

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Pengembangan Instrumen

a. Pengertian Instrumen

Instrumen, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), merupakan alat penelitian yang berbentuk kumpulan tes dan sebagainya untuk mengumpulkan informasi sebagai bahan pengolahan. Instrumen memiliki peranan yang sangat krusial dalam menentukan kualitas suatu penelitian. Sebab, keabsahan atau validitas data yang diperoleh sangat dipengaruhi oleh kualitas atau validitas instrumen yang digunakan, di samping prosedur pengumpulan data yang dilakukan (Firdaos, 2016).

Instrumen penelitian adalah alat yang dibuat dan disusun mengikuti prosedur langkah-langkah pengembangan instrumen berdasarkan teori serta kebutuhan penelitian lalu digunakan untuk mengumpulkan data penelitian, dengan kata lain instrumen dapat disebut sebagai alat pengumpulan data (Helen Sabera Adib, 2015). Berdasarkan perspektif tentang instrumen penelitian dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data secara sistematis dan objektif. Instrumen yang baik harus memenuhi kriteria valid dan reliabel agar data yang dihasilkan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

b. Pengembangan Instrumen dalam Penelitian

Untuk menghasilkan instrumen yang baku, dilakukan kegiatan pengembangan berdasarkan konstruk teoritis. Proses ini dijalankan secara bertahap dan proporsional sesuai dengan kaidah serta teknik yang ditetapkan ahli (Helen Sabera Adib, 2015). Selain itu dalam penelitian pengembangan, instrumen tidak hanya digunakan sebagai alat ukur, tetapi juga sebagai produk yang dikembangkan melalui tahapan analisis kebutuhan, perancangan, validasi ahli, dan uji empiris (Sugiyono, 2024).

Berdasarkan pengertian pengembangan instrumen dapat dijabarkan bahwa pengembangan instrumen adalah proses sistematis untuk merancang, membuat, menguji, dan menyempurnakan instrumen yang akan digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi dalam penelitian, pengajaran, atau evaluasi, agar alat tersebut valid (sah) dan reliabel (andal) untuk mengukur variabel yang dituju.

c. Tahapan penyusunan instrumen

Tahapan dalam penyusunan instrumen menurut Djaali dan Pudji Muljono (2008), yaitu:

1. Analisis kebutuhan dan kajian teori
2. Penentuan konstruk, aspek, dan indikator
3. Penyusunan kisi-kisi instrumen
4. Penulisan butir instrumen
5. Validasi isi oleh ahli (expert judgment)
6. Revisi instrumen berdasarkan masukan ahli

7. Uji coba instrumen
8. Analisis validitas dan reliabilitas

Penyusunan instrumen dimulai dari variabel penelitian yang diturunkan ke dalam definisi operasional, lalu ditentukan indikator ukurnya, hingga akhirnya dijabarkan menjadi butir-butir pertanyaan dan pernyataan. (Sugiyono, 2024). Penggunaan matriks atau kisi-kisi pengembangan instrumen sangat diperlukan untuk mempermudah proses penyusunan, khususnya dalam merumuskan indikator dari setiap variabel berdasarkan teori-teori pendukungnya..

d. Instrumen Konsep Diri dan Manajemen Waktu

Pengembangan instrumen pada penelitian ini bertujuan menghasilkan alat ukur yang mampu mengukur konsep diri dan manajemen waktu siswa secara komprehensif. Instrumen dikembangkan berdasarkan indikator teoritis, disesuaikan dengan karakteristik siswa SMP, serta divalidasi oleh ahli materi dan evaluasi. Menurut Azwar (2017), instrumen psikologis yang baik harus mampu merepresentasikan konstruk yang diukur dan mudah dipahami oleh responden. Oleh karena itu, pengembangan instrumen dalam penelitian menekankan kejelasan redaksi, kesesuaian indikator, dan kemudahan penggunaan bagi guru BK.

Dari pengertian diatas maka, instrumen yang dikembangkan diharapkan dapat digunakan oleh guru BK untuk menjadi dasar penyusunan program layanan yang tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan nyata siswa

e. Adaptasi Instrumen dari Penelitian Sebelumnya

Instrumen dalam penelitian ini dikembangkan dengan mengadaptasi instrumen dari penelitian sebelumnya (Jannati & Dantes, 2023) berjudul *Pengembangan Instrumen Konsep Diri dalam Manajemen Waktu pada Siswa Kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan*. Adaptasi dilakukan dengan mempertahankan konstruk dan aspek utama instrumen, kemudian menyesuaikan indikator dan redaksi butir pernyataan dengan karakteristik perkembangan siswa SMP.

