diri. Kemudian pemimpin kelompok memberikan penjelasan tentang asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan, keterbukaan dan kenormatifan akan membantu masing-masing anggota kelompok untuk mengarahkan peranan diri sendiri terhadap anggota lainnya dan pencapaian tujuan bersama.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok perlu memusatkan usahanya pada:

1. Penjelasan tentang tujuan kegiatan.
2. Penumbuhan rasa saling mengenal antar anggota.
3. Penumbuhan sikap saling mempercayai dan saling menerima.

4. Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan suasana perasaan dalam kelompok.



Gambar 2.1. Tahap pembentukan dalam bimbingan kelompok

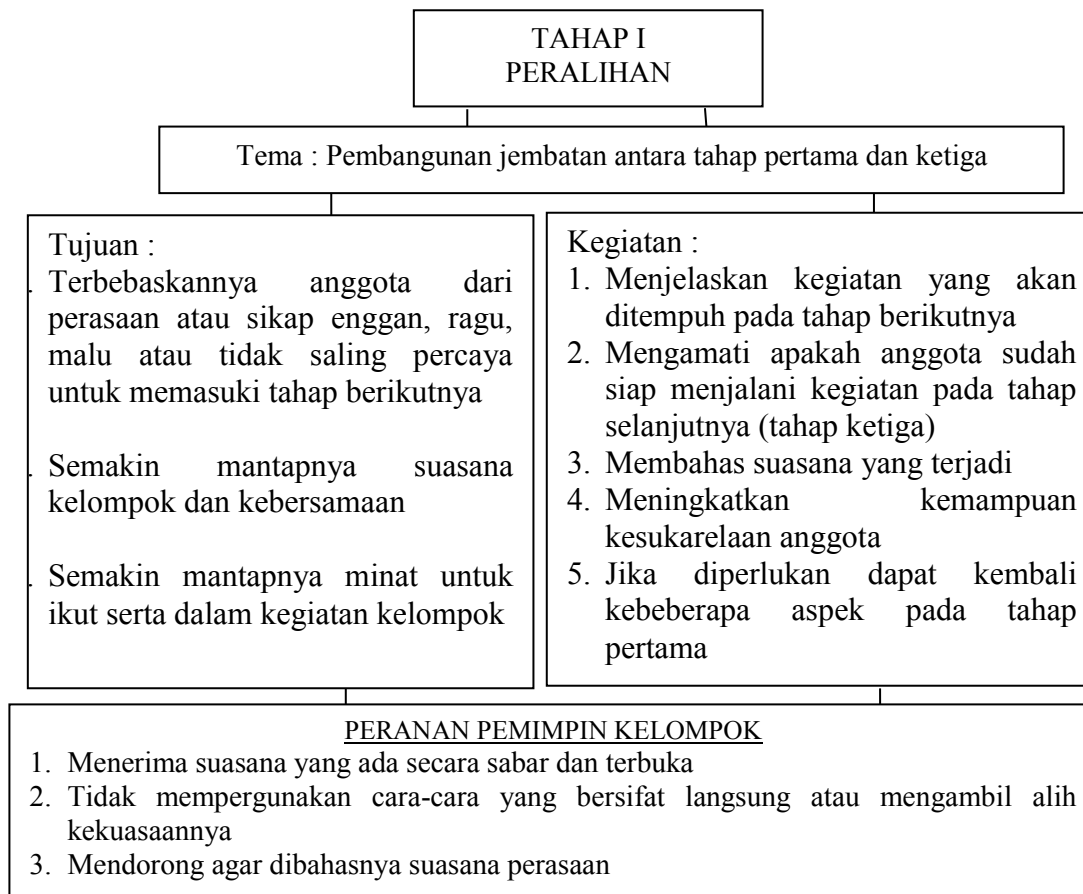
b. Tahap Peralihan

Tahap yang kedua dalam bimbingan kelompok adalah tahap peralihan.

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan peranan para anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok menawarkan apakah anggota kelompok sudah siap untuk memulai kegiatan selanjutnya.

Tugas pemimpin kelompok dalam tahap peralihan ini adalah

membantu para anggota untuk mengenali dan mengatasi berbagai macam hambatan, rasa gelisah, rasa enggan. Setelah itu pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok yang telah siap untuk segera memasuki tahap kegiatan.

