

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan fase krusial bagi individu karena bertepatan dengan masa remaja awal. Pada masa transisi perkembangan ini, remaja dihadapkan pada peningkatan beban akademik yang lebih kompleks serta adaptasi sosial yang dinamis di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut menuntut siswa untuk memiliki kontrol diri yang kuat, terutama dalam mengelola waktu sehari-hari agar peran sebagai siswa dapat berjalan lancar. Kemampuan mengorganisasikan, merencanakan, dan mengalokasikan waktu aktivitas secara efektif ini dikenal sebagai manajemen waktu (Fitriya & Mastur, 2024).

Manajemen waktu yang baik merupakan prediktor utama keberhasilan akademik dan pembentukan karakter disiplin siswa. Manajemen waktu merupakan salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki siswa dalam menunjang keberhasilan belajar (Haynes, 2010). Kemampuan siswa dalam mengatur waktu secara efektif akan membantu mereka menyelesaikan tugas akademik tepat waktu, mempersiapkan diri menghadapi ujian, serta menyeimbangkan kegiatan belajar dengan aktivitas lainnya (Agustin Ekadjaja, 2025). Sebaliknya, rendahnya kemampuan manajemen waktu sering kali menimbulkan berbagai permasalahan, seperti kebiasaan menunda tugas, keterlambatan dalam mengumpulkan pekerjaan sekolah, serta menurunnya

prestasi akademik. Hal ini diperparah oleh kemudahan akses terhadap teknologi dan media sosial yang sering kali menjadi distraksi utama. Menurut data dari Kementerian Kominfo (2022), penggunaan media sosial oleh remaja meningkat hingga 65% selama pandemi dan masih berlanjut pasca-pandemi. Kondisi ini berdampak langsung pada rendahnya produktivitas belajar siswa.

Namun, keterampilan mengatur waktu tidak muncul begitu saja sebagai suatu mekanisme. Kemampuan seseorang dalam mengelola waktu sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis internal, termasuk di dalamnya adalah konsep diri. Konsep diri adalah cara individu memandang, meyakini, dan bersikap terhadap diri sendiri. Dalam konteks bimbingan dan konseling, siswa yang memiliki konsep diri positif terkait manajemen waktu cenderung percaya pada kemampuan mereka dalam merencanakan jadwal, bertanggung jawab sepenuhnya atas kelalaian tugas, dan bersedia menerima umpan balik dari orang lain untuk meningkatkan perilakunya. Sebaliknya, siswa yang memiliki konsep diri negatif akan melihat dirinya sebagai tidak mampu menghadapi tugas-tugas sekolah, yang dapat memicu perilaku menunda-nunda atau prokrastinasi (Jaenuri et al., 2024).

Terdapat hubungan yang erat antara konsep diri dengan keterampilan manajemen waktu. (Tendang et al., 2025) mengungkapkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara konsep diri rendah dan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa ketika siswa tidak memiliki kepercayaan diri yang cukup, maka mereka cenderung menunda-nunda pekerjaan, tidak memiliki perencanaan yang matang, dan kesulitan

memanfaatkan waktu secara optimal. Penundaan ini merupakan salah satu bentuk dari kegagalan manajemen waktu yang dapat dilihat secara kasat mata di lingkungan sekolah.

Faktor eksternal yang turut memperburuk kemampuan manajemen waktu siswa SMP adalah meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja. Penggunaan media sosial yang berlebihan terbukti mempengaruhi secara negatif daya fokus dan mutu perilaku akademik siswa, di mana banyak siswa menghabiskan lebih dari tiga jam sehari di media sosial sehingga waktu belajar efektif mereka tergerus secara signifikan (Anjani, 2023). (Juniarti Ali, 2024) dalam penelitiannya menemukan bahwa siswa kelas VIII SMP yang mengikuti layanan bimbingan kelompok berbasis teknik modeling menunjukkan peningkatan kemampuan manajemen waktu belajar yang bermakna, termasuk kemampuan menyusun jadwal yang realistis, memprioritaskan tugas-tugas penting, dan menghindari penundaan. Temuan ini memperkuat urgensi intervensi edukatif yang terstruktur bagi siswa SMP dalam rangka membangun keterampilan pengelolaan waktu yang efektif sejak dini

