

KEEFEKTIFAN “TOPLES WAKTU” DALAM PERMAINAN EDUKATIF UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU SISWA DI SMA BRAWIJAYA SMART SCHOOL

Silvi Sofiatul Qolbi

PPG, Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Indonesia

*Corresponding author, email: silvi.sofiatul.2331127@students.um.ac.id

doi: 10.17977/um065.v4.i3.2024.8

Kata kunci

Manajemen Waktu
Permainan Edukatif

Abstrak

Manajemen waktu adalah proses merencanakan dan menggunakan waktu secara terstruktur untuk mencapai tujuan dan meningkatkan produktivitas. Sederhananya, ini tentang memilih apa yang penting dan menyelesaikannya dengan cara terbaik dalam waktu yang tersedia. Bentuk manajemen waktu yang terjadi akibat kurang mampunya siswa untuk memprioritