

Peranan layanan bimbingan kelompok dengan teknik focus group discussion untuk meningkatkan manajemen waktu belajar siswa SMP

Gea Nevea, Aprilia Setyowati
Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia
gea1900001165@webmail.uad.ac.id aprilia.setyowati@bk.uad.ac.id

Abstrak

Artikel ini menjelaskan pentingnya manajemen waktu belajar pada peserta didik. Tujuannya membantu peserta didik dalam memajemen waktu belajar untuk meningkatkan prestasi belajar dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik focus group discussion. Metode yang digunakan yaitu literature review. Manajemen waktu bertujuan untuk penggunaan waktu yang efektif ketika melakukan sebuah tindakan tertentu yang mengarah pada tujuan. Manajemen waktu dapat membuat peserta didik memiliki pengaturan diri dalam menggunakan waktu secara efektif dan efisien. Dengan manajemen waktu maka prestasi akademik peserta didik dapat meningkat. Peserta didik yang dapat mengatur waktu dengan baik maka waktu belajarnya akan lebih efektif. Manajemen waktu yang baik mendorong peserta didik untuk belajar, sehingga dalam belajar peserta didik akan lebih optimis dalam meningkatkan pendidikan akademik.

Kata Kunci: Prestasi Belajar, Manajemen waktu

PENDAHULUAN

Manajemen waktu merupakan proses mengendalikan waktu berdasarkan rangkaian kegiatan yang telah direncanakan. Manajemen waktu bertujuan untuk penggunaan waktu yang efektif ketika melakukan sebuah tindakan tertentu yang mengarah pada tujuan. Manajemen waktu dapat membuat peserta didik memiliki pengaturan diri dalam menggunakan waktu secara efektif dan efisien. Dengan manajemen waktu maka prestasi akademik peserta didik dapat meningkat. Peserta didik yang dapat mengatur waktu dengan baik maka waktu belajarnya akan lebih efektif. Peran manajemen waktu sangat diperlukan pada proses belajar peserta didik, karena manajemen waktu merupakan faktor intern pada proses belajar untuk mengelola diri sendiri. Manajemen waktu yang baik mendorong peserta didik untuk belajar, sehingga dalam belajar peserta didik akan lebih optimis dan memprioritaskan pendidikan.

Manajemen waktu belajar untuk mengatur waktu dimana individu menetapkan waktu belajar secara teratur maupun menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru. Terdapat aktifitas yang khusus untuk tujuan dalam memenuhi keinginan kebutuhan untuk mendahulukan untuk menyelesaikan tugas. Kemudian tugas dapat disesuaikan pada sumber dan waktu melalui rencana yang dijadwalkan maupun daftar.

Peserta didik yang duduk dibangku SMP mengalami masa transisi pada masa anak-anak ke remaja. Dengan adanya masa transisi ini peserta didik mengalami

permasalahan mengatur waktu dalam belajar, ada banyak yang dialami peserta didik yaitu kurangnya kesadaran diri akan pentingnya waktu, jarang menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, kurang memprioritaskan waktu, sering menunda mengerjakan tugas. Sehingga peserta didik mengalami banyak hambatan dalam belajarnya, karena sering menunda-nunda waktu sehingga menjadi kebiasaan. Hal-hal yang dilakukan dibangku SD masih terbawa saat memasuki awal bangku SMP. Peserta didik pun merasa bosan dengan materi-materi pelajaran yang ada dibangku SMP.