Peneliti dalam penelitian ini memfokuskan pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) khususnya kelas VIII. Hal ini didasari oleh beberapa penelitian sebelumnya dan juga wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal, 19 April 2025 terhadap guru bimbingan dan konseling di SMP Al-Amin Bantarsari terdapat fenomena bahwa banyak siswa kelas VIII yang mengalami hambatan akut dalam mengelola waktu, seperti keterlambatan mengumpulkan tugas, kebiasaan menunda pekerjaan rumah, hingga sikap

defensif mencari alasan di luar diri ketika ditegur akibat kelalaian jadwal harian.

Di sinilah peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi sangat penting untuk mengarahkan siswa agar memiliki konsep diri yang positif dan keterampilan manajemen waktu yang baik. Namun, dalam praktiknya, banyak guru BK menghadapi keterbatasan alat ukur yang valid dan reliabel untuk mengidentifikasi dua aspek ini secara simultan khususnya pada SMP Al-Amin Bantarsari. Alat ukur yang tersedia umumnya bersifat terpisah dan tidak dirancang untuk melihat hubungan antara konsep diri dan manajemen waktu. Hal ini menjadi kendala dalam memberikan program layanan konseling yang tepat sasaran. Oleh karena itu, dibutuhkan instrumen yang dikembangkan secara ilmiah dan kontekstual untuk menjawab kebutuhan ini di lapangan (Umami et al., 2022).

Salah satu penelitian oleh (Jannati & Dantes, 2023) mencoba mengembangkan instrumen konsep diri untuk manajemen waktu pada siswa SMK, namun belum menjangkau siswa SMP yang memiliki kebutuhan dan pendekatan yang berbeda. Penelitian sebelumnya oleh (Rahmawati, Carolina, 2024a) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan perilaku prokrastinasi siswa, namun belum secara spesifik mengaitkannya dengan manajemen waktu. Sementara itu, studi oleh (Hilma Wahidaty, 2021) menjelaskan bahwa manajemen waktu efektif meningkatkan kesadaran diri peserta didik, termasuk kemampuan menentukan apa yang menjadi prioritas dan tujuan hidup, yang merupakan bagian dari konsep diri.

Selain itu, karakteristik perkembangan psikososial siswa SMP memperkuat pentingnya instrumen yang sesuai dengan tahapan usia mereka. (Erikson, 1968) menyebut tahap remaja awal sebagai masa pencarian identitas versus kebingungan identitas. Dalam tahap ini, siswa cenderung sensitif terhadap persepsi diri, penerimaan sosial, dan pencapaian akademik. Perbedaan dalam dinamika ini menjadikan siswa SMP lebih rentan mengalami fluktuasi konsep diri dan kesulitan manajemen waktu apabila tidak didukung secara psikopedagogis yang tepat. Maka dari itu, pengembangan instrumen yang mampu menggali dan mengukur pengaruh konsep diri terhadap kemampuan siswa dalam mengelola waktu sangat diperlukan untuk mengantisipasi berbagai permasalahan belajar dan sosial yang muncul.

Dalam kajian terbaru, (Yulitri et al., 2023) menekankan pentingnya self-efficacy dan regulasi diri dalam pengelolaan waktu pada siswa SMP. Self-efficacy yang tinggi memungkinkan siswa percaya pada kemampuannya menyelesaikan tugas dalam batas waktu tertentu. Hal ini menjadi bagian integral dari konsep diri dan erat kaitannya dengan motivasi intrinsik dan tanggung jawab pribadi. Temuan tersebut menjadi bukti bahwa pengukuran konsep diri tidak dapat dipisahkan dari pengukuran terhadap kemampuan siswa dalam mengatur waktu, karena keduanya saling berkaitan dan saling memengaruhi.