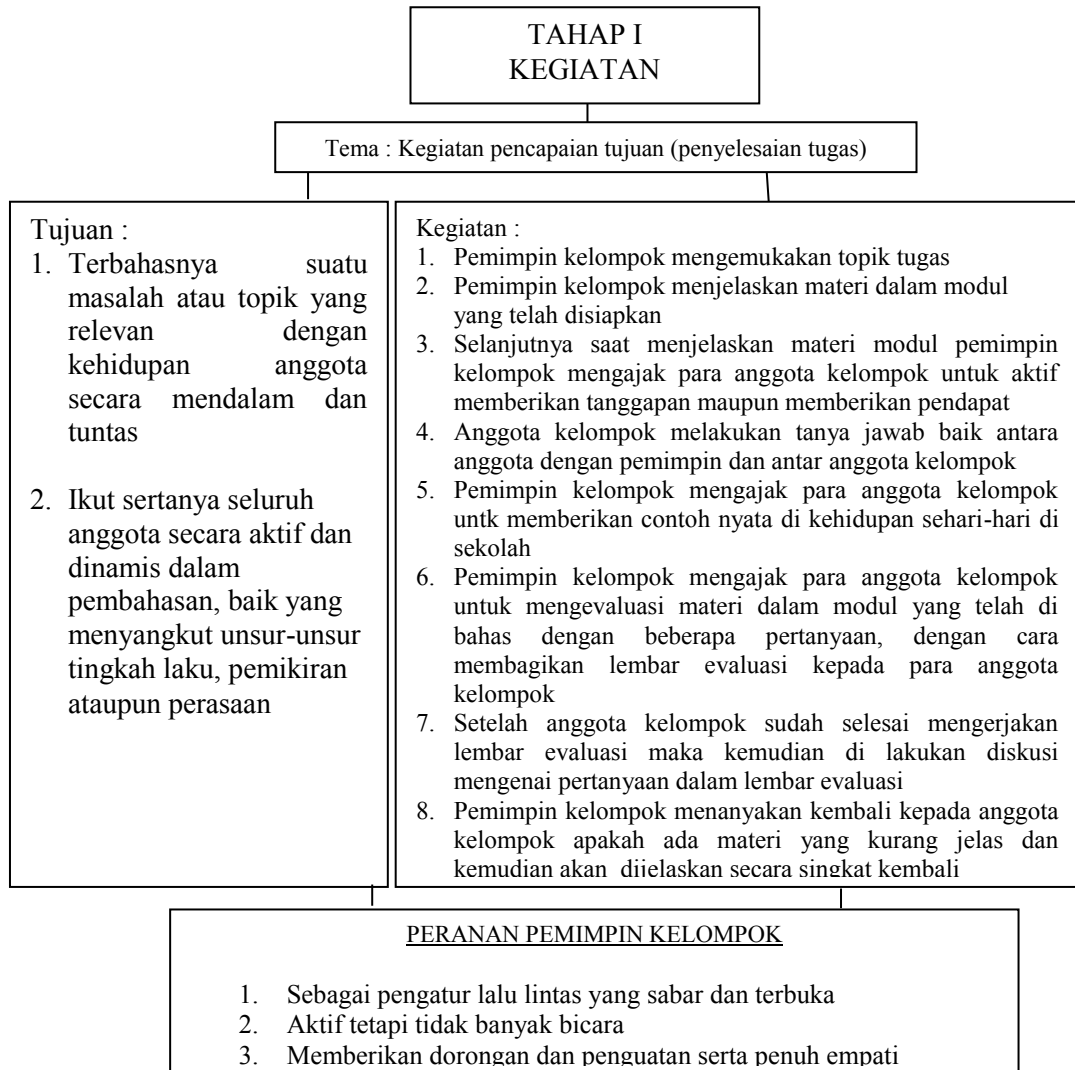


Gambar 2.2. Tahap Peralihandalam bimbingan kelompok

c. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan pusat dari kegiatan bimbingan kelompok. Dalam tahap ini suasana interaksi antar anggota kelompok mulai tumbuh dengan baik. Para anggota bersikap saling menerima satu sama lain, saling menghormati, saling berusaha untuk mencapai suasana kebersamaan. Dalam tahap kegiatan pemimpin kelompok akan

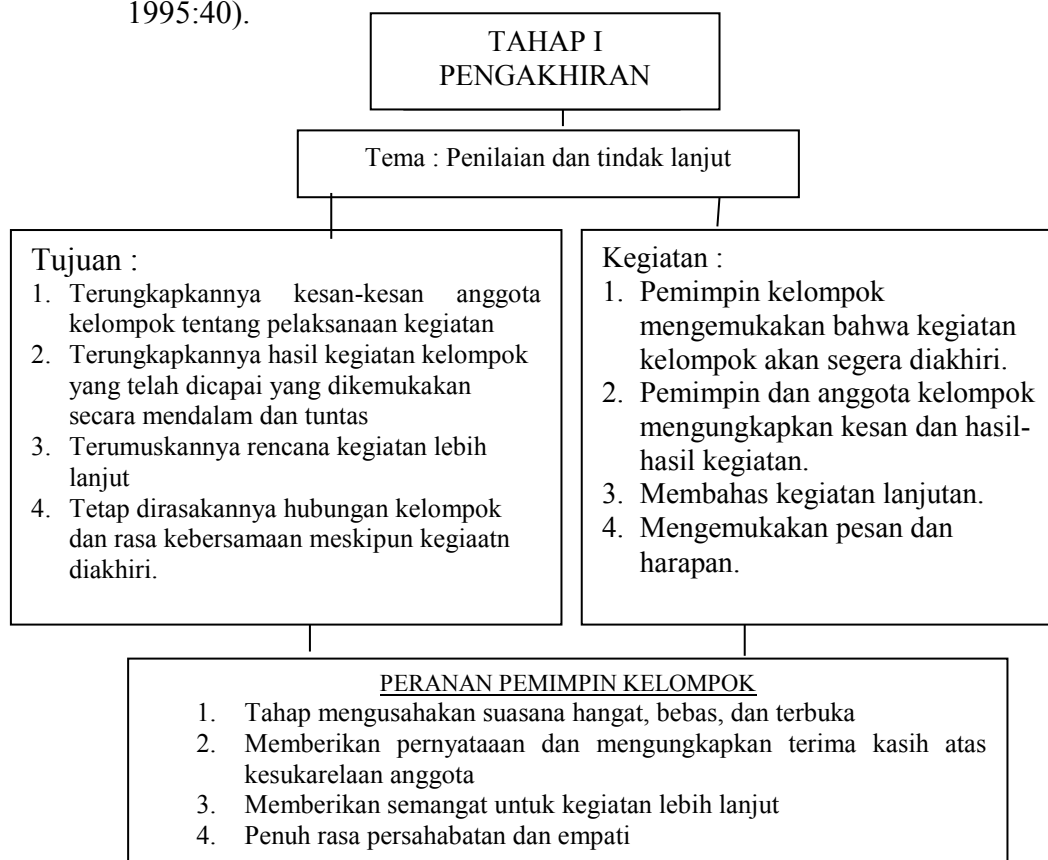
membahas topik bebas atau topik tugas yang sudah disepakati bersama, dan anggota kelompok akan berdiskusi tentang topik bebas atau topik tugas yang sudah disepakati.