Peserta didik mempunyai tugas perkembangan yang mesti dicapai supaya siswa bisa berkembang dengan baik. Tugas perkembangan ada beberapa kaitannya yaitu perkembangan etika, spiritual, dan emosi. Masa-masa remaja banyak masalah yang dialami mengenai manajemen waktu siswa, karena kurang pemahaman mengenai manajemen waktu. Pemahaman yang kurang dimiliki mengenai manajemen waktu sangat berdampak negatif yaitu siswa menjadi lebih bermalas-malasan dalam belajar, sering menunda-nunda waktu, dan membuang waktu sia-sia. Manajemen sangat berperan penting untuk kegiatan belajar, karena manajemen waktu sebagai faktor intern yang berpengaruh pada belajar, sehingga dalam belajar siswa dapat lebih semangat dan tidak mudah bosan dengan pelajaran yang dipelajari. Siswa dapat meningkatkan prestasi belajarnya dengan mengatur waktu dengan efektif. Siswa yang memiliki prestasi belajar yang rendah karena kurang mengatur waktu belajar dengan efektif.

Mengatur waktu dengan efektif dapat memiliki keseimbangan yang optimal dalam kehidupan. Siswa yang sering menyianyikan waktu dengan lebih suka hura-hura, bermain dan lebih banyak bersantai akan merasakan penyesalan ketika targetnya kedepan tidak tercapai. Tugas yang diberikan oleh guru akan terlambat dikumpulkan, menunda-nunda waktu belajar, semangat belajar pun menurun dan prestasi dalam belajar juga dapat menurun. Prestasi belajar sangat berpengaruh terhadap perkembangan peserta didik.

Sehingga manajemen waktu sangat penting bagi siswa karena dapat memberikan keberhasilan untuk masa depan siswa sendiri. Siswa yang dapat mengatur waktu maupun menjadwalkan waktu dengan konsisten maka siswa dapat memiliki sikap yang dapat bertanggung jawab sebagai peserta didik. Siswa yang sudah konsisten dalam mengatur waktupun dapat lebih percaya diri jika ada presentasi yang harus dilaksanakan karena sudah mempersiapkan dirinya sebelum melaksanakan presentasi. Pencapaian dalam beljarpun dapat lebih baik untuk kedepannya.

Hambatan dalam mengatur waktu belajar sering dialami peserta didik. Karena peserta didik masih banyak yang terpengaruh dengan pergaulan maupun bermain, sehingga siswa sering menyianyikan waktu yang ada. Dampak negatif juga dapat timbul yang menyebabkan prestasi akademik siswa menurun, sehingga prestasi belajarnya dapat menurun. Dengan itu konselor meningkatkan manajemen waktu siswa dengan memberikan pemahaman untuk dilaksanakan melalui layanan bimbingan kelompok dengan *Teknik Focus Group Discussion (FGD)*.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik FGD, siswa diharapkan memperoleh informasi-informasi yang lebih spesifik mengenai peningkatan manajemen waktu belajar. Bimbingan yang diberikan kepada siswa dapat memberikan pemahaman mengenai manajemen waktu belajar sehingga dapat diterapkan di kehidupan siswa. Diskusi ini bertujuan supaya siswa dapat sepakat juga mengenai bimbingan konseling yang diberikan. Sehingga peneliti dapat paham mengenai pengembangan keterampilan melalui *teknik focus group discussion (FGD)*.

METODE

Metode *literature review* digunakan pada artikel ini dengan fokus peningkatan kemampuan siswa pada manajemen waktu belajarnya, berupaya untuk memperoleh data mengenai manajemen waktu belajar. Pada Tabel 1. Akan dijelaskan rincian dari data yang diperoleh :

Tabel 1. Rincian Data yang Diperoleh

Penulis	Judul	Tahun
Veta Lidya Delimah Pasaribu	Penggunaan Manajemen Waktu Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Di SMP Araisiyah	2019
Merdeka Wati	Hubungan Manajemen Waktu Belajar dan Peran Serta Orangtua Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas XI Ipa SMAN 5 Batam	2018
Rian Anugrah Firmanto	Pengaruh Manajemen Kesiswaan terhadap Disiplin Belajar dalam Mewujudkan Prestasi Belajar Siswa	2017
Hilma Wahidaty	Manajemen Waktu: dari Teori menuju Kesadaran Diri Peserta Didik	2021

HASIL

PROSIDING

Seminar Antarangsa Bimbingan Dan Konseling
Universitas Ahmad Dahlan
Sabtu, 27 Agustus 2022

Berdasarkan analisis artikel dengan literature review diperoleh bahwa manajemen waktu belajar dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa. Pada Tabel 2. Akan dijelaskan sumber data yang diperoleh :

Tabel 2. Sumber Data

Penulis	Judul	Tahun	Hasil Penelitian/Temuan
Veta Lidya Delimah Pasaribu	Penggunaan Manajemen Waktu Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Di SMP Araisiyah	2019	Hasil penelitian dengan metode pengabdian dilakukan dengan beberapa kegiatan yaitu survei sosialisasi yang menyusun beberapa kegiatan dalam menyusun materi yang akan diberikan dan jadwal dalam memberikan materi. Perlunya strategi dalam meningkatkan manajemen waktu belajar siswa. Dimana siswa dapat pemahaman yang optimal dalam mengatur waktu belajar yang efektif.
Merdeka Wati	Hubungan Manajemen Waktu Belajar dan Peran Serta Orangtua Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas XI Ipa SMAN 5 Batam	2018	Hasil penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif untuk meningkatkan manajemen waktu belajar secara efektif. Siswa mampu membagi waktunya dalam belajar dan juga membuat jadwal untuk menetapkan prioritasnya untuk meningkatkan prestasi belajar. Siswa dapat memahami dan melaksanakan manajemen waktu belajar. Manajemen waktu dapat meningkatkan prestasi belajar siswa sehingga siswa dapat berkembang dengan baik.

PROSIDING

Seminar Antarangsa Bimbingan Dan Konseling
Universitas Ahmad Dahlan
Sabtu, 27 Agustus 2022

Rian Anugrah Firmanto	Pengaruh Manajemen Kesiswaan terhadap Disiplin Belajar dalam Mewujudkan Prestasi Belajar Siswa	2017	Hasil penelitian ini menggunakan teknik survei, yaitu untuk mengkaji gejala yang diamati untuk mengetahui manajemen waktu belajar siswa. Sehingga pemahaman siswa mengenai manajemen waktu belajar dapat lebih optimal. Faktor internal dan eksternal berpengaruh terhadap perkembangan belajar siswa. Manajemen memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar dan membuat siswa dapat didiplin waktu.
Hilma Wahidaty	Manajemen Waktu: dari Teori menuju Kesadaran Diri Peserta Didik	2021	Hasil penelitian menggunakan studi pustaka untuk mengetahui manajemen waktu belajar yang efektif. Siswa dapat memahami mengenai pengaturan waktu yang optimal dengan melaksanakan prinsip-prinsip yang dapat mendorong dirinya untuk lebih produktif dalam menggunakan waktu yang ada. Siswa mampu merencanakan atau menyusun jadwal belajar lebih optimal.

Berdasarkan artikel yang didapat bahwa manajemen waktu belajar yang efektif dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa.

A. Manajemen Waktu Belajar

1) Pengertian Manajemen Waktu Belajar

Manajemen waktu belajar yaitu mengatur waktu belajar secara terorganisir. Individu mengatur jadwal belajar maupun mengerjakan tugas dengan waktu yang efisien. Sehingga siswa dapat mendahulukan tugas untuk

dikerjakan, belajar dengan tekun di waktu yang telah diatur maupun dijadwalkan. Manajemen waktu belajar akan membuat siswa jadi lebih bertanggung jawab sebagai pelajar karena menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan tidak menunda-nunda mengerjakan tugas maupun belajar. Siswa yang bertanggung jawab akan mempunyai pendirian yang baik dalam kehidupannya dan juga siswa dapat meningkatkan prestasi belajarnya.

Manajemen waktu yaitu keterampilan pada diri individu yang dapat mengatur waktunya secara efektif. Siswa yang dapat mengendalikan dirinya dalam mengatur waktu belajar akan lebih baik untuk masa depannya.

