

SKRIPSI
KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN MANAJEMEN
WAKTU BELAJAR SISWA DI SEKOLAH BERASRAMA



Disusun dan diajukan sebagai salah satu Syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali

Disusun Oleh

Nama : Miftahul Jannah
NIM : 212415002
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI
CILACAP
2026

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miftahul Jannah

NIM : 212415002

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR SISWA DI SEKOLAH BERASRAMA”** ini merupakan benar- benar hasil karya saya sendiri.

Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar Pustaka. Apabila pda kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 23 Februari 2026

Yang Membuat Pernyataan



Miftahul Jannah

PERSETUJUAN

Nama : MIFTAHUL JANNAH
NIM : 212415002
Judul Skripsi : KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN
MANAJEMEN WAKTU BELAJAR SISWA DI
SEKOLAH BERASRAMA

Skripsi ini telah disetujui untuk di pertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al
Ghazali Cilacap.

Cilacap, 23 Februari 2026

Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I,



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd

NIDN. 0629019101

Pembimbing II,



Faishal Ridlwan, M.Pd.

NIDN. 060905941

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Miftahul jannah

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan FKIP

Universitas Nahdlatul Ulama

Al Ghazali Cilacap

Di –

Cilacap

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, mengkoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : MIFTAHUL JANNAH

NIM : 212415002

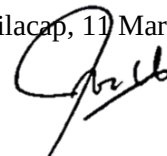
Fakultas/Prodi : KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN/
BIMBINGAN DAN KONSELING

Judul Skripsi : BIMBINGAN KONSELING INDIVIDU DALAM
MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR
SISWA DI SEKOLAH BERASRAMA

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1).

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 11 Maret 2026



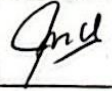
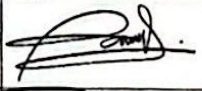
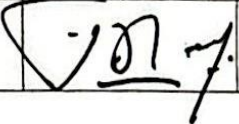
Nasrul Umam, M.Pd.I.

NIDN. 2109078902

PENGESAHAN

Nama : MIFTAHUL JANAHA
NIM : 212415002
Judul : Konseling Individu Dalam Meningkatkan Manajemen Waktu Belajar Siswa Di Sekolah Berasrama

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Rabu, tanggal 4, bulan Maret, tahun 2026 dengan hasil **LULUS**. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji. Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Sidang & Penguji 1	Dr. Lumaurreidlo, M.Pd.		10/03/26
Penguji 2	Nasrul Umam, M.Pd.I.		11/03/26
Sekretaris & Ass. Pembimbing	Faishal Ridlwan, M.Pd.		10/03/26
Pembimbing	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I.		10/03/26

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Tanggal : 11 MAR 2026



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK. 41 230714 012

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 6)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala Puji hanya milik Allah. Sholawat serta salam semoga tercurah kepada Baginda Nabi Agung Muhammad Saw. Beriring kebaikan, dengan mengucap syukur alhamdulillah kepada Allah SWT atas nikmat dan karunia yang diberikan-Nya, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Ibu dan bapak yang kucintai sepenuh hati karena Allah. Terimakasih untuk segalanya.
2. Seluruh guru/dosen/pembimbing.
3. Almamaterku tercinta Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap
4. Seluruh keluarga, teman dan semua yang selalu memberi semangat dan doa yang terbaik.

ABSTRAK

Miftahul Janah 212415002 Konseling Individu Dalam Meningkatkan Manajemen Waktu Belajar Siswa Di Sekolah Berasrama. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap 2026.

Penelitian ini berjudul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Manajemen Waktu Belajar Siswa di SMA Nurul Falah Kebumen”. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan manajemen waktu yang dialami siswa akibat padatnya jadwal akademik dan kegiatan keagamaan di lingkungan sekolah berbasis pesantren. Kondisi tersebut menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam menentukan prioritas antara belajar dan ibadah, yang berdampak pada meningkatnya tingkat stres, menurunnya prestasi akademik, serta berkurangnya kualitas pelaksanaan ibadah. Oleh karena itu, layanan konseling individu dipandang penting sebagai upaya membantu siswa mengelola waktu secara efektif dan seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi manajemen waktu belajar siswa dalam menyeimbangkan kewajiban akademik dan kegiatan ibadah di SMA Nurul Falah Kebumen, mengidentifikasi faktor-faktor penyebab kesulitan manajemen waktu, serta mendeskripsikan dampak kesulitan tersebut terhadap kehidupan akademik dan religius siswa. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui peran dan strategi layanan konseling individu dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan manajemen waktu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian terdiri atas siswa kelas X, XI, dan XII, guru Bimbingan dan Konseling, serta pembina asrama. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan manajemen waktu dipengaruhi oleh faktor internal seperti kurangnya disiplin, prokrastinasi, dan rendahnya motivasi belajar, serta faktor eksternal berupa jadwal kegiatan yang padat dan keterbatasan waktu istirahat. Layanan konseling individu terbukti berperan signifikan dalam membantu siswa menyusun jadwal, meningkatkan kedisiplinan, serta menyeimbangkan tuntutan akademik dan spiritual secara lebih optimal.