Adaptasi instrumen dilakukan agar alat ukur tetap memiliki dasar teoretis dan empiris yang kuat, namun relevan dengan konteks dan kebutuhan subjek penelitian. Dengan demikian, instrumen yang dikembangkan diharapkan mampu mengukur konsep diri dalam manajemen waktu secara lebih akurat pada siswa SMP.

2. Konsep Diri

a. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri dalam penelitian ini mengacu pada kerangka teoretis yang digunakan dalam penelitian sebelumnya, yaitu teori konsep diri menurut Anderson (1999). Anderson memandang konsep diri sebagai konstruk kognitif yang berkaitan dengan cara individu memahami, menilai, dan mengarahkan perilakunya dalam berbagai situasi. Konsep diri tidak hanya menggambarkan persepsi individu terhadap dirinya saat ini, tetapi juga keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola

tuntutan dan mengambil keputusan yang berkaitan dengan perilaku sehari-hari.

Sependapat dengan Anderson, Burns. R. B (1993) menyatakan bahwa konsep diri ialah persepsi individu mengenai dirinya sendiri menggabungkan aspek kognitif, afektif, dan evaluatif yang memengaruhi sikap dan perilaku. Sedangkan Shavelson menyatakan bahwa konsep diri bersifat terorganisasi, multidimensional, dan hierarkis, serta berkembang melalui pengalaman dan interaksi sosial individu dengan lingkungannya (Marsh & and Shavelson, 1985). Konsep diri tidak bersifat statis, melainkan dinamis dan dapat berubah seiring bertambahnya pengalaman belajar serta umpan balik yang diterima individu.

Konsep diri merujuk pada pemahaman dan perasaan individu terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang utuh, yang membentuk ciri khas serta keunikan karakter yang membedakannya dari orang lain. (Jahju Hartanti, 2018).

Konsep tentang diri memiliki fungsi yang krusial dalam memengaruhi tindakan seseorang. Pandangan seseorang tentang dirinya akan tampak dalam seluruh perilakunya. Dengan kata lain, tindakan individu akan berhubungan erat dengan cara dia menilai dirinya sendiri. Apabila individu merasa dirinya tidak memiliki kemampuan yang cukup untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, maka semua tindakannya akan mencerminkan ketidakmampuan yang dirasakannya (Khoirul, 2016).

Dalam konteks pendidikan, konsep diri memiliki peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku belajar siswa. Siswa dengan konsep diri positif cenderung memiliki keyakinan diri yang lebih baik, terbuka terhadap masukan dari lingkungan, serta mampu bertanggung jawab terhadap keputusan dan perilaku akademiknya. Sebaliknya, konsep diri yang kurang berkembang dapat menghambat kemampuan siswa dalam mengatur perilaku belajar, termasuk dalam pengelolaan waktu belajar.

Berdasarkan beberapa pengertian yang dikemukakan para ahli, dapat disimpulkan bahwa konsep diri sebagai konstruk kognitif yang berkaitan dengan cara individu memahami, menilai, dan mengarahkan perilakunya dalam berbagai situasi.

b. Dimensi konsep diri

Menurut Anderson (1999) dalam penelitian yang diadaptasi oleh (Jannati & Dantes, 2023), konsep diri dalam konteks akademik mencakup beberapa dimensi utama yang berkaitan langsung dengan perilaku pengelolaan diri, diantaranya:

1. Dimensi pertama adalah keterbukaan terhadap masukan, yaitu kemampuan individu untuk menerima saran, arahan, dan bantuan dari orang lain dalam proses pengambilan keputusan. Pada siswa, keterbukaan terhadap masukan tercermin dalam penerimaan arahan guru dan orang tua terkait pengaturan waktu belajar.
2. Dimensi kedua adalah keyakinan terhadap kemampuan diri, yang berkaitan dengan persepsi individu mengenai kemampuannya dalam

menyelesaikan tugas dan menghadapi tuntutan akademik. Siswa yang memiliki keyakinan diri yang baik cenderung lebih berani menetapkan jadwal belajar, menentukan prioritas kegiatan, serta konsisten dalam melaksanakan rencana yang telah dibuat.

3. Dimensi ketiga adalah tanggung jawab personal dan pengakuan kesalahan. Anderson (1999) menegaskan bahwa individu dengan konsep diri yang matang mampu menyadari konsekuensi dari perilaku yang dilakukan, mengakui kesalahan yang terjadi, serta berupaya melakukan perbaikan terhadap perilaku yang kurang efektif. Dalam konteks manajemen waktu, tanggung jawab personal tercermin dari kesediaan siswa untuk mengakui keterlambatan, tidak menyalahkan pihak lain, dan berusaha memperbaiki pengaturan waktu belajarnya.