Berdasarkan hasil observasi, wawancara awal dengan guru, serta angket kondisi awal yang diberikan kepada 28 siswa kelas SMP Al-Amin Bantarsari, diperoleh gambaran bahwa manajemen waktu siswa masih belum

optimal. Sebanyak 64% siswa menyatakan sering menunda mengerjakan tugas sekolah, 57% siswa belum memiliki jadwal belajar yang teratur di rumah, dan 54% siswa merasa kurang yakin mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Temuan tersebut menunjukkan bahwa konsep diri siswa dalam manajemen waktu masih perlu dikembangkan dan dipahami secara lebih mendalam.

Kebutuhan akan instrumen yang terstandar dan valid di SMP ini semakin mendesak mengingat tantangan pendidikan modern menuntut intervensi psikologis berbasis data. Guru bimbingan dan konseling memerlukan alat ukur yang dapat membantu dalam proses asesmen dan intervensi terhadap siswa dengan kesulitan manajemen waktu atau konsep diri negatif. Dengan demikian, pengembangan instrumen ini tidak hanya berkontribusi terhadap penguatan akademik siswa, tetapi juga penguatan karakter melalui pendekatan psikologis yang sistematis.

Instrumen pengukuran konsep diri dalam manajemen waktu telah dikembangkan pada penelitian sebelumnya (Jannati & Dantes, 2023), khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Salah satu penelitian relevan berjudul *Pengembangan Instrumen Konsep Diri dalam Manajemen Waktu pada Siswa Kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan*, yang menghasilkan instrumen dengan validitas dan reliabilitas yang baik. Penelitian tersebut menjadi landasan empiris dalam pengembangan instrumen pada penelitian ini.

Berdasarkan wawancara dan penelitian yang relevan kemudian diperkuat oleh hasil analisis kebutuhan (need assessment) yang peneliti

sebarakan kepada 28 orang responden siswa kelas VIII. Data empiris menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori masalah Tinggi, yaitu sebanyak 14 siswa (66,7%). Secara spesifik, indikator perilaku dengan hambatan terbesar adalah tingkat prokrastinasi pada butir nomor 2 yang mencapai 85,7% (18 siswa) dan kecenderungan bersikap defensif/menyalahkan keadaan luar saat lalai (butir nomor 8) sebesar 81,0% (17 siswa). Fenomena ini menunjukkan adanya masalah mendasar pada konsep diri mereka dalam memandang tanggung jawab pengelolaan waktu sehari-hari.

Urgensi dari permasalahan ini semakin meningkat karena selama ini Guru BK di SMP Al-Amin Bantarsari belum memiliki alat ungkap asesmen non-tes yang baku, valid, dan reliabel yang secara spesifik memetakan kondisi konsep diri siswa dalam manajemen waktu. Selama ini, pemberian layanan BK terkait kedisiplinan waktu masih bersifat subjektif atau hanya mengandalkan observasi sekilas tanpa dasar data asesmen yang akurat. Padahal, dalam prinsip pelayanan bimbingan dan konseling komprehensif, data asesmen yang valid merupakan syarat mutlak agar program layanan intervensi (seperti bimbingan klasikal atau konseling kelompok) dapat diberikan secara tepat sasaran.

Sebagai solusi konkret atas permasalahan tersebut, maka diperlukan sebuah penelitian pengembangan untuk memproduksi alat ukur psikologis yang representatif. Melalui metode penelitian Research and Development (R&D) dengan desain instruksional model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation), peneliti bermaksud mengembangkan sebuah instrumen evaluasi diri berbentuk skala psikologis

model Likert 5 pilihan jawaban yang terdiri atas 36 butir pernyataan. Instrumen ini dirancang khusus berdasarkan tiga aspek pembatasan masalah, yaitu aspek mudah menerima masukan orang lain, yakin terhadap kemampuan sendiri, serta bertanggung jawab dan mengakui kesalahan.

Melalui prosedur pengujian yang ketat, instrumen ini diharapkan tidak hanya valid secara teoretis melalui expert judgment dan valid secara empiris melalui statistik Pearson Product Moment, melainkan juga praktis digunakan dalam operasional sehari-hari oleh Guru BK. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti melakukan penelitian dengan judul: "PENGEMBANGAN INSTRUMEN KONSEP DIRI DALAM MANAJEMEN WAKTU SISWA SMP".