Gambar 2.3. Tahap Kegiatan dalam bimbingan kelompok

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, kegiatan kelompok dipusatkan pada pembahasan dan penjelasan mengenai bagaimana mentransfer apa yang telah dipelajari anggota dalam kelompok ke dalam kehidupannya di luar lingkungan kelompok. Peranan pemimpin kelompok di sini adalah memberikan pengetahuan terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok. Setelah itu barulah pemimpin kelompok memberitahukan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Pemimpin kelompok bersama dengan anggota kelompok menyimpulkan hasil dari bimbingan kelompok dan memberikan kesan dan pesan selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok (Prayitno, 1995:40).



Gambar 2.4. Tahap Pengakhiran dalam bimbingan kelompok

7. Teknik Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Terdapat teknik yang bisa dilaksanakan dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok.

Menurut Romlah (2006: 87)

ada beberapa teknik yang bisa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu:

1. teknik pemberian informasi (*expository techniques*);
2. diskusi kelompok;
3. teknik pemecahan masalah (*problem solving techniques*);
4. permainan peran (*roleplaying*);
5. permainan simulasi (*simulation game*);
6. karyawisata (*field trip*);
7. teknik pencipta suasana kekeluargaan (*homeroom*).

Pada penelitian ini, permasalahan yang dimaksudkan terkait dengan manajemen waktu sehingga siswa membuat penilaian terhadap kesulitan manajemen waktu berdasarkan penyebabnya (baik faktor dari dalam diri maupun dari lingkungan) dan secara bersama-sama siswa merumuskan keputusan-keputusan untuk menyelesaikan masalah dengan memperbaiki pandangan hidup dan memotivasi siswa untuk dapat meningkatkan keterampilan manajemen waktu belajar siswa.

C. Peningkatan Kemampuan manajemen waktu Belajar Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok

Pemahaman manajemen waktu perlu diukur agar dapat dievaluasi atau diperbaiki. Menurut Hasan (1991: 78), pemahaman diukur melalui tiga aspek pemahaman yaitu:

1. Pemahaman sebagai bentuk penerimaan;
2. Respon;
3. Penilaian terhadap suatu objek.

Pengukuran pemahaman manajemen waktu melalui bimbingan kelompok dilakukan dengan menggunakan tiga cara yaitu dengan melihat penerimaan siswa ketika mendapat layanan tentang manajemen waktu, bagaimana respon siswa dalam menanggapi, dan memunculkan ide-ide baru ketika pelaksanaan kegiatan, serta bagaimana penilaian siswa dalam menyelesaikan suatu permasalahan terkait manajemen waktu secara logis.

Upaya meningkatkan pemahaman manajemen waktu dapat dilakukan dengan cara pemberian informasi atau pengetahuan tentang manajemen waktu agar siswa memiliki pengetahuan manajemen waktu, cara meningkatkan manajemen waktu, keterampilan cara mengatur waktu, teknik menyusun waktu, serta faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen waktu. Hal ini menjadi penting agar siswa mampu meningkatkan harga diri dan meningkatkan sikap asertif sehingga siswa dapat menolak dan menghindari hal-hal yang bisa mengganggu tercapainya manajemen waktu yang telah ditetapkan.

Menurut DR Jan Yager dalam Keenan, Kate (1995), prosedur manajemen waktu bukanlah hal yang mudah, sehingga ada yang harus diperhatikan dalam pelaksanaannya, terlebih hal ini adalah penyelesaian tugas. Menurutnya, hal yang harus dilakukan adalah:

- a. selalu aktif (bukan reaktif);
- b. tentukan sasaran (tujuan);
- c. tentukan prioritas dalam bertindak;
- d. pertahankan fokus;
- e. buat tenggat waktu yang realistis;
- f. dengan menggunakan teori “Lakukan Sekarang Juga” (*DO IT NOW*),

Penjelasan ini dapat diperluas sebagai mana berikut:

- D = *Divide* (bagi-bagi tugas)
Membagi tugas menjadi beberapa bagian pembahasan. Dengan hal ini akan lebih mudah dalam mengerjakan, yakni dimulai dari yang paling dasar atau pokok menuju perluasannya.
- O = *Organize* (atur cara pelaksanaan)
Mengerjakan dengan bertahap sesuai jadwal yang telah dibuat terlebih dahulu. Dimulai dengan pencarian referensi hingga hasil yang harus ditulis.
- I = *Ignore* (abaikan gangguan)
Sebenarnya hal ini tidak begitu tepat jika disebut gangguan, namun karena keadaan emosi yang tertekan dengan adanya tugas, sehingga beberapa kondisi luar sangat berpengaruh.

