

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* TERHADAP MANAJEMEN WAKTU PADA SISWA KELAS XI DI MAN 1 PATI

Febri Atiningsih¹, Heri Saptadi Ismanto², Venty³

^{1,2}Universitas PGRI Semarang; Jl. Sidodadi Timur No. 24 Semarang, Karang Tempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232, telp (024)8316377

e-mail: febriatiningsih847@gmail.com

Abstract. This study aims to determine the level of time management among 11th grade students at MAN 1 Pati after being given treatment in the form of group guidance services using problem-solving techniques. The method used is a quantitative approach with a pre-experimental design of the one-group pretest-posttest type. The study population consisted of 261 students, while the sample consisted of 10 students with low and high time management categories using cluster random sampling techniques. Hypothesis testing was conducted using a paired sample t-test, yielding a sig value (2-tailed) = 0.000 < 0.05, indicating a significant difference between pre-test and post-test results. The average pre-test score of 93 increased to 114.8 in the post-test, resulting in an increase of 21.8. Thus, Ho was rejected and Ha was accepted, meaning that group counseling services using problem-solving techniques significantly influenced improvements in students' time management at the 5% significance level.

Keywords: group guidance, problem solving techniques, time management

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat manajemen waktu siswa kelas XI MAN 1 Pati setelah diberikan treatment berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *Pre-Eksperimental Design* tipe *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian berjumlah 261 siswa, sedangkan sampel diambil sebanyak 10 siswa dengan kategori manajemen waktu rendah dan tinggi menggunakan teknik *cluster random sampling*. Uji hipotesis dilakukan dengan *paired sample t-test* dan diperoleh nilai sig (2-tailed) = 0,000 < 0,05, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Nilai rata-rata pre-test sebesar 93 meningkat menjadi 114,8 pada post-test, sehingga terjadi peningkatan sebesar 21,8. Dengan demikian, Ho ditolak dan Ha diterima, yang berarti layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving berpengaruh signifikan terhadap peningkatan manajemen waktu siswa pada taraf signifikansi 5%

Kata kunci: bimbingan kelompok, teknik *problem solving*, manajemen waktu

A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu usaha untuk belajar sesuai tujuannya baik melalui jalur formal, nonformal maupun informal dengan secara aktif dan terarah. Melalui pendidikan tersebut diharapkan peserta didik dapat mengembangkan potensi yang dimiliki serta mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian besar waktu yang tersedia harus digunakan oleh peserta didik untuk belajar dan mencapai target hasil yang diinginkan. Salah satunya adalah melakukan perencanaan, proses pembelajaran, melakukan penilaian hasil pembelajaran sebagai upaya terlaksananya proses pembelajaran yang efektif dan efisien.

Menurut Zahira, N. N., Aisyah, V., & Astuti, (2024) Manajemen waktu adalah keterampilan penting yang mempengaruhi efisiensi dan kinerja individu maupun organisasi. Di era globalisasi dan digitalisasi, kompleksitas tugas dan tekanan untuk mencapai hasil yang cepat dan akurat semakin meningkat. Banyak individu dan organisasi yang menghadapi kesulitan dalam mengatur waktu secara efektif, yang sering kali menyebabkan penurunan produktivitas, peningkatan stress, dan rendahnya kepuasan kerja. Permasalahan utama yang diselesaikan dalam artikel ini adalah bagaimana mengembangkan dan menerapkan strategi manajemen waktu yang efektif untuk mengoptimalkan efisiensi dan kinerja.

Menurut Zebua, Y. F., & Santosa, (2023) Manajemen waktu adalah suatu pencapaian seseorang untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan dengan mengelolah waktu semaksimal mungkin. Dengan kata lain, manajemen waktu berarti kemampuan seseorang dalam mengatur dan memanfaatkan waktu sebaik mungkin agar semua aktivitas dapat diselesaikan secara efisien dan sesuai prioritas, tanpa membuang waktu secara sia-sia.

Menurut Sari et al., (2017) Manajemen waktu adalah segenap kegiatan dan langkah mengatur serta mengelola waktu dengan sebaik baiknya, sehingga mampu membawa ke arah tercapainya tujuan hidup yang telah ditetapkan. Manajemen waktu dapat dilakukan dengan cara seseorang mengatur jadwal dan aktivitasnya secara terencana agar hidupnya lebih terarah, tugas-tugas dapat

diselesaikan tepat waktu, dan tujuan yang diinginkan bisa tercapai dengan lebih efektif dan terukur.

Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu adalah kemampuan seseorang dalam merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Manajemen waktu sangat penting, terutama di era digital dan globalisasi saat ini, di mana tekanan dan tuntutan semakin tinggi. Ketidakmampuan mengatur waktu dapat berdampak pada penurunan produktivitas, meningkatnya stres, dan rendahnya kepuasan kerja. Oleh karena itu, strategi manajemen waktu yang tepat sangat dibutuhkan agar setiap aktivitas dapat dilakukan sesuai prioritas, lebih terarah, dan hasil yang dicapai menjadi lebih optimal.

