

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, dapat dilihat bahwa perencanaan layanan konseling individual di MAN 5 AGAM dilakukan secara cukup terstruktur, yaitu melalui tahap identifikasi masalah siswa, koordinasi dengan wali kelas, dan pengumpulan informasi awal sebelum sesi konseling dilaksanakan. Hal ini sejalan dengan tahapan konseling individual pada umumnya yang diawali dengan identifikasi kasus sebelum masuk ke proses konseling itu sendiri.

Pada tahap pelaksanaan, layanan konseling individual dilakukan dengan pendekatan yang tidak kaku, sehingga siswa merasa nyaman untuk terbuka mengenai permasalahannya. Guru BK juga melibatkan siswa secara aktif dalam menemukan solusi, misalnya dengan mengajak siswa menyusun sendiri jadwal kegiatan hariannya. Pendekatan semacam ini dinilai cukup efektif karena siswa tidak hanya diberi nasihat, tetapi juga diajak untuk menyadari dan memperbaiki masalahnya sendiri.

Adapun dari segi hasil, layanan konseling individual yang diberikan menunjukkan adanya perubahan ke arah yang lebih baik pada diri siswa, meskipun perubahan tersebut belum sepenuhnya konsisten. Hal ini terlihat dari pengakuan siswa yang sudah mulai mengurangi waktu bermain gawai dan mencoba membiasakan diri belajar pada waktu tertentu. Namun demikian, jika dibandingkan dengan siswa yang memang sudah memiliki manajemen waktu

yang baik, terlihat bahwa siswa yang baik dalam mengatur waktu cenderung memiliki kebiasaan belajar yang lebih rutin dan disiplin, seperti membuat catatan tugas dan belajar setiap hari tanpa menunggu ada tugas.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa layanan konseling individual di MAN 5 AGAM cukup berperan dalam membantu siswa memperbaiki manajemen waktu belajarnya, namun keberhasilannya juga sangat bergantung pada kesungguhan siswa dalam menerapkan hasil konseling tersebut dalam kehidupan sehari-hari, serta pendampingan berkelanjutan dari guru BK dan wali kelas.

B. Saran

Berdasarkan temuan dan kesimpulan penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa saran kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK diharapkan mempertimbangkan penggunaan instrumen yang lebih terstandar, seperti AUM (Alat Ungkap Masalah) atau DCM (Daftar Cek Masalah) untuk mengidentifikasi permasalahan manajemen waktu secara lebih sistematis dan terukur. Guru BK juga disarankan untuk menerapkan informed consent tertulis secara formal guna memperkuat dasar hukum dan etika layanan, serta melengkapi sistem dokumentasi dengan format pelaporan yang lebih terstandar dan komprehensif.

2. Bagi Kepala Madrasah

Kepala madrasah diharapkan memberikan dukungan penuh terhadap peningkatan fasilitas ruang BK, khususnya terkait lokasi yang

lebih kondusif dan terlindung dari kebisingan luar agar proses konseling dapat berlangsung dengan lebih nyaman dan efektif.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan menyadari pentingnya kemampuan manajemen waktu belajar sebagai kunci keberhasilan akademik dan pengembangan diri secara menyeluruh. Siswa yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar agar tidak ragu untuk datang dan memanfaatkan layanan konseling individual yang tersedia di sekolah.

4. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan turut berperan aktif dalam mendukung upaya peningkatan manajemen waktu belajar anak di rumah, terutama dalam hal pengawasan penggunaan gadget dan media sosial yang berpotensi mengganggu waktu belajar.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian tentang implementasi layanan konseling individual dalam meningkatkan manajemen waktu belajar dengan ruang lingkup yang lebih luas, baik dari segi jumlah subjek penelitian, variasi pendekatan konseling yang digunakan, maupun setting lembaga pendidikan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisti, S. (2023). *Strategi manajemen waktu pada remaja*. Jurnal Pendidikan Remaja, 5(2), 112–120.
- Al-Ayyubi, M. (2024). *Manajemen waktu dalam perspektif Islam dan implikasinya terhadap kesejahteraan psikologis siswa*. Journal of Islamic Psychology and Education, 5(1), 55–68.
- Al-Qarni, A. (2020). *Islamic awareness of time management and its role in educational discipline*. Journal of Islamic Education, 9(2), 130–142.
- Andriyani, N. (2021). *Pendekatan behavioral dalam bimbingan dan konseling di sekolah*. Jurnal Psikopedagogia, 10(1), 45–53.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, J. W. (2016). *Time as an irreplaceable resource in education*. Journal of Educational Development, 7(3), 45–52.
- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). *Effects of time-management practices on college grades*. Journal of Educational Psychology, 83(3), 405–410.
- Britton, B. K., & Tesser, A. (2020). *Time management practices and academic performance*. Journal of Educational Psychology, 112(4), 758–770.
- Claessens, B. J. C., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). *A review of the time management literature*. Personnel Review, 36(2), 255–276.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Belmont, CA: Cengage Learning.
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif, dan campuran* (Edisi ke-4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dayantri, N. M. A., & Netrawati, N. M. (2023). *Permasalahan manajemen waktu belajar siswa di era digital*. Jurnal Konseling Indonesia, 12(1), 55–67.
- Djamarah, S. B. (2018). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fadli, M. R. (2021). *Memahami desain metode penelitian kualitatif*. Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum, 21(1), 33–54.

- Fikri, M. H., Murhayati, S., & Darmawan, R. (2025). *Keabsahan Data dalam Penelitian Kualitatif*. Jurnal Pendidikan Tambusai, 9(2), 13057–13065.
- Forsyth, P. (2018). *How to manage your time effectively* (4th ed.). London: Kogan Page.
- Gunawan, I. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Habsy, B. A. (2017). *Ilmu bimbingan dan konseling: Filsafat dan pendekatan integratif*. Jakarta: Kencana.
- Hamalik, O. (2017). *Proses belajar mengajar*. Bandung: Bumi Aksara.
- Hanif, R. (2018). *Time management lessons from the Prophet Muhammad SAW: An Islamic leadership perspective*. Journal of Islamic Leadership, 3(2), 77–89.
- Haruna, A., & Fajar, R. (2021). *Pengaruh manajemen waktu terhadap hasil belajar matematika siswa kelas XII IPS SMA Perguruan Islam Makassar*. Jurnal Pendidikan Matematika, 15(2), 101–111.
- Hasibuan, M. S. P. (2016). *Manajemen: Dasar, pengertian, dan masalah*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Herdiansyah, H. (2015). *Wawancara, observasi, dan focus groups sebagai instrumen penggalan data kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Huda, S., Salim, M. N., & Habsyi, B. A. (2025). *Uji Validitas dalam Penelitian Kualitatif*. Ahad: Multidisciplinary Journal of Islamic Studies, 1(2).
- Husnullail, M., Risnita, & Jailani, M. S. (2024). *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data dalam Riset Ilmiah*. Jurnal Genta Mulia, 15(2).
- Kajianpustaka.com. (2022). *Teknik-teknik konseling individual*. Diakses dari <https://kajianpustaka.com/teknik-konseling-individual>
- Kamdar, A. (2015). *Getting the barakah: An Islamic guide to time management*. Riyadh: IIPH.
- Lakein, A. (2017). *How to get control of your time and your life*. New York: P. H. Wyden.