- T = *Take* (ambil kesempatan)
Sekalipun ada tugas yang harus dikerjakan, bukan berarti kegiatan lain akan tersingkirkan, namun begitu perlu apa yang sebelumnya disebut dengan jadwal kegiatan yang terencana. Dan giliran fokus tugas, itulah kesempatan.
- N = *Now* (sekarang harus di jalankan)
Kerjakan tugas jika telah memasuki jadwal yang telah ditentukan. Dalam arti sebagai prioritas dengan aktifitas lain. Tidak untuk dimundurkan atau digantikan waktu yang lain.
- O = *Opportunity* (ambil kesempatan)
Perubahan aktifitas diluar rencana merupakan keuntungan waktu, sehingga hal itu dapat digunakan .
- W = *Watch out* (waspada dengan waktu)
Waktu adalah tetap, sehingga penggunaan yang efisien akan semakin baik.

Tips lain dalam menjalankan metode manajemen waktu adalah:

1. Lakukan survei waktu pribadi
2. Memperkirakan waktu yang telah dihabiskan dalam aktivitas tertentu.
3. Perhatikan jadwal harian
4. Jangan menjadi perfeksionis

5. Berusahalah agar menjadi orang sempurna yang siap menghadapi kekalahan. Memiliki tujuan yang ingin dicapai dengan kemampuan yang ada.
6. Belajarlah berkata tidak. Misalnya, terdapat ajakan. Karena jika tidak akan menjadi pertimbangan yang juga akan menghabiskan waktu.
7. Belajar menentukan prioritas
8. Pada aktivitas dan keputusan.
9. Gabungkan sejumlah aktivitas (jika bisa)
10. Adaptasi diri

Yang penting adalah bagaimana agar upaya ini dapat berhasil. Jadwal waktu yang tidak jujur dan jadwal kegiatan pribadi bukan jadwal waktu yang tepat.

Teori Eisenhower merupakan teknik yang bisa digunakan untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar yaitu dengan cara mengambil keputusan efektif dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Eisenhower dalam Keenan, Kate (1995) untuk mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari dengan efektif adalah dengan menggunakan matrik waktu Eisenhower. Matrik ini terdiri dari dua atribut yaitu urgent dan important. Kita sering kali lupa membedakan mana yang penting dan mana yang mendesak. Pada akhirnya, matriks ini akan membagi pekerjaan kita ke dalam 4 jenis, yaitu:

1. Pekerjaan yang penting dan mendesak.
2. Pekerjaan yang penting namun tidak mendesak
3. Pekerjaan yang tidak terlalu penting namun mendesak

4. Pekerjaan yang tidak terlalu penting dan tidak mendesak

Tiga hal yang perlu Anda pertimbangkan mengenai manajemen waktu yang efektif yaitu:

1. Anda harus memprioritaskan aktivitas-aktivitas yang relevan dengan *goal* jangka panjang Anda. Di samping itu, Anda juga perlu mengesampingkan aktivitas-aktivitas yang tidak relevan dengan *goal* jangka panjang Anda. Pokoknya, Anda perlu memprioritaskan aktivitas-aktivitas yang sesuai dengan *goal* Anda. Artinya, Anda memilih menghabiskan banyak waktu pada aktivitas-aktivitas itu.
2. Agar dapat menentukan aktivitas yang relevan dari aktivitas yang tidak relevan dengan *goal* jangka panjang Anda, Anda perlu mengelompokkan aktivitas-aktivitas Anda menurut kategori prioritas.
3. Karena aktivitas yang prioritas adalah aktivitas yang menunjang *goal* jangka panjang Anda, maka Anda perlu merumuskan dan menentukan *goal* jangka panjang Anda.

<i>Urgent</i>			
<i>i m p o r t a n t</i>	<i>Important, but not urgent</i>	<i>Urgent and important</i>	<i>i m p o r t a n t</i>
	<i>Decide when you will do it</i>	<i>Do it immediately</i>	
	<i>Not important, not urgent</i>	<i>Urgent, but not important</i>	
	<i>Do it later</i>	<i>Delegate to somebody else</i>	
<i>Urgent</i>			

5.5 Matriks Eisenhower

Dari matriks tersebut, dapat kita lihat tindakan yang tepat untuk setiap jenis pekerjaan:

1. Untuk pekerjaan penting dan mendesak, jangan ditunda! Sesegera mungkin, jadikan prioritas utama.
2. Untuk pekerjaan penting namun tidak mendesak, boleh ditunda, tapi pastikan kita sudah punya rencana yang jelas tentang kapan kita akan menyelesaikannya (siapkan slot waktu khusus untuk menyelesaikan pekerjaan ini).
3. Untuk pekerjaan tidak terlalu penting namun mendesak, coba delegasikan tugas tersebut kepada anggota tim atau pihak lain yang dapat mendukung kita dalam menyelesaikan pekerjaan ini
4. Untuk pekerjaan tidak terlalu penting dan tidak mendesak, mungkin bisa sedikit kita kesampingkan agar bisa terlebih dahulu fokus/ mengutamakan pekerjaan lainnya

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono dengan waktu pelaksanaan penelitian ini adalah pada tahun pelajaran 2016/2017.