Untuk mencapai hasil belajar yang memuaskan, diperlukan pendekatan manajemen pembelajaran yang terstruktur dalam proses Pendidikan. Wawancara yang dilakukan dengan guru BK mengungkapkan bahwa siswa kelas X mengalami kendala dalam manajemen waktu belajar yang efektif, misalnya sering mengerjakan pekerjaan rumah dengan cara menjiplak dari teman sebangku, belajar dengan tergesa-gesa, belajar hanya ketika ujian sudah dekat karena waktu yang dihabiskan untuk bermain, dan sering menjiplak pekerjaan teman sekelas saat ujian. Selain itu, banyak siswa yang kurang terlibat dalam proses belajar mengajar karena asyik mengobrol dengan teman sebangkunya.

Hasil wawancara dengan dua narasumber dari siswa dan guru BK pada tanggal 28 Februari 2025 menunjukkan bahwa waktu luang siswa lebih banyak dihabiskan untuk bermain daripada belajar. Siswa cenderung belajar hanya ketika menghadapi hal-hal yang mendesak, seperti ujian yang akan datang. Banyak siswa yang tidak mengikuti jadwal belajar, sering menunda-nunda pekerjaan, sulit mengatur waktu belajar yang efektif, sering mengabaikan waktu belajar yang telah ditentukan, dan sering terlambat mengumpulkan tugas. Demikian juga dalam penelitian yang dilakukan oleh Putri Dwi Astuti et al., (2020) dengan judul "Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* Terhadap Manajemen Waktu Belajar Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Gubug" yang

disimpulkan bahwa ada pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gubug.

Berdasarkan hasil Analisis Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) pada tanggal 24 Februari 2025 yang menunjukkan bahwa di Kelas X-6 yang berjumlah 38 siswa terdapat 20 siswa dengan persentase 2,72% ; Kelas X-7 yang berjumlah 38 siswa terdapat 21 siswa dengan persentase 2,44% ; Kelas X-8 yang berjumlah 38 siswa terdapat 24 siswa dengan persentase 3,03% ; dan Kelas X-9 yang berjumlah 36 siswa terdapat 29 siswa dengan persentase 3,14% siswa merasa tidak puas saat jam istirahat di tengah KBM (Kegiatan Belajar Menengah). Selain itu, ada siswa yang dilaporkan terlambat menyelesaikan tugas, ada pula yang sama sekali tidak mengumpulkan tugas, belajar hanya sebelum ujiann, dan memiliki kebiasaan belajar yang tidak teratur, sering tidak bersemangat belajar, dan menghabiskan waktu belajar dengan bersosialisasi dengan teman dan jika dirumah selalu bermain handphone hingga lupa waktu terkadang sampai rumah sudah capek, sehingga belajar selalu dilupakan.

Tantangan dalam menguasai manajemen waktu untuk belajar dapat diatasi melalui pemahaman dan pengembangan, yang mengarah pada peningkatan yang signifikan dikalangan siswa dibidang ini. Layanan bimbingan kelompok yang ditujukan untuk membantu siswa mengelola waktu belajar mereka diantisipasi secara efektif membantu mereka mengatasi tantangan tersebut baik secara mandiri maupun dalam kelompok, memungkinkan mereka untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dipercayai bahwa terlibat dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan keterampilan berfikir kritis siswa saat mereka mengidentifikasi masalah yang terkait dalam kebiasaan belajar mereka dan mencari solusi untuk masalah yang mereka hadapi.

Menurut Hartanti, (2022) mengungkapkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan berkelompok dimana pemimpin kelompok mengarahkan diskusi agar anggota kelompok bersama-sama mencapai tujuan. Kelompok juga diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilakukan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ini berupa penyampaian informasi atau

aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

Menurut Iswatun Hasanah et al., (2017) bimbingan kelompok adalah proses bantuan yang dilakukan secara terencana dan sistematis dalam situasi kelompok, yang bertujuan membantu individu mengembangkan potensinya, memecahkan masalah, dan meningkatkan kemampuan sosial melalui dinamika kelompok. Melalui interaksi dan dinamika kelompok, siswa diajak untuk saling berbagi pengalaman, belajar memahami diri dan orang lain, serta membentuk sikap positif yang mendukung perkembangan pribadi dan sosial.

Menurut Kumara, (2017) Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama. Bimbingan kelompok juga dapat diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Dalam proses ini, anggota kelompok dapat saling mendukung dan belajar dari pengalaman satu sama lain, baik dalam hal pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan beberapa pengertian bimbingan kelompok diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan dalam suasana kelompok secara terarah dan terstruktur, dengan dipimpin oleh seorang pembimbing. Tujuan utamanya adalah membantu setiap individu dalam kelompok untuk memahami diri, mengembangkan potensi, memecahkan masalah, dan meningkatkan keterampilan sosial. Melalui diskusi, pertukaran pengalaman, dan kegiatan kelompok, para anggota diajak saling mendukung serta membahas berbagai aspek kehidupan seperti pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial, agar mereka mampu tumbuh dan berkembang secara positif dalam lingkungan sosialnya.

Sedangkan teknik *problem solving* (teknik pemecahan masalah) merupakan suatu proses yang kreatif dimana individu menilai perubahan-perubahan yang

ada pada diri dan lingkungan, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan serta penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya. Teknik *problem solving* dapat digunakan untuk membantu siswa dalam memberikan pemahaman pentingnya manajemen waktu. Melalui teknik ini, siswa dituntut untuk lebih kreatif dan kritis untuk mengungkapkan masalah-masalah yang terjadi akibat pemahaman manajemen waktu yang kurang dan kesulitan-kesulitan yang dialami siswa ketika manajemen waktu. Selanjutnya siswa menganalisis masalah-masalah dan kesulitan-kesulitan tersebut untuk menemukan alternatif-alternatif solusi yang diterapkan oleh siswa. Pada dasarnya Teknik ini mendorong siswa untuk bertanggung jawab dalam menyelesaikan masalah dan kesulitan-kesulitan dalam mengelola waktu secara mandiri sehingga pemahaman manajemen waktu siswa menjadi bertambah karena saling bertukar informasi dan solusi.

Dengan demikian peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* terhadap Manajemen Waktu pada Siswa Kelas XI di MAN 1 Pati”.

B. LANDASAN TEORI

1. Manajemen Waktu

a. Pengertian Manajemen Waktu

Menurut Zega & Kurniawati, (2022) Manajemen waktu adalah serangkaian keputusan yang akan mempengaruhi kehidupan secara bertahap. Jika dalam pengambilan keputusan salah, atau tidak membuat keputusan yang sama sekali, maka kegiatan sehari-hari menjadi kacau balau, sehingga bisa menyebabkan frustrasi, stres, daya tahan tubuh berkurang dan akan berdampak pada prestasi belajarnya. Untuk itu apabila mahasiswa dapat mengatur waktunya dengan baik maka dia akan dapat mengelola apapun. Mahasiswa yang mampu mengatur waktunya dengan baik akan lebih mudah menyelesaikan kewajiban akademik, menjaga keseimbangan antara belajar dan istirahat, serta menghindari tekanan yang bisa memengaruhi kesehatan

mental maupun fisik. Dengan begitu, segala aktivitas dapat dilakukan secara terencana dan hasilnya pun lebih optimal.

Menurut Hasanah & Daharnis, (2019) Manajemen waktu adalah salah satu elemen penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan suatu bisnis. Time management berkaitan dengan bagaimana seseorang mampu mengatur atau merencanakan setiap aktivitasnya, sehingga semua tugas dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Dengan kata lain, manajemen waktu membantu seseorang untuk menentukan apa yang harus dikerjakan terlebih dahulu, membagi waktu secara seimbang, dan menyelesaikan tugas tanpa menunda-nunda. Jika seseorang mampu mengelola waktunya dengan baik, pekerjaan akan terasa lebih ringan, hasilnya pun bisa lebih maksimal. Dalam konteks bisnis, hal ini sangat penting karena dapat meningkatkan produktivitas, efisiensi kerja, dan mendukung pencapaian tujuan perusahaan.

Menurut Zebua, Y. F., & Santosa, (2023) Manajemen waktu adalah suatu pencapaian seseorang untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan dengan mengelolah waktu semaksimal mungkin. Dengan kata lain, manajemen waktu berarti kemampuan seseorang dalam mengatur dan memanfaatkan waktu sebaik mungkin agar semua aktivitas dapat diselesaikan secara efisien dan sesuai prioritas, tanpa membuang waktu secara sia-sia.

Berdasarkan ketiga pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu merupakan kemampuan seseorang dalam merencanakan, mengatur, dan memanfaatkan waktu secara efektif agar setiap aktivitas dapat diselesaikan tepat waktu, sesuai prioritas, dan menghasilkan dampak positif bagi kehidupan pribadi, akademik, maupun profesional. Kemampuan ini sangat penting karena membantu seseorang menghindari stres, meningkatkan efisiensi, menjaga keseimbangan hidup, dan mencapai tujuan secara lebih terarah dan optimal. Manajemen waktu yang baik tidak hanya mendukung prestasi belajar mahasiswa, tetapi juga menjadi kunci keberhasilan dalam dunia kerja maupun bisnis.

b. Ciri-ciri Individu Yang Menerapkan Prinsip Manajemen Waktu

Dalam Davidson (dalam Sukarmin & Lasaima, (2023)) menyebutkan bahwa individu-individu yang menerapkan prinsip manajemen waktu memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Mampu menetapkan tujuan. Menetapkan tujuan dan mencapai merupakan tujuan bagian paling utama dalam pengaturan waktu.
- b) Mampu mengidentifikasi prioritas. Tugas-tugas yang harus dikerjakan mungkin banyak. Apabila mampu mengidentifikasi prioritas dari tugas-tugas tersebut.
- c) Mampu membuat jadwal. Membuat jadwal kegiatan merupakan salah satu contoh manajemen waktu yang baik.
- d) Mampu melakukan pekerjaan dengan terorganisir. Melakukan pekerjaan dengan terorganisir merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari.
- e) Mampu meminimalkan interupsi. Interupsi adalah gangguan yang bersumber dari individu maupun dari luar individu yang akan mengurangi konsentrasi individu dengan pekerjaannya.
- f) Mampu mengelola stress. Individu pasti berhadapan dengan atau kondisi yang dapat membuat individu tersebut stress.

Menurut

c. Aspek-Aspek Manajemen Waktu

Manajemen waktu sangat perlu digunakan untuk merencanakan waktu seefektif mungkin, dengan adanya manajemen waktu kegiatan akan berjalan dengan waktu yang telah ditetapkan sebelumnya. Menurut Hasan & Sari, (2021) Aspek-aspek manajemen waktu yakni:

- a) Menetapkan tujuan dan prioritas, yaitu apa yang menjadi kebutuhan dan keinginan seseorang untuk diselesaikan dan bagaimana individu dapat menempatkan kebutuhan sesuai prioritas tugas yang diperlukan untuk mencapai sasaran,
- b) Teknik atau mekanika manajemen waktu, yaitu cara-cara yang digunakan dalam mengelola waktu seperti membuat daftar, jadwal dan

rencana kerja dan,

- c) Kontrol terhadap waktu, yaitu berhubungan dengan perasaan dapat mengatur waktu dan pengontrolan terhadap hal-hal yang dapat mempengaruhi penggunaan waktu.

d. Tujuan Manajemen Waktu

Menurut Zega & Kurniawati, (2022) ada beberapa tujuan dari manajemen waktu yaitu: membantu individu atau kelompok orang dalam menentukan prioritas, mengurangi atau menghilangkan kecenderungan suka menunda pekerjaan, menghindari bentrokan waktu serta mengevaluasi pekerjaan, baik secara individu maupun di dalam sebuah organisasi atau persekutuan. Sehingga dengan demikian, mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik tidak akan melakukan perilaku yang menunda-nunda pekerjaannya karena dipastikan memiliki skala prioritas dalam setiap tugas yang dikerjakannya, dan mampu menyeimbangkan waktu antara rencana kerja dengan jadwal kerja yang dibuat.

2. Layanan Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Hartanti, (2022) bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan berkelompok dimana pemimpin kelompok mengarahkan diskusi agar anggota kelompok bersama-sama mencapai tujuan. Kelompok juga diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilakukan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ini berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

N. Sari et al., (2024) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang memerlukan. Suasana kelompok, yaitu antar hubungan dari semua orang yang terlibat di dalam kelompok, dimana masing-masing anggota kelompok itu (secara perorangan) dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan berbagai

reaksi dari anggota kelompok lainnya untuk kepentingan dirinya yang bersangkutan paut dengan pengembangan diri anggota kelompok. bimbingan kelompok memberikan ruang bagi setiap individu untuk saling berinteraksi, berbagi pengalaman, dan belajar satu sama lain. Melalui proses ini, anggota kelompok tidak hanya mendapatkan masukan dari pembimbing, tetapi juga memperoleh perspektif baru dari teman sekelompoknya. Hal ini sangat bermanfaat dalam membantu mereka memahami diri sendiri, menyelesaikan permasalahan pribadi, serta meningkatkan kemampuan sosial dan emosional secara bertahap.

Kumara, (2017) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama. Dalam bimbingan kelompok, pemimpin tidak hanya berperan sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai fasilitator yang mendorong terjadinya interaksi antar anggota. Melalui diskusi yang terarah, setiap peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan pendapat, mendengarkan pengalaman orang lain, dan bersama-sama mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi. Proses ini membantu anggota kelompok untuk tumbuh secara pribadi, sosial, serta meningkatkan rasa tanggung jawab dan kerja sama dalam mencapai tujuan bersama. Dari uraian pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan dalam suasana kelompok secara terarah dan terencana. Kegiatan ini dipandu oleh seorang pemimpin kelompok yang berperan sebagai fasilitator untuk mengarahkan diskusi, menyampaikan informasi, dan menciptakan interaksi positif antar anggota. Tujuan utamanya adalah membantu individu mengembangkan dirinya, menyelesaikan masalah pribadi maupun sosial, serta meningkatkan kemampuan komunikasi dan kerja sama. Melalui dinamika kelompok, setiap anggota dapat saling berbagi pengalaman, menerima masukan, serta belajar memahami diri sendiri dan

orang lain, sehingga tercipta pertumbuhan pribadi yang lebih baik dan hubungan sosial yang lebih sehat.