Ketiga dimensi konsep diri menurut Anderson (1999) tersebut menjadi landasan teoretis utama dalam pengembangan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa SMP pada penelitian ini.

Sedangkan Calhoun dan Acocella 1995 (dalam (Jahju Hartanti, 2018)) mengatakan konsep diri terdiri dari 3 dimensi:

1. Pengetahuan

Dalam dimensi ini, konsep diri merujuk pada hal-hal yang diketahui seseorang mengenai dirinya sendiri. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan terhadap bentuk, ukuran, fungsi, penampilan, serta potensi tubuh yang dimiliki sekarang maupun di masa lalu. Cara seseorang mempersepsikan diri sendiri memiliki dampak yang signifikan pada

berbagai aspek psikologisnya. Memiliki pandangan realistis terhadap diri sendiri, menerima dan menyukai bagian-bagian tubuh, akan memberikan rasa aman dan menurunkan rasa cemas, sehingga meningkatkan harga diri. Persepsi serta pengalaman seseorang dapat mengubah gambaran diri secara dinamis. Hal-hal seperti jenis kelamin, suku bangsa, pekerjaan, usia, dan lain sebagainya juga termasuk dalam aspek yang mempengaruhi konsep diri.

2. Harapan

Pandangan tentang diri sendiri tidak bisa dipisahkan dari kemungkinan seseorang menjadi apa saja di masa depan. Harapan bisa dianggap sebagai gambaran tentang diri yang ideal. Setiap harapan dapat memicu semangat dan tenaga untuk berusaha mencapai tujuan tersebut di masa depan. Pada masa remaja, gambaran diri ideal terbentuk melalui proses identifikasi terhadap orang tua, guru, dan teman.

3. Penilaian

Penilaian berhubungan dengan dimensi evaluasi, seberapa besar seseorang menghargai dirinya sendiri. Jika ada perbedaan yang besar antara gambaran diri yang diinginkan dan keadaan sebenarnya, maka harga diri akan semakin rendah. Sebaliknya, individu yang memiliki harga diri tinggi akan menerima dan menyukai siapa dirinya, apa yang dilakukan, dan lainnya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa dimensi penilaian adalah bagian penting dalam pembentukan konsep diri.

c. Faktor yang mempengaruhi konsep diri

(Rakhmat & Surjaman, 1994) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri antara lain:

1) Orang lain

Ketika seseorang mendapatkan penerimaan, penghargaan, dan rasa suka dari orang lain atas dirinya apa adanya, ia biasanya akan lebih mampu menghargai serta menerima dirinya sendiri. Namun, bila lingkungan terus menerus meremehkan, menyalahkan, atau menolak kehadirannya, individu tersebut cenderung berkembang dengan perasaan tidak nyaman terhadap dirinya. Meski begitu, tidak semua orang memiliki tingkat pengaruh yang sama. Ada pihak-pihak tertentu yang memberikan dampak paling besar, yaitu mereka yang memiliki kedekatan intens dengan individu tersebut.

2) Kelompok Rujukan

Dalam setiap kelompok atau komunitas, selalu terdapat aturan atau norma, baik yang dirumuskan secara resmi maupun yang hanya dipahami secara tidak tertulis. Karena itu, setiap anggota kelompok cenderung menyesuaikan tindakannya agar selaras dengan ketentuan dan nilai yang berlaku di lingkungan tersebut.

3. Manajemen Waktu

a. Pengertian Manajemen Waktu

Manajemen waktu adalah kemampuan individu untuk mengelola, merencanakan, dan mengorganisasi waktu secara efektif agar mencapai

tujuan belajar dan kehidupan pribadi (Triana et al., 2025). Britton & Tesser (dalam (Abdillah, Hasibuan, 2020) menyatakan bahwa manajemen waktu sebagai teknik menggunakan waktu secara efektif dan efisien untuk melakukan tindakan tertentu yang mengarah pada pencapaian tujuan. Atkinson (dalam (Ayunthara, 2016) manajemen waktu dapat diartikan sebagai “sebuah kemampuan yang berhubungan dengan semua jenis usaha dan tindakan yang dilakukan seseorang secara terstruktur untuk memungkinkan individu tersebut memanfaatkan waktunya secara optimal”. Disisi lain Forsyth mendefinisikan manajemen waktu lebih sebagai cara, yakni cara membuat waktu menjadi terkendali sehingga menjamin terciptanya sebuah efektifitas, efesiensi, dan produktiviti.