B. Metode Penelitian

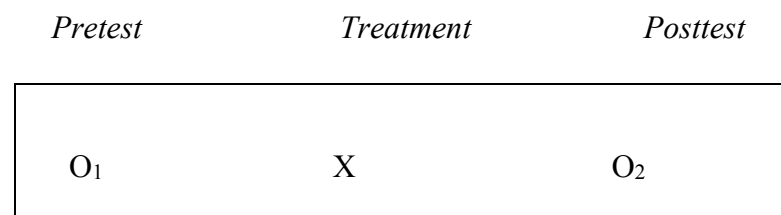
Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang di gunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang di ungkap benar-benar dapat dipertanggung jawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dipercaya.

Bentuk penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-eksperimental Design One-Group Pretest-Posttest Design* karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol dan desain ini terdapat *pretest* sebelum diberikan perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat. Karena, dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

Desain penelitian yang digunakan yaitu *One group pretest-posttest design*. Pelaksanaan dengan desain ini dilakukan dengan cara memberikan perlakuan atau *treatment* (X) terhadap suatu kelompok. Sebelum diberikan

perlakuan atau *treatment*, kelompok tersebut diberikan *pretest* (O1) dan kemudian setelah perlakuan atau *treatment*, kelompok tersebut diberikan *posttest* (O2). Hasil dari kedua test ini kemudian dibandingkan untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh atau perubahan terhadap kelompok tersebut (Sugiyono, 2012).

Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 . Pola *pre eksperimental design*

Keterangan :

- O₁ : *Pretest* berupa Skala awal sebelum siswa diberikan perlakuan
- X : Perlakuan (*treatment*)
- O₂ : *Posttest* berupa Skala akhir setelah siswa diberikan perlakuan

C. Subjek Penelitian

Subyek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Subyek penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono yang memiliki kemampuan manajemen waktu belajar yang rendah, sedang, dan tinggi. Karena peneliti ingin membuat bimbingan kelompok jenis heterogen, maka peneliti

mengambil subjek yang memiliki manajemen waktu belajar rendah, sedang dan tinggi. Alasan peneliti membentuk bimbingan kelompok yang heterogen karena heterogenitas kelompok akan menjadi sumber yang kaya untuk pencapaian tujuan layanan dan dinamika kelompoknya dapat lebih hidup dan berkembang.

Hal ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Narti, Sri 2014

yang menyatakan bahwa prinsip dari bimbingan kelompok sebagai berikut:

- a. Kegiatan bimbingan kelompok mengemban fungsi-fungsi konseling seperti pemahaman, pencegahan, pengentasan masalah, pengembangan, pemeliharaan dan fungsi advokasi serta menerapkan prinsip-prinsip dan asas konseling.
- b. Bimbingan kelompok bukan berarti membimbing kelompok, melainkan suatu layanan terhadap sejumlah siswa yang berperan sebagai anggota kelompok agar setiap siswa memperoleh manfaat tertentu.
- c. *Heterogenitas* kelompok akan membuat kelompok kaya masukan dan bersemangat sehingga dinamika kelompok akan terjadi kemudian saling merangsang untuk memberi masukan yang berfareasi.
- d. Kegiatan bimbingan kelompok tidak hanya memberi informasi tapi juga saling menerima dan dinamisasi kelompok ada pada anggota.

Untuk menjaring subjek penelitian, diberikan skala manajemen waktu belajar pada siswa kelas X. Skala manajemen waktu belajar berfungsi sebagai pengukur kemampuan manajemen waktu belajar siswa sekaligus sebagai *pretest* bagi siswa yang menjadi subyek penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan. Kemudian setelah mendapatkan subyek, selanjutnya peneliti akan memberikan bimbingan kelompok sebagai perlakuan.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel Penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Menurut Sugiono (2009:60) variabel penelitian adalah

“Suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya.”

Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*), yaitu :

- a. Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel *dependen* (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok.
- b. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan manajemen waktu belajar siswa.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisi perincian sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional variabel dalam

penelitian ini adalah kemampuan manajemen waktu belajar dan bimbingan kelompok.

a. Kemampuan manajemen waktu Belajar

Manajemen waktu belajar adalah kemampuan siswa dalam membagi waktu dalam proses belajar, mampu mengurangi keterlambatan dan kesalahan dalam belajar, tepat waktu dalam melakukan kegiatan belajar, mampu meningkatkan produktivitas belajar (prestasi belajar), dan mampu melatih kebiasaan disiplin dalam belajar.

b. Layanan Bimbingan Kelompok.

Layanan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada siswamelalui kelompok dengan bertukar informasi serta membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang bertujuan untuk membantu siswa dalam mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan, guna mencapai obyektifitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala Manajemen Waktu

Skala psikologi selalu mengacu kepada alat ukur aspek atau atribut afektif (Azwar, 2005: 3). Karakteristik skala psikologi sebagai alat ukur psikologi, yaitu:

1. Stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.
2. Dikarenakan atribut psikologi diukur secara tidak langsung lewat indikator-indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem, maka skala psikologi selalu berisi banyak item.
3. Respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban “benar” atau “salah”.

Skala yang digunakan untuk melihat manajemen waktu belajar siswa adalah skala manajemen waktu belajar yang dikembangkan dari jenis skala *likert*. Dengan skala *likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan tolak ukur untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan maupun pernyataan.

Skala manajemen waktu belajar digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat manajemen waktu belajar siswa, melalui *pre-test* dan *post-test*. Dengan menggunakan skala manajemen waktu belajar dapat diketahui siswa yang mengalami manajemen waktu belajar sangat rendah sampai pada tingkatan yang sangat tinggi.