b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Mutiasari, (2021) menyatakan secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan. Tujuan umum layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mengasah kemampuan peserta didik dalam kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi dengan peserta layanan lainnya yang tergabung dalam dinamika kelompok. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa. Tujuan layanan bimbingan kelompok secara khusus yaitu untuk mendorong kemampuan peserta didik dalam berpikir, pengembangan perasaan, persepsi, dan wawasan yang bisa menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih baik lagi, lebih efektif dan meningkatkan kemampuan dalam berkomunikasi atau berpendapat baik secara langsung maupun tidak langsung.

c. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok memiliki komponen-komponen didalamnya. Sadona, (2021) menyebutkan komponen-komponen yang ada dalam layanan bimbingan kelompok diantaranya yaitu adanya pemimpin kelompok, anggota kelompok, serta dinamika dalam kelompok.

- a) Pemimpin kelompok, yaitu sebagai pengontrol proses kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan.
- b) Anggota kelompok, yaitu sekumpulan orang yang secara sukarela mengikuti kegiatan kelompok dengan dipimpin oleh seorang konselor atau guru bimbingan konseling yang profesional serta memiliki tujuan yang sama antar anggota kelompok.
- c) Dinamika kelompok, yaitu sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu

kelompok

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa komponen dalam bimbingan kelompok, yaitu: pimpinan kelompok, anggota kelompok, dan dinamika kelompok. Pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, keanggotaan perlu diperhatikan. Hal tersebut bukan berarti mendiskriminasikan, melainkan untuk mempermudah pencapaian tujuan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam keanggotaan kelompok, yaitu jenis kelompok, umur, kepribadian dan hubungan awal.

d. Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat asas yang diperlukan untuk memperlancarkan jalannya pelaksanaan layanan. Menurut Prayitno (2017:179) memberi penjelasan bahwa “asas yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok adalah asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asas kegiatan, asas kerahasiaan, asas kenormatifan”. Asas- asas yang digunakan sebagai berikut:

- a) Asas keterbukaan, anggota bebas dalam mengutarakan pendapat, ide, solusi tentang masalah yang dirasakan.
- b) Asas kesukarelaan, anggota dapat mengikuti kegiatan tanpa rasa keterpaksaan.
- c) Asas kegiatan, anggota kelompok bisa mengikuti kegiatan secara aktif dan fokus sehingga kegiatan berjalan dengan lancar.
- d) Asas kenormatifan, semua anggota mengikuti kegiatan dengan baik tanpa melanggar norma-norma yang sudah disepakati bersama.
- e) Asas kerahasiaan, setiap anggota yang mengikuti kegiatan harus menjaga rahasia dan informasi yang telah dibahas dalam bimbingan kelompok.

e. Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno dkk., (2017:238) mengungkapkan bahwa tahapan layanan bimbingan kelompok sebagai berikut:

1. Tahap pembentukan, yaitu merupakan tahap pengenalan, tahap melibatkan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada

tahap ini pada umumnya anggota yang ada saling memperkenalkan diri dan juga saling mengungkapkan tujuan maupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing. sebagian, maupun seluruh anggota. Memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilakukan serta menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok.

2. Tahap peralihan merupakan tahap jembatan antara tahapan pertama dan tahapan ketiga. Adapun yang dilaksanakan pada tahap ini yaitu:

Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.

- a) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
 - b) Membahas suasana yang terjadi
 - c) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota. Beberapa hal juga yang harus diperhatikan oleh seorang pemimpin bimbingan kelompok, yakni menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka, tidak menggunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaannya, mendorong dibahasnya suasana perasaan, dan membuka diri sebagai contoh dan penuh empati.
3. Tahap kegiatan merupakan inti dari kegiatan bimbingan kelompok. Dalam hal ini teknik kegiatan yang dilakukan didalam bimbingan kelompok adalah teknik permainan simulasi yang dimana dalam prosesnya harus menjadi perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok. Ada beberapa yang harus dilakukan oleh pemimpin bimbingan kelompok dalam tahap ini, yaitu sebagai pengatur jalannya proses permainan simulasi.
 4. Tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada beberapa kali kelompok harus bertemu, melainkan pada hasil kelompok yang telah dicapai oleh kelompok tersebut. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai setidaknya mendorong kelompok tersebut melakukan kegiatan sehingga tujuan kegiatan akan

tercapai secara utuh. Adapun beberapa hal yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, dan mengemukakan kesan dan harapan.

3. Teknik *Problem Solving*

a. Pengertian Teknik *Problem Solving*

Anugraheni, (2019) menjelaskan bahwa pemecahan masalah atau *problem solving* merupakan proses berpikir siswa/mahasiswa yang mampu menumbuhkan keterampilan memahami masalah, menganalisis masalah dengan menggunakan penafsiran dan penalaran untuk menyelesaikan masalah, serta mengevaluasi penyelesaian yang dikerjakan dan merefleksikannya.