Levin (2007) memaparkan empat aspek dalam menggunakan waktu secara efektif dan produktif yaitu :

a) Strategi Berpikir

Strategi berpikir yaitu berpikir sebelum melakukan tindakan yang akan dilaksanakan. Dimana individu tidak tergesa-gesa dalam bertindak dan mengambil keputusan yang matang.

b) Ide Strategi Pengelolaan Waktu

Ide strategi pengelolaan waktu yaitu individu dapat melakukan strategi dalam mengatur waktu. Dimana individu dapat melaksanakan kegiatan secara terkoordinir. Sehingga individu dapat mengelola waktu secara optimal.

c) Membuat Strategi Pengelolaan Waktu

Membuat strategi pengelolaan waktu yaitu individu membuat strategi pengelolaan waktu dan mengetahui tujuan apa yang perlu dicapai, sehingga individu dapat menyusun strategi sebelum bertindak.

d) Menerapkan Strategi Pengelolaan Waktu

Menerapkan strategi pengelolaan waktu yaitu dimana individu sudah membuat strategi yang akan diterapkan dan sudah mengambil keputusan.

Manajemen waktu sangat bermanfaat bagi peserta didik karena manajemen waktu berkesinambungan juga dengan manajemen waktu belajar. Sehingga dengan manajemen waktu yang seimbang maka proses belajar maupun menyelesaikan tugas dapat berjalan dengan baik dan juga prestasi belajar siswa akan meningkat. Manajemen waktu membantu siswa supaya lebih produktif dalam menjalankan aktifitas kehidupan.

2) Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen waktu belajar

Manajemen waktu belajar mempunyai beberapa faktor yaitu :

a) Faktor dalam diri yang melakukan kesalahan

Setiap siswa pasti memiliki kesalahan, oleh sebab manajemen waktu belajar dapat meminimalisir kesalahan yang pernah dilakukan.

b) Faktor Lingkungan Sekolah

Sekolah menjadi tempat belajar siswa, dengan fasilitas yang baik maka siswa dapat belajar secara otodidak.

B. Prestasi Belajar

1) Prestasi Belajar

Prestasi belajar merupakan hasil dari belajar untuk mencapai hasil yang baik. Prestasi belajar juga dilihat dari nilai yang didapatkan yang diberikan oleh guru di masing-masing bidang studi. Siswa mempunyai prestasi belajar yang berbeda-beda dibidang studi. Oleh sebab itu bermacam-macam prestasi yang diperoleh oleh siswa diberbagai bidang studi. Prestasi belajar juga dipengaruhi oleh kegemaran maupun niat dalam mempelajari bidang studi, karena tidak semua siswa gemar dalam semua bidang studi. Dalam proses belajar dipengaruhi juga oleh keberadaan guru, maka keberadaan guru harus diperhatikan. Prestasi belajar sangat memberikan perkembangan yang baik untuk masa depan siswa. Sehingga siswa dapat berkembang dengan baik atas hasil yang didapatkan.

2) Aspek-aspek Prestasi Belajar

Ada beberapa aspek yang dapat menjadi indikator dalam belajar. Aspek-aspek tersebut ada 3 yaitu : yang pertama aspek kognitif, aspek kognitif sebuah indikator untuk pencapaian prestasi, bidang kognitif dapat dilakukan dengan cara tes tulis dan juga tes lisan.

Lalu yang kedua aspek afektif, aspek afektif yaitu meliputi watak perilaku seperti perasaan, sikap, minat, emosi atau nilai. Afektif ini menentukan keberhasilan belajar peserta didik. Peserta didik yang berminat pada pelajaran tertentu maka akan mencapai keberhasilan pada prestasi belajarnya. Tetapi jika peserta didik tidak berminat pada pelajaran tertentu maka peserta didik tersebut sulit dalam mencapai keberhasilan belajar secara optimal.