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu ialah suatu metode yang digunakan dalam mengorganisasikan perencanaan, pelaksanaan, dan pengawasan terhadap penggunaan waktu agar berjalan dengan tepat dan optimal.

b. Dimensi Manajemen Waktu

Menurut Atkinson manajemen waktu terdiri dari beberapa aspek (Abdillah, Hasibuan, 2020) yaitu:

- 1) Menetapkan tujuan, siswa perlu menentukan tujuan yang ingin mereka raih, kemudian merancang tujuan-tujuan itu, baik yang bersifat jangka panjang maupun yang lebih dekat, dalam bentuk aktivitas.

- 2) Menyusun prioritas, prioritas diberikan pada tugas atau kegiatan yang memiliki tingkat kepentingan tertinggi, diikuti dengan daftar tugas atau kegiatan lainnya. Setiap tugas atau kegiatan memiliki tingkat pentingnya sendiri, tetapi dari semua data aktivitas, ada yang lebih mendesak ketimbang yang lain.
- 3) Menyusun jadwal, menyusun waktu dan membuat rencana berkaitan dengan pengaturan waktu yang diperlukan agar tidak bertabrakan dengan aktivitas lainnya.
- 4) Bersikap asertif, sikap asertif merupakan perilaku seseorang yang menunjukkan ketegasan yang lahir dari kebebasan emosi dalam usaha untuk membela hak-hak dirinya. Orang yang memiliki sikap asertif dapat dikatakan sebagai orang yang memiliki kepercayaan diri. Sikap ini akan menjadikan seseorang menjadi tegas, jujur dan terbuka, kritis, langsung dan nyaman, serta tetap mampu menghormati orang lain.
- 5) Bersikap tegas, dengan menerapkan sikap tegas, seseorang akan mengembangkan disiplin dalam kehidupannya, termasuk dalam hal pengelolaan waktu. Disiplin adalah kondisi di mana seseorang mematuhi norma-norma atau nilai-nilai tertentu. Maka, disiplin dalam penggunaan waktu berarti mampu memanfaatkan waktu hanya untuk aktivitas yang berguna dan mengelolanya dengan efisien. Individu yang mampu bersikap tegas serta disiplin dalam pengelolaan waktu mereka akan mendapatkan beberapa keuntungan, antara lain: pekerjaan tidak menumpuk, kesehatan tubuh terjaga karena tidak

terjebak dalam kelelahan, membantu otak agar tetap tenang, lebih menghargai kepentingan orang lain, disegani, dan berbagai keuntungan lainnya.

- 6) Menghindari penundaan, sikap penundaan dapat menyebabkan situasi di mana tugas yang seharusnya diselesaikan malah ditunda karena teralihkan oleh kegiatan lain yang kurang bermanfaat bagi tujuan utama. Menunda pelaksanaan tugas dapat mengakibatkan kegagalan untuk menyelesaikan pekerjaan dalam tenggat waktu yang tepat dan merusak jadwal yang sudah disusun dengan baik, serta mengganggu pencapaian tujuan akhir. Penundaan juga berarti bahwa waktu yang ada akan bersaing dengan waktu dari aktivitas pekerjaan lain selanjutnya. Akibatnya, tugas tersebut akan dikerjakan secara terburu-buru sehingga hasilnya tidak akan optimal, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Pada dasarnya, penundaan terhadap suatu aktivitas pekerjaan adalah hal yang sangat berisiko yang akan berimbas pada tertundanya kegiatan-kegiatan dan pencapaian target lainnya.
- 7) Meminimalkan waktu yang terbuang, pemborosan waktu meliputi semua aktivitas yang menghabiskan waktu tetapi tidak memberikan keuntungan yang signifikan. Ini sering kali menjadi hambatan bagi seseorang dalam mencapai keberhasilan, disebabkan oleh kebiasaan menunda-nunda pelaksanaan tugas-tugas krusial yang sudah ditetapkan.

Dari beberapa aspek-aspek mengenai manajemen waktu yang telah disebutkan, bisa disimpulkan bahwa aspek-aspek dalam manajemen waktu meliputi penetapan sasaran yang ingin diraih, penyusunan urutan prioritas, pembuatan rencana kegiatan atau daftar aktivitas yang hendak dilaksanakan, menunjukkan sikap tegas, menghindari kebiasaan menunda, serta meminimalisir waktu terbuang atau memanfaatkan waktu secara optimal.

c. Faktor- Faktor Manajemen Waktu

Rahardi (Pasaribu et al., 2020) menjelaskan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap manajemen waktu siswa antara lain:

- 1) Faktor dalam diri yang melakukan kesalahan, hal ini menjadi elemen penting. Setiap orang memperoleh pelajaran dari kesalahan yang mereka jalani. Dengan pengelolaan yang baik, individu dapat mengurangi kesalahan di masa lalu
- 2) Faktor lingkungan pendidikan, secara fundamental, suasana sekolah berfungsi sebagai ukuran inovasi para siswa. Dengan sarana pendidikan yang memadai, siswa dapat belajar secara mandiri.