Adapun kategori jawaban untuk skala likert adalah sebagai berikut:

No	Pernyataan positif	Pernyataan negatif	No	Pernyataan positif	Pernyataan negatif
	Jawaban	Nilai		Jawaban	Nilai
1	SS	5	1	SS	1
2	S	4	2	S	2
3	KS	3	3	KS	3
4	TS	2	4	TS	4
5	STS	1	5	STS	5

Tabel 3.1. Kategori Jawaban Instrument Penelitian Dengan Menggunakan Skala Likert

Variabel	Indikator	Deskriptor	No Item	
			Favorable	Unfavorable
M A N A J E M E N	1. Tepat waktu	1. Siswa mampu untuk memanfaatkan waktu dengan baik	2,3,5	1,4,6
	2. Disiplin	1. Siswa memiliki kesadaran untuk mematuhi peraturan yang telah ditetapkan yang berkaitan dengan waktu pelaksanaannya	7,9,10,13,15	8,11,12,14,16
W A K T U	3. Produktif dalam belajar	1. Siswa mampu mengikuti kegiatan yang produktif dan bisa menunjukkan hasil yang baik dalam belajar	17,18, 23	19,20,21,22
B E L A J A R	4. Bertanggung jawab	1. Siswa mampu untuk bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain atas waktu yang dimiliki saat di sekolah	26,27,28,30	24,25,29
	5. Prioritas dalam belajar	1. Siswa mampu menentukan prioritas dalam kegiatan belajar di sekolah	32,34,36,39,40	31,33,35,37,38,41

Tabel 3.2. Kisi-kisi Skala Manajemen Waktu

Kriteria skala manajemen waktu belajar siswa dikategorikan menjadi 2 yaitu: tinggi dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT-NR}{K}$$

Keterangan:

i : interval
 NT : nilai tertinggi
 NR : nilai terendah
 K : jumlah kategori

$$i = \frac{(41 \times 5) - (41 \times 1)}{3} = \frac{205 - 41}{3} = 54$$

Interval	Kriteria
205 - 151	Tinggi
150 - 96	Sedang
96 - 42	Rendah

Tabel 3.3 Kriteria manajemen waktu belajar

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat manajemen waktu belajar dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan manajemen waktu belajar yang rendah pada siswa.

F. Uji Persyaratan Instrumen

Untuk mendapatkan data yang lengkap, maka instrumen pengumpulan data harus memenuhi persyaratan yang baik, instrumen yang baik dalam suatu penelitian harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel.

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrumen. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Menurut Sugiyono (2011:182) untuk menguji validitas isi dilakukan dengan membandingkan antara isi instrumen dengan materi yang telah diajarkan.

Menurut Sugiyono (2012:180) untuk menguji validitas isi, dapat dengan mempertimbangkan pendapat dari para ahli (*judgments experts*). Dalam hal ini, setelah kisi-kisi lembar Skala disusun berdasarkan aspek-aspek tingkah laku yang akan diukur, maka selanjutnya di uji ahli oleh dosen pembimbing dan pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Perhitungan Hasil Uji Ahli dengan Aiken's V

Untuk mengetahui tingkat kevalidan aitem peneliti menggunakan perhitungan dengan nama Aiken's V dalam Azwar (2013)

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

Keterangan :

n : Jumlah panel penilai (expert)

lo : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)

c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 4)

r : Angka yang diberikan seorang penilai

s : r – lo

Rentang angka V yang diperoleh antara 0 sampai dengan 1,00

Hasil Judgement Expert dengan Aiken's

No	Pernyataan	Perhitungan Aiken's V	Hasil Perhitungan Aiken's
1.	Saya sering datang terlambat saat sekolah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
2	Saya mampu mengerjakan tugas tepat waktu	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
3	Saya bisa mengerjakan tugas sekolah pada pagi hari sebelum hari itu juga dikumpul	$\sum s = 1+1+1 = 3$ $V = 3/[3(4-1)] = 0,33$	0,33
4	Saat terlambat bangun, saya hanya berdiam diri	$\sum s = 1+2+2 = 5$ $V = 5/[3(4-1)] = 0,55$	0,55
5	Saya bisa menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
6	Ketika waktu istirahat selesai saya menunda untuk segera kembali ke dalam kelas	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
7	Saya bisa datang tepat waktu dalam berbagai kegiatan	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
8	Kegiatan yang mendadak bisa menjadi tantangan buat saya	$\sum s = 1+1+1 = 3$ $V = 3/[3(4-1)] = 0,33$	0,33
9	Saya kurang dapat mengontrol waktu dalam setiap aktivitas saya	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
10	Sebelum tidur saya biasa mempersiapkan peralatan untuk sekolah besok pagi	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
11	Saya membolos sekolah apabila teman-teman yang lain mengajak membolos	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
12	Saya memiliki jadwal pelajaran	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
13	Saya membuat catatan untuk memahami materi pelajaran	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
14	Menurut saya membuat jadwal kegiatan itu kurang bermanfaat	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66