Dan yang terakhir aspek psikomotorik, psikomotorik yaitu berhubungan dengan otot syaraf seperti berbicara, melangkah, berlari, bergerak dan sebagainya. Jadi ketiga aspek belajar yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotorik akan lebih baik jika dimiliki oleh siswa. Sehingga siswa bukan hanya cerdas pada mata pelajaran namun juga cerdas dalam menerapkan dikehidupan sehari-hari.

C. Teknik Focus Group Discussion (FGD)

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik fokus group discussion (FGD) merupakan diskusi yang dapat berfokus mengenai pemahaman yang akan diberikan kepada peserta didik. Teknik fokus group discussion (FGD) secara spesifik untuk mengungkap permasalahan supaya dapat memilih tujuan yang jelas. Diskusi kelompok dengan teknik FGD dapat menyelesaikan permasalahan

yang dialami peserta didik sesuai dengan kesepakatan dalam bimbingan konseling. Dengan bimbingan kelompok teknik FGD diharapkan peserta didik dapat terbuka kepada konseli untuk menyampaikan permasalahan-permasalahan yang dialami mengenai manajemen waktu belajar. Sehingga dengan begitu peserta didik dapat memiliki pemahaman dan juga dapat melaksanakan hal-hal yang telah diarahkan oleh konselor. Diskusi kelompok teknik FGD supaya dapat menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialami peserta didik mengenai manajemen waktu belajar untuk mencapai prestasi belajarnya, maka diharapkan peserta didik dapat memahami dan melaksanakan manajemen waktu belajar secara efektif.

KESIMPULAN

Manajemen waktu belajar merupakan proses kegiatan belajar yang direncanakan secara terorganisir. Manajemen waktu belajar bertujuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa supaya lebih optimal. Manajemen waktu membuat peserta didik mengelola dirinya untuk memanfaatkan waktu lebih efektif. Dengan manajemen waktu belajar maka prestasi akademik siswa dapat meningkat. Manajemen waktu belajar sangat penting untuk meningkatkan prestasi belajar siswa. Dengan diskusi kelompok teknik FGD diharapkan peserta didik dapat menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialami, mengenai manajemen waktu belajar untuk mencapai prestasi belajarnya, maka diharapkan peserta didik dapat memahami dan melaksanakan manajemen waktu belajar secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Slamet. (2003). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Winkel, W.S dan Hastuti, Sri. (2004). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Puspitasari, W. (2013). Hubungan antara Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial dengan Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*.
- Sandra, K.I., & M.A. Djalali. (2013). Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi. *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Ghufroon, M.N., & R. Risnawita, S. (2016). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Levin, P. (2007). *Skillfull Time Management*. USA: Open University Press.
- Winkel, W.S dan Hastuti, Sri. (2004). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Juliasari, N. & Benedictus. (2016). Hubungan antara manajemen waktu belajar, motivasi belajar, dan fasilitas belajar dengan prestasi belajar matematika siswa SMP kelas VII se-Kecamatan Danurajen Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Matematika* 4 (3). 405-412.
- Linda. (2017). Pengantar rancangan modul pelatihan manajemen waktu pada himpunan mahasiswa program studi psikologi Universitas "X". *Jurnal Psikologi Psibernetika* 10 (1). 1-8.
- Slameto. (2010). *Balajar & factor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Umar, M. (2015). Peran orang tua dalam peningkatan prestasi belajar anak. *Jurnal Ilmiah Edukasi* 1 (1). 20-28.
- Willis, SS. (2012). *Psikologi pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, A.N. 2010. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokratinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Berwirausaha. *Skripsi*. Surakarta. Fakultas Psikologi UMS.
- Slamet. (2003). *Belajar dan Faktor Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Winkel, W.S dan Hastuti, Sri. (2004). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.

Atmodiwirio. (2014). *Manajemen Pendidikan Indonesia*. Jakarta: Ardadizya Jaya.

Mulyasa, E. (2014). *Manajemen Berbasis Kompetensi dan Aplikasinya*. Bandung: Rosdakarya.

Nasihin, Sukarti dan Sururi. (2011). *Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. Manajemen Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.