4. Hubungan Konsep Diri dengan Manajemen Waktu

Anderson (1999) menyatakan bahwa konsep diri merupakan konstruk kognitif yang berperan dalam mengarahkan regulasi perilaku individu. Regulasi perilaku tersebut mencakup kemampuan individu dalam mengambil keputusan, mengendalikan tindakan, serta mempertanggungjawabkan perilaku yang dilakukan. Dalam konteks akademik, regulasi perilaku tercermin dalam

kemampuan siswa mengelola aktivitas belajar, termasuk pengaturan waktu belajar.

Teori self-regulated learning yang dikemukakan oleh Zimmerman (2000; 2008) menempatkan manajemen waktu sebagai salah satu komponen utama dalam proses pengaturan diri. Zimmerman menjelaskan bahwa keberhasilan individu dalam mengatur waktu sangat dipengaruhi oleh keyakinan dan persepsi individu terhadap kemampuannya. Persepsi dan keyakinan tersebut merupakan bagian dari konsep diri, sehingga dapat disimpulkan bahwa konsep diri memiliki peran penting dalam menentukan efektivitas manajemen waktu siswa.

Sepadan dengan pendapat diatas, Bandura (1997) melalui teori self-efficacy menegaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya akan memengaruhi tingkat usaha, ketekunan, dan konsistensi dalam menyelesaikan tugas. Siswa yang memiliki keyakinan diri yang rendah cenderung menghindari perencanaan dan mudah menunda pekerjaan, yang berdampak pada rendahnya kemampuan manajemen waktu. Self-efficacy sebagai bagian dari konsep diri berkontribusi terhadap bagaimana siswa mengatur dan memanfaatkan waktu belajar.

Hasil penelitian pada siswa SMP menunjukkan bahwa konsep diri akademik berhubungan negatif dengan prokrastinasi akademik, artinya semakin positif konsep diri siswa, semakin rendah kecenderungan menunda tugas (Rahmawati, Carolina, 2024). Konsep diri memiliki peran penting dalam memengaruhi perilaku individu, termasuk dalam mengelola waktu. Semakin

rendah konsep diri siswa, semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademik siswa (Jaenuri et al., 2024). Ini menunjukkan bahwa siswa dengan konsep diri positif cenderung memiliki motivasi, tanggung jawab, dan kontrol diri yang lebih baik, sehingga mampu mengatur waktu secara efektif. Sebaliknya, konsep diri negatif dapat menyebabkan siswa kurang percaya diri, mudah menunda pekerjaan, dan tidak disiplin dalam penggunaan waktu. Hubungan antara konsep diri dan manajemen waktu menjadi dasar teoritis bahwa konsep diri berpengaruh terhadap kemampuan siswa dalam mengelola waktu belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu bukan sekadar keterampilan teknis, melainkan merupakan manifestasi perilaku dari konsep diri siswa dalam konteks akademik. Oleh karena itu, pengembangan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu menjadi penting untuk memahami bagaimana siswa memandang dan mengelola penggunaan waktu belajarnya.

B. Kerangka Pikir

Pengembangan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa dimana didaamnya memuat petunjuk pengisian dan daftar pernyataan yang akan diisi oleh responden. Instrumen divalidasi terlebih dahulu oleh validator sehingga tingkat kelayakan instrumen menghasilkan kesesuaian kebutuhan. Seorang peneliti harus membuat kerangka berpikir agar arah penelitian dalam penempatan konteks menjadi lebih luas dilakukan selalui dasar pemikiran seperti dasar

fakta, observasi, serta kajian kepustakaan (Jannati & Dantes, 2023). Berikut tabel kerangka berpikir penelitian ini:



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir dan teori-teori, maka hipotesis penelitian dapat dirumuskan “Instrumen konsep diri dalam manajemen waktu siswa SMP Al-Amin Bantarsari yang dikembangkan melalui proses adaptasi dan pengembangan dari instrumen penelitian sebelumnya berdasarkan teori Anderson (1999) dinyatakan layak sebagai alat ukur apabila memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas.”