Hiskiawati et al., (2025) teknik *problem solving* adalah pendekatan pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan berpikir kreatif siswa dengan menggunakan masalah untuk diselesaikan. Teknik ini digunakan dalam kegiatan pembelajaran dengan mengajarkan siswa menghadapi berbagai masalah, baik secara individu maupun kolektif, yang dapat diselesaikan secara individu atau bersama-sama.

Problem solving adalah suatu proses untuk melatih peserta didik untuk berfikir dan mengajak peserta didik untuk menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya (Nurfitasari, 2020).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka teknik *problem solving* merupakan problem solving atau pemecahan masalah merupakan suatu proses berpikir yang melibatkan keterampilan memahami dan menganalisis masalah, serta mengevaluasi solusi secara reflektif. Teknik ini digunakan dalam pembelajaran untuk mengembangkan kemampuan

berpikir kreatif siswa melalui penyelesaian masalah, baik secara individu maupun kelompok. Selain itu, problem solving juga melatih peserta didik untuk berpikir kritis, menilai perubahan dalam diri dan lingkungannya, serta membuat keputusan atau penyesuaian yang sesuai dengan nilai dan tujuan hidupnya.

b. Langkah-Langkah Teknik *Problem Solving*

Teknik *problem solving* digunakan untuk memecahkan masalah yang dihadapi siswa, sehingga diperlukan langkah-langkah dalam melaksanakan teknik *problem solving*. (Rohani et al., 2021) menyebutkan langkah-langkah problem solving sebagai berikut:

- a) Membaca dan berpikir (mengidentifikasi fakta dan masalah, menggambarkan situasi, mendiskripsikan seting pemecahan);
- b) Mengeksplorasi dan merencanakan (pengorganisasian informasi, melukiskan diagram pemecahan, membuat table, grafik, atau gambar);
- c) Menseleksi strategi (menetapkan pola, menguji pola, simulasi atau eksperimen, reduksi atau ekspansi, deduksi logis, menulis persamaan);
- d) Menemukan jawaban (mengestimasi);
- e) Refleksi dan perluasan (mengoreksi jawaban, menemukan alternatif pemecahan lain, memperluas konsep dan generalisasi, mendiskusikan pemecahan, memformulasikan masalah-masalah variatif yang orisinil).

c. Kelebihan Teknik *Problem Solving*

Kelebihan teknik *problem solving* (Winedar, 2022) yaitu sebagai berikut:

- a) Melatih siswa untuk menghadapi permasalahan atau situasi rumit yang datang secara spontan.
- b) Melatih siswa untuk lebih aktif, kreatif, dan juga bertanggung jawab.
- c) Melatih siswa untuk menyelesaikan masalah dengan logika.
- d) Siswa mampu mencari jalan keluar atau solusi dari setiap masalah dan kesulitan yang dihadapi.
- e) Melatih siswa untuk lebih percaya diri dalam setiap kegiatan.
- f) Siswa dapat mampu menganalisis permasalahan dari berbagai aspek.

d. Kekurangan Teknik *Problem Solving*

Menurut Winedar, (2022:25) menyebutkan bahwa kekurangan teknik *problem solving* yaitu, sebagai berikut:

- a) Sangat susah menentukan permasalahan yang benar-benar cocok dengan tingkat kemampuan siswa.
- b) Membutuhkan alokasi waktu pembelajaran yang lebih panjang.
- c) Proses pembelajaran yang dilakukan hanya berdasarkan masalah.
- d) Kurang efektif apabila ada siswa yang pasif dalam proses pembelajaran
- e) Membutuhkan rancangan yang teratur dan matang.

e. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving*

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan berkelompok dimana pemimpin kelompok mengarahkan diskusi agar anggota kelompok bersama-sama mencapai tujuan. Kelompok juga diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilakukan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ini berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Sedangkan teknik *problem solving* adalah suatu proses untuk melatih peserta didik untuk berfikir dan mengajak peserta didik untuk menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya.

Jadi, disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* merupakan suatu kegiatan berkelompok untuk menyampaikan informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial, untuk melatih peserta didik untuk berfikir dan mengajak peserta didik untuk menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya.

Langkah-langkah teknik *problem solving* dapat dikombinasikan

dengan bimbingan kelompok terkait manajemen waktu. Teknik *problem solving* dalam penelitian akan digunakan sebagai *treatment* yang diberikan kepada kelompok eksperimen. Tahap-tahap dalam bimbingan kelompok, yaitu (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, (4) tahap penyimpulan, (5) tahap penutupan. Pada tahap kegiatan dilakukan dengan tahapan teknik *problem solving*, yaitu (1) Definisi dan formulasi, (2) Merancang dan memilih solusi, (3) Evaluasi. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dilaksanakan kepada siswa kelas XI di MAN 1 Pati. Adapun materi yang akan dibahas berkaitan manajemen waktu dengan aspek-aspek manajemen waktu: (1) Menetapkan tujuan dan prioritas, (2) Teknik atau mekanika manajemen waktu, (3) Kontrol terhadap waktu.

C. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Bentuk penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design Group Pre-test And Post-test Design*. Pada rancangan penelitian ini, suatu kelompok subyek akan diberikan (*pre-test*) dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana manajemen waktu siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.

D. HASIL PENELITIAN

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu memperoleh data manajemen waktu yang terjadi pada siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*, maka dapat diuraikan terlebih dahulu hasil sebelum diberi perlakuan pada siswa sebanyak 34 siswa, dan diperoleh manajemen waktu. Dari hasil *pre test* tersebut, maka diambil subjek sebanyak 10 siswa untuk diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Deskripsi data pada pelaksanaan pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu pada siswa kelas XI MAN 1 Pati sebelum dan sesudah dilaksanakannya *treatment* di dalam kelompok. Hasil uji

hipotesis menggunakan uji *paired sampel t-test* yang telah dilakukan diperoleh nilai *sig 2-tailed* sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan antara *pre test* dengan *post test*, yaitu diperoleh nilai rata-rata mean *pre-test* sebesar 93 menjadi rata-rata mean *post-test* sebesar 114,8, maka diperoleh peningkatan rata-rata mean sebesar 21,8. Dengan kata lain, H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian maka H_a berbunyi “layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu pada siswa kelas XI MAN 1 Pati”. Diterima keberannya dengan taraf signifikan 5%.

Paired Samples Test									
		Paired Differences							Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	
					Lower	Upper			
Pa	Pre Test -	-	22.028	6.966	-71.658	-40.142	-	9	.000
ir	Post Tset	55.9					8.02		
1		00					5		

E. PEMBAHASAN

Pada Pemberian *treatment* kepada kelompok eksperimen dilakukan dalam rangka untuk meningkatkan manajemen waktu peserta didik. Pemilihan anggota kelompok dipilih secara acak yang berjumlah 10 peserta didik. Setelah mendapat persetujuan dan kesediaan 10 peserta didik tersebut untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*, selanjutnya peneliti menjelaskan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok akan dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan. Topik yang digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* sesuai dengan pendapat Hasan & Sari, (2021) adalah menetapkan tujuan dan prioritas, teknik atau mekanika manajemen waktu, dan kontrol terhadap waktu. Pada topik Teknik atau mekanika manajemen waktu dan control terhadap waktu diberikan 2 kali layanan karena rata-rata *pre test* tergolong rendah.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*, mendapatkan respon baik dan positif dari peserta didik, tetap saja pada awal pemberian *treatment*, peserta didik terlihat masih canggung, belum antusias,

kurang percaya diri dan kurang kondusif. Namun pada *treatment* kedua, ketiga, keempat, dan kelima siswa sudah mulai antusias dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan anggota kelompok yang lain, serius dalam mendengarkan materi yang disampaikan dan memahami materi yang disampaikan. Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* ini adalah menjadikan siswa lebih paham mengenai pentingnya manajemen waktu.

Berdasarkan perhitungan analisis data diketahui skor rata-rata pada *pre test* kelompok eksperimen sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* adalah 95 dan hasil *post test* pada kelompok eksperimen menjadi 114,8 artinya terjadi peningkatan sebesar 21,8 poin. Pada setiap indikator juga mengalami kenaikan, indikator pertama “menetapkan tujuan dan prioritas” sebelum dilakukan *treatment* nilai rata-rata sebesar 31,2 menjadi 36,3 maka terjadi peningkatan sebesar 5,1 poin. Indikator kedua “Teknik atau mekanika manajemen waktu” sebelum diberikan layanan nilai rata-rata 30,5 mengalami kenaikan menjadi 39,6 dapat disimpulkan bahwa mengalami kenaikan sebesar 9,1 poin. Selanjutnya pada indikator ketiga juga mengalami kenaikan dari rata-rata 31,8 menjadi 37,4 dengan demikian mengalami kenaikan sebanyak 5,6 poin.

Keberhasilan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu pada siswa kelas XI di MAN 1 Pati sesuai dengan berbagai penelitian terdahulu. Astuti dkk (2020) dalam penelitiannya yang menunjukkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu belajar siswa. Adapun Budiansyah dkk (2023) dalam penelitiannya di salah satu sekolah yang ada di Semarang menunjukkan terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap kedisiplinan belajar siswa.

Selanjutnya, Kristianti dkk (2024) meneliti mengenai gaya hidup hedonis pada siswa di salah satu sekolah yang ada di Karanganyar menyimpulkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk mengurangi gaya hidup hedonis siswa. Temuan serupa yang dikemukakan oleh Sandyariesta dkk (2020) menunjukkan hasil ada pengaruh layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap kemandirian belajar siswa. Sari dkk (2023) juga mengemukakan hasil penelitiannya di salah satu sekolah yang ada di Bengkulu bahwa terdapat pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving* terhadap kesiapan belajar di masa pandemi pada siswa.