Kata kunci: konseling individu, manajemen waktu, siswa, SMA Nurul Falah Kebumen.

ABSTRACT

Miftahul Janah. 212415002. *Individual Counseling in Improving Students' Study Time Management in Boarding Schools*. Faculty of Teacher Training and Education, University of Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, 2026.

This study is entitled “Individual Counseling in Improving Students’ Learning Time Management at SMA Nurul Falah Kebumen.” The study is motivated by time management problems experienced by students due to the intensive academic schedule and religious activities in a pesantren-based school environment. These conditions cause students to experience difficulties in setting priorities between learning and worship activities, which has an impact on increased stress levels, decreased academic achievement, and a decline in the quality of worship practices. Therefore, individual counseling services are considered essential as an effort to help students manage their time effectively and in a balanced manner. The objectives of this study are to examine the condition of students’ learning time management in balancing academic obligations and religious activities at SMA Nurul Falah Kebumen, to identify the factors causing difficulties in time management, and to describe the impact of these difficulties on students’ academic and religious lives. In addition, this study aims to determine the role and strategies of individual counseling services in helping students improve their time management skills. This study employs a qualitative approach using a case study method. The research subjects consist of students in grades X, XI, and XII, guidance and counseling teachers, and dormitory supervisors. Data were collected through interviews, observations, and documentation. Data analysis was conducted through data reduction, data display, and conclusion drawing. The results indicate that time management difficulties are influenced by internal factors such as lack of discipline, procrastination, and low learning motivation, as well as external factors including a dense activity schedule and limited rest time. Individual counseling services have been proven to play a significant role in helping students develop schedules, improve discipline, and balance academic and spiritual demands more optimally.

Keywords: individual counseling, time management, students, SMA Nurul Falah Kebumen.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulisan skripsi yang berjudul **“KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR SISWA DI SEKOLAH BERASRAMA ”** dapat terselesaikan dengan baik. Tak lupa juga sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan kita nabi besar Muhammad SAW serta keluarga dan sahabat, semoga kita menjadi umat yang mendapatkan syafa'atnya esok dihari kiamat. Aamiin.

Laporan ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat yang harus dipenuhi bagi mahasiswa yang telah menyelesaikan skripsi di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk program S1 Bimbingan dan Konseling. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. H.A. Luthfi Hamidi M.Ag., Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap beserta seluruh jajaran Civitas Akademik.
2. Ibu Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali yang telah memberi ijin peneliti kepada penulis.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberi pengarahan yang tak terbatas dari awal hingga akhir studi.

4. Bapak Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd., selaku dosen pembimbing 1 dan Bapak Faisal Ridwan, M.Pd. selaku dosen pembimbing 2 yang sudah memberi bimbingan dan pengarahan hingga tersusun skripsi ini.
5. Seluruh dosen di Fakultas Keguruan Ilmu dan Pendidikan Universitas Nahdhatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah memberi bekal ilmu dan pengetahuan sehingga dapat digunakan dalam penyusunan skripsi serta bekal hidup untuk masa mendatang.
6. Kepala SMA Nurul Falah Kebumen beserta dewan guru dan karyawan yang telah memberi izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi ini.
7. Ayah, Ibu, Kakak dan Adik serta keluarga kecil saya tercinta yang telah memberikan bantuan dan dukungan baik secara moril maupun materil.
8. Teman-teman mahasiswa Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan angkatan 2021 selaku teman seperjuangan yang mewakili saya selama di UNUGHA.
9. Seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa hasil penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kesediaan pembaca untuk memberikan kritik dan saran demi sempurnanya skripsi ini. Akhirnya penulis menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya kepada pembaca seandainya terdapat kesalahan-kesalahan di dalam skripsi ini dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	3
PERSETUJUAN.....	4
ABSTRACT.....	9
DAFTAR ISI.....	12
DAFTAR GAMBAR	14
DAFTAR TABEL.....	15
BAB I Pendahuluan	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Batasan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II Kajian Teori	12
A. Kajian Teori.....	Error! Bookmark not defined.
B. Kajian Penelitian Yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Pemikiran	Error! Bookmark not defined.
D. Pertanyaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB III Metode Penelitian	40
A. Pendekatan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Subjek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Sumber Data	Error! Bookmark not defined.
E. Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
G. Pengecekan Keabsahan Temuan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV Laporan Hasil Penelitian	49
A. Gambaran Umum	49
B. Laporan Hasil Penelitian	53
C. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.

BAB V Kesimpulan	68
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	71
Daftar Pustaka	72
Lampiran	76
Daftar Riwayat Hidup	96

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 .1 Kerangka Pemikiran.....	32
-------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Jadwal Santri.....	3
Tabel 3.1 Scuedule Penelitan.....	35