- Luthfiyani, P. W., & Murhayati, S. (2024). *Strategi Memastikan Keabsahan Data dalam Penelitian Kualitatif*. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8(3), 45315–45328.
- MacCann, C., Fogarty, G. J., & Roberts, R. D. (2012). *Strategies for success in education: Time management and its relationship with academic achievement*. Learning and Individual Differences, 22(5), 618–623.
- Mekarisce, A. A. (2020). *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, 12(3), 145–151.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Misra, R., & McKean, M. (2021). *College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction*. American Journal of Health Studies, 36(2), 65–74.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mujahidin, M. (2022). *Konsep waktu dalam Islam dan urgensinya bagi pembentukan karakter disiplin*. Jurnal Pendidikan Islam Modern, 6(2), 145–157.
- Nasrullah, M. (2017). *Manajemen waktu belajar siswa dan faktor-faktor yang memengaruhinya*. Jurnal Pendidikan dan Psikologi, 4(1), 25–36.
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). *Pengaruh penggunaan gadget terhadap perilaku anak di era milenial*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 4(2), 1000–1010.
- Nur Azizah. (2018). *Faktor-faktor yang memengaruhi manajemen waktu belajar siswa kelas XI di MA Darul Ulum Jombang*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam, 6(2), 210–220.
- Nurdin, I., & Usman, B. (2016). *Implementasi kebijakan: Teori dan praktik*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nurhayati, N. (2021). *Manajemen waktu dalam perspektif Islam dan pengaruhnya terhadap efektivitas belajar siswa*. Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 9(3), 221–234.

- Prabowo, A. (2016). *Penelitian kualitatif: Paradigma, desain, dan teknik analisis data*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 23(2), 165–172.
- Prayitno. (1994). *Layanan bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Prayitno. (2017). *Layanan konseling individual dan pengembangannya dalam konteks sekolah*. Jurnal Konseling dan Psikoterapi, 3(1), 45–57.
- Rahayu, R., & Rindrayani, S. R. (2025). *Menguji Keabsahan Data Penelitian Kualitatif*. JIP: Jurnal Ilmu Pendidikan.
- Rahman, F. (2019). *Shalat sebagai instrumen pendidikan disiplin waktu dalam Islam*. Jurnal Pendidikan Islam Integratif, 11(1), 33–45.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kualitatif (Qualitative research approach)*. Yogyakarta: Deepublish.
- Siti Rahmawati. (2020). *Efektivitas layanan konseling individual dengan pendekatan Cognitive Behavioral Therapy untuk meningkatkan manajemen waktu belajar siswa kelas XI SMA Negeri 5 Semarang*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 10(2), 110–121.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Slameto. (2018). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya (Edisi revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D (Edisi 2)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syarif, A. (2020). *Dimensi spiritualitas dalam manajemen waktu menurut perspektif Islam*. Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi Islam, 8(1), 88–99.

- Syartissaputri, R., Setiyowati, A., & Siwabessy, A. (2014). *Hubungan manajemen waktu dengan kemandirian belajar siswa SMA*. Jurnal Pendidikan dan Psikologi, 3(2), 85–93.
- Susanto, D., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data dalam Penelitian Ilmiah*. QOSIM: Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora, 1(1), 53–61.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah (berbasis integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. (2019). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah berbasis integrasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tu'u, T. (2020). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Usroh, A., Laily, N., & Munir, M. (2022). *Manajemen waktu dan self-regulated learning pada siswa SMA*. Jurnal Pendidikan Psikologi, 8(1), 33–45.
- Uswatun Hasanah. (2019). *Implementasi bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu siswa kelas XI MA Al-Hidayah Malang*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islami, 7(2), 150–162.
- Wahidaty, R. (2021). *Efektivitas manajemen waktu terhadap prestasi belajar siswa SMA*. Jurnal Ilmiah Edukasi, 8(4), 300–312.
- Willis, S. S. (2017). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Willis, S. (2010). *Konseling individual: Teori dan praktik dalam pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Willis, S. (2019). *Teori dan praktik konseling individual di sekolah*. Bandung: Alfabeta.
- Yunita, A., Rakhmawati, D., & Mujiono, M. (2022). *Hubungan antara motivasi belajar dan manajemen waktu pada siswa SMA*. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 12(3), 198–206.

- Yusnan, E. (2021). *Pengaruh manajemen waktu belajar terhadap motivasi siswa sekolah dasar*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 8(2), 77–84.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2019). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.