B. Identifikasi Masalah

Merujuk pada penjelasan mengenai isu yang telah dijelaskan sebelumnya dalam bagian latar belakang, peneliti berhasil mengidentifikasi beberapa masalah yang ada, di antaranya:

1. Sebagian siswa SMP masih mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar secara efektif.
2. Sebagian siswa kesulitan menerima masukan orang lain mengenai pengelolaan waktu mereka
3. Terdapat siswa yang sering menunda pengerjaan tugas dan belum memiliki tanggungjawab yang baik dalam mengelola waktu belajar.
4. Banyak siswa yang enggan mengakui kesalahan saat menunda tugas.

5. Minimnya alat bantu yang dapat digunakan guru BK untuk mengidentifikasi masalah tersebut secara sistematis dan terukur.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan hasil indentifikasi masalah maka perlu adanya pembatasan masalah supaya peneliti lebih fokus dalam menanggapi permasalahan yang terjadi. Peneliti hendak berfokus pada minimnya alat bantu atau instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa, yang mencakup aspek mudah menerima masukan orang lain, keyakinan terhadap kemampuan sendiri, serta tanggung jawab dan pengakuan terhadap kesalahan di SMP Al-Amin Bantarsari.

D. Rumusan Masalah

Dari beberapa masalah yang telah teridentifikasi, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat kelayakan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa SMP Al-Amin Bantarsari?
2. Bagaimana kepraktisan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa SMP Al-Amin Bantarsari?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian pengembangan ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa di SMP Al-Amin Bantarsari.
2. Untuk mengetahui tingkat kepraktisan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa SMP Al-Amin Bantarsari.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan beberapa manfaat yang signifikan, baik secara teoritis maupun praktis. Berikut adalah manfaat-manfaat yang diharapkan dari penelitian ini:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat dan dijadikan sebagai referensi untuk menambah keilmuan tentang penggunaan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa SMP.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru dan Konselor:

Instrumen yang dikembangkan melalui penelitian ini dapat digunakan oleh guru BK sebagai alat bantu dalam proses konseling. Dengan alat ini, guru BK dapat lebih mudah mengidentifikasi masalah siswa terkait manajemen waktu dan konsep diri, sehingga intervensi yang diberikan dapat lebih tepat sasaran.

b. Bagi Sekolah:

Mendukung proses pembelajaran dalam mencapai tujuan pendidikan nasional, dengan adanya alat yang dikembangkan, sekolah akan lebih gampang memahami konsep diri dalam pengelolaan waktu siswa.

c. Bagi Orang Tua:

Penelitian ini dapat membantu orang tua memahami bagaimana konsep diri siswa dalam mengelola waktu. Dengan wawasan ini, orang tua dapat lebih peka terhadap kondisi psikologis anak mereka dan bagaimana hal tersebut berdampak pada aktivitas sehari-hari, termasuk dalam konteks akademik.

G. Spesifikasi Produk

Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah terbentuknya instrumen yang berupa angket. Spesifikasi produk yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Nama Produk: Instrumen Konsep Diri dalam Manajemen Waktu Siswa SMP.
2. Tujuan Instrumen: Mengukur tingkat konsep diri siswa dalam mengelola waktu belajar secara efektif.
3. Subjek Pengguna: Siswa kelas VIII SMP Al-Amin Bantarsari.
4. Bentuk Instrumen: Angket non-tes berbentuk skala Likert.
5. Jumlah Item: 36 butir pernyataan.

6. Skala Pengukuran: Skala Likert lima pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Ragu-ragu (R), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).
7. Komposisi Item: Terdiri atas 18 butir pernyataan favorable dan 18 butir pernyataan unfavorable.
8. Aspek yang Diukur: a. Mudah menerima masukan orang lain. b. Yakin terhadap kemampuan sendiri. c. Bertanggung jawab dan mengakui kesalahan.
9. Bahasa Instrumen: Menggunakan bahasa sederhana, komunikatif, dan sesuai dengan tingkat pemahaman siswa SMP.
10. Hasil yang Diharapkan: Diperoleh skor konsep diri dalam manajemen waktu siswa yang dapat digunakan untuk pemetaan kondisi siswa dan sebagai dasar perencanaan layanan.