15	Saat mengerjakan tugas sekolah yang memerlukan koneksi internet saya cenderung mengabaikan tugas sejenak	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
16	Saya mengerjakan tugas sekolah berdasarkan urutan pengumpulannya	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
17	Saya sering lupa dengan deadline yang ditentukan karena tidak memiliki jadwal kegiatan	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
18	Saya membuat daftar kegiatan dengan mencantumkan perkiraan waktu pada saat mengerjakan tugas	$\sum s = 1+2+1 = 4$ $V = 4/[3(4-1)] = 0,44$	0,44
19	Saya merasa banyak terbantu dengan adanya daftar kegiatan	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
20	Saya cenderung kurang dapat mengontrol waktu dalam setiap aktivitas saya	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
21	Saya mampu mengelola waktu dalam melaksanakan kegiatan belajar di sekolah	$\sum s = 1+1+2 = 4$ $V = 4/[3(4-1)] = 0,44$	0,44
22	Keaktifan saya dalam kegiatan ekstrakurikuler tidak membuat prestasi belajar saya menurun	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
23	Saat belajar di kelas saya lebih suka untuk aktif dalam proses belajar	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
24	Saya mendapatkan nilai yang jelek ketika ulangan	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
25	Saya memilih bermain dengan teman dibandingkan belajar di rumah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
26	Dalam mengerjakan tugas saya memulai dengan yang paling mudah terlebih dahulu	$\sum s = 1+2+1 = 4$ $V = 4/[3(4-1)] = 0,44$	0,44
27	Saya lebih suka bermain game daripada menyelesaikan tugas sekolah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
28	Saya suka mengikuti semua kegiatan tapi akhirnya terbengkalai	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
29	Saat di kelas saya tidak suka mengobrol dengan teman	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66

30	Saya mengerjakan piket sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan	$\sum s = 1+0+1 = 2$ $V = 2/[3(4-1)] = 0,22$	0,22
31	Ketika waktu sholat berjamaah di sekolah saya lebih suka pergi ke kantin	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
32	Saya memiliki daftar agenda kegiatan selama satu minggu	$\sum s = 2+0+1 = 3$ $V = 3/[3(4-1)] = 0,33$	0,33
33	saya cenderung pasrah apabila jadwal kegiatan saya berantakan	$\sum s = 1+2+2 = 5$ $V = 5/[3(4-1)] = 0,55$	0,55
34	Saya suka mengandalkan teman untuk mengingatkan tugas-tugas sekolah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
35	Saya bisa menyelesaikan tugas-tugas yang tertunda di waktu luang	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
36	Saya bisa mengerjakan tugas ketika waktu sudah deadline	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
37	Saya mampu merancang kegiatan untuk belajar agar dapat berjalan lancar	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
38	Saya kurang peduli terhadap tujuan saya sekolah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
39	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan daripada mengerjakan tugas sekolah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
40	Saya memilih membolos sekolah dan ikut kegiatan ekstrakurikuler sekolah	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
41	Saya suka menumpuk tugas sekolah berlama lama	$\sum s = 1+2+2 = 5$ $V = 5/[3(4-1)] = 0,55$	0,55
42	Saya mampu menolak ajakan teman saat sedang belajar	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
43	Saya mengetahui kegiatan yang menjadi prioritas saya	$\sum s = 1+2+1 = 4$ $V = 4/[3(4-1)] = 0,44$	0,44
44	Saya suka mengerjakan tugas sekolah menurut suasana hati saya	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66

45	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
46	Saat tugas sekolah menumpuk saya sering bingung harus mengerjakan yang mana terlebih dahulu	$\sum s = 1+2+1 = 4$ $V = 4/[3(4-1)] = 0,44$	0,44
47	Dalam menjalankan aktivitas, saya mendahulukan yang lebih penting	$\sum s = 1+2+2 = 5$ $V = 5/[3(4-1)] = 0,55$	0,55
48	Saat mendapatkan tugas, saya sering bingung memutuskan mana yang akan saya dahulukan	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
49	Saya suka mengerjakan tugas sekolah mendekati deadline pengumpulan	$\sum s = 1+2+2 = 5$ $V = 5/[3(4-1)] = 0,55$	0,55
50	Saya mampu membagi waktu antara belajar dan bermain bersama teman	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
51	Saya lebih mementingkan kepentingan pribadi misal pacar, dan urusan lain di bandingkan belajar	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
52	Aktivitas ekstrakurikuler akhir-akhir ini mengganggu aktivitas belajar saya	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
53	Saya suka mengisi waktu luang untuk belajar	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
54	Ketika saya tidak ada kegiatan saya lebih suka memanfaatkannya untuk belajar	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
55	Ketika guru tidak masuk kelas dan memberikan tugas saya lebih memilih mengobrol dengan teman	$\sum s = 2+2+2 = 6$ $V = 6/[3(4-1)] = 0,66$	0,66
JUMLAH		33,22	
RATA-RATA NILAI V		0,604	

Citra Abriani Maharani Abriani, M.Pd., Kons memberikan saran yaitu agar peneliti menggunakan bahasa yang jelas jangan ambigu, kemudian agar peneliti menyesuaikan lagi dengan deskriptor dan judul skripsi, serta pemilihan item dalam pernyataan harus seimbang antara yang positif dan negatif.

M. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi. memberikan saran agar peneliti memperbaiki lagi penggunaan kata dan tata kalimat karena masih terdapat kata yang sumbang serta diperhatikan lagi penggunaan S.P.O.K. dalam kalimat item pernyataan yang dibuat.

Yohana Oktarina, M.Pd. memberikan saran agar peneliti diperhatikan lagi item pernyataan yang dibuat karena masih terdapat item yang sama dan ditulis dua kali, serta agar peneliti lebih menggunakan kata-kata yang realistis dan mudah dimengerti oleh siswa yang akan diteliti.