Hasil-hasil dari penelitian tersebut dapat dijadikan untuk memperkuat temuan dalam penelitian ini, berdasarkan pada hasil uji hipotesis paired sampel t test diketahui signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000. Maka hasil nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka terjadi perbedaan antara *pre test* dengan *post test*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima sehingga hipotesis yang berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu siswa kelas XI di MAN 1 Pati” diterima kebenarannya dengan taraf signifikansi 5%.

Bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* atau pemecahan masalah merupakan salah satu layanan yang tepat dalam mengatasi manajemen waktu pada siswa. Melalui layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* siswa dituntun pada proses berpikir kritis, berpikir analitis, berpikir reflektif, pengembangan daya nalar pada proses pemecahan masalah, dan mampu mengambil keputusan secara tepat bagi dirinya, sehingga dapat meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI di MAN 1 Pati.

F. PENUTUP

Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilakukan dalam penelitian ini membuktikan bahwa terjadi penurunan dan peningkatan manajemen waktu yang terjadi sebelum dan sesudah diberikannya *treatment* layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Sehingga hasil pengujian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa hasil signifikan hipotesis menunjukkan $0,000 < 0,05$. Sehingga hipotesisnya berbunyi bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap manajemen waktu siswa kelas XI MAN 1 Pati.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan maka peneliti terdapat saran yang diberikan untuk berbagai pihak yang terkait penelitian ini. Bagi siswa di harapkan setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* yang dilakukan sebanyak lima kali pertemuan, siswa diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan manajemen waktu yang dilakukan. Bagi Guru BK diharapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat dicantumkan ke dalam jadwal pembelajaran ke BKn yang bisa digunakan secara rutin untuk mengembangkan manajemen waktu pada siswa dan guru BK diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan kelompok atau layanan lain untuk membantu siswa mengatasi permasalahannya, karena masih banyak siswa yang membutuhkan bantuan dalam menemukan solusi dari permasalahannya. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta menjadi referensi dalam penyusunan penelitian terutama tentang bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* atau dengan subyek yang lebih beragam dan mengkombinasikan teknik *problem solving* dengan metode lain agar hasilnya lebih maksimal.

G. DAFTAR RUJUKAN

- Fauziah, N. I. (2021). Efektivitas Meningkatkan Perilaku Displin Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Gunung Meriah. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 30.
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan Kelompok. In *Book*.
- Hasan, M. S., & Sari, K. T. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Mata Pelajaran Fiqih Di Mts Al-As'ad Brambang Diwesk Jombang. *Al-Idaroh: Jurnal Studi Manajemen Pendidikan Islam*, 5(1), 93-117. <https://doi.org/10.54437/alidaroh.v5i1.247>
- Hasanah, H., & Daharnis, D. (2019). Learning Time Management of Full Day School Students in Junior High School and Its Implication to Guidance and Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1-7. <https://doi.org/10.24036/00135kons2019>

- Iswatun Hasanah, Ishlakhatu Sa'idah, Diana Vidya Fakhriyan, & Anna Aisa. (2017). Bimbingan Kelompok Teori dan Praktik. In *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok*.
- Kumara, A. R. (2017). *Buku Ajar Bimbingan Kelompok*. 72.
- Mutiasari, A. (2021). PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM MENINGKATKAN PERENCANAAN KARIER PESERTA DIDIK KELAS XII SMK MUHAMMADIYAH TUMIJAJAR. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 20.
- Putri Dwi Astuti, Y., Supardi, S., & Rohastono Ajie, G. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Terhadap Manajemen Waktu Belajar Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Gubug. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 20–26. <https://doi.org/10.33084/suluh.v5i1.1309>
- Sari, M. I., Lisiswanti, R., & Oktafany. (2017). Manajemen Waktu pada Mahasiswa: Studi Kualitatif pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung. *JK Unila*, 1(3), 525–529.
- Sari, N., Saman, A., & Buchori, S. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Gowa. *Pinisi Journal of Education*, 4(3), 244–258. <https://journal.unm.ac.id/index.php/PJE/article/download/2141/1317/5787>
- Siagian. (2017). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kedisiplinan Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Ikhlas Aek Botik Tapanuli Utara, Skripsi Sarjana, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*. 22.
- Sukarmin, & Lasaima, O. (2023). *Jurnal Attending Jurnal Attending*. 2(2), 475–484.
- Zahira, N. N., Aisyah, V., & Astuti, A. D. (2024). Neraca Neraca. *STRATEGI MMANAJEMEN WAKTU UNTUK OPTIMALISASI EFESIENSI DAN KINERJA*, 1192, 304–317.
- Zebua, Y. F., & Santosa, H. (2023). Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Meningkatkan Kualitas Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5.
- Zega, Y. X. G. H., & Kurniawati, G. E. (2022). Pentingnya Manajemen Waktu Bagi

Mahasiswa Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Di Sekolah Tinggi Teologi
Duta Panisal Jember. *Metanoia*, 4(1), 58-70.
<https://doi.org/10.55962/metanoia.v4i1.62>