Berdasarkan hasil uji ahli (*judgement experts*) yang dilakukan oleh beberapa dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung, koefisien validitas isi Aiken's V dari 41 item pada instrumen angket adalah ada pada rentang 0,66 berkaidah rencana tinggi. Dengan demikian, koefisien validitas skala ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2006:178). Syarat penting lainnya dalam sebuah penelitian adalah reliabilitas. Menurut Sukardi (2003: 127) reliabilitas sama dengan konsistensi atau keajegan. Suatu instrumen penelitian dikatakan mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi, apabila tes yang dibuat mempunyai hasil yang konsisten dan mengukur yang hendak diukur. Reliabilitas yang tinggi

menunjukkan kesalahan varian yang minim. Jika sebuah tes mempunyai reliabilitas tinggi maka pengaruh kesalahan pengukuran telah dikurangi. Untuk menguji dan mengetahui tingkat reliabilitas instrumen dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus *Alpha Crombach* menggunakan program SPSS 16.

G. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2010:207) analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis. Arikunto (2006:210) menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencoba sesuatu, lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu belajar. Uji *Wilcoxon* merupakan perbaikan dari uji tanda.

Karena subjek penelitian kurang dari 25, maka distribusi datanya dianggap tidak normal (Sudjana, 2002:331) dan data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka statistik yang digunakan adalah nonparametrik dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Penelitian ini akan menguji *Pretest* dan *posttest*. *Pretest* merupakan hasil sebelum anak diberikan

layanan bimbingan kelompok dan *Posttest* merupakan hasil setelah anak diberikan layanan bimbingan kelompok. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)¹⁷.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Sudjana, 2002:96):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*

T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N : Jumlah data sampel

Melalui uji *Wilcoxon* ini akan diketahui signifikan perbedaan *pretest* dan *Posttest*. Selain itu untuk menguji hipotesis, menerima atau menolak H_0 , Z_{hitung} akan dibandingkan dengan Z_{tabel} dengan melihat taraf nyata 0,05 atau 5%. Jika $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$ maka H_0 ditolak, sedangkan jika $Z_{hitung} \geq Z_{tabel}$ maka H_0 diterima (Sudjana, 2002).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan uji *wilcoxon*, dimana diperoleh angka probabilitas 0,012. Didapat probabilitas kurang dari 0,05 ($0,012 < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat peningkatan manajemen waktu belajar yang signifikan setelah diberi layanan bimbingan kelompok.

Hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan manajemen waktu belajar yang signifikan setelah diberi layanan bimbingan kelompok, sehingga dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono.

B. Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada Kepala SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono, disarankan untuk lebih perhatian kepada guru bimbingan konseling dan memberikan jadwal khusus untuk guru bimbingan konseling agar dapat memberikan layanan bimbingan konseling guna pengembangan karakter dan potensi peserta didik.
2. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok ataupun konseling kelompok secara rutin untuk meningkatkan manajemen waktu belajar siswa ataupun hal-hal yang berkaitan dengan kualitas diri lainnya guna menunjang pengembangan hubungan sosial dan prestasi mereka di sekolah.
3. Kepada siswa SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan dan konseling yang di laksanakan oleh guru BK dan dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari.
4. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan manajemen waktu belajar melalui layanan bimbingan kelompok hendaknya dapat menggunakan subjek berbeda dan meneliti variabel lain agar terdapat pembaharuan keilmuan yang berkaitan dengan manajemen waktu belajar siswa maupun tentang bimbingan konseling di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal. 2012. *Bimbingan & Konseling Di Sekolah*. Yrama Widya , Bandung.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Atkinson, E. Philip. 1983. *Manajemen Waktu Belajar yang Efektif*. Bina Rupa, Jakarta.
- _____. 1983. *Manajemen Waktu Belajar yang Kreatif*. Remaja Rosda Karya, Bandung.
- Depdiknas. 2007. *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta.
- Geldrad, Katryn dan David Geldrad. 2011. *Konseling Remaja Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda*. Pustaka Pelajar , Yogyakarta.
- Gie, The Liang. 1995. *Strategi Hidup Sukses*. Liberty , Yogyakarta.
- Gunarso, Singgih. 2000. *Psikologi Perkembangan*. BPK Gunung Mulia, Jakarta.
- Hallen A. 2005. *Bimbingan & Konseling*. Quantum Teaching, Jakarta.
- Hartinah, Siti. 2010. *Perkembangan Peserta Didik*. Refika Aditama, Bandung.
- Haynes, Marion E. 2010. *Manajemen Waktu Belajar*. PT Indeks, Jakarta.
- Keenan, Kate. 1995. *Management Guide to Making Time*. Ravette Books Limited, West Sussex.
- Mujiono. 2009. *Modul Pengembangan Diri melalui Layanan Bimbingan dan Konseling SMK*. Paramitha Publishing, Yogyakarta.
- Nazir, M. 2009. *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia. Jakarta.

- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Ghalia Indonesia, Jakarta.
- _____ 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT Rhineka Cipta, Jakarta.
- _____ 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Ghalia Indonesia, Jakarta.
- Purwanto, Sigit. 2008. *Pocket Mentor Manajemen Waktu*. Esensi Erlangga Group, Jakarta.
- Rohadi. 2008. *Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Mengajar terhadap Kompetensi Profesional Guru di Sekolah Menengah Atas Kota Pekalongan*. Tesis. Program Studi Manajemen Pendidikan Pogram Pascasarjana Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Universitas Negeri Malang, Malang.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. AFABETA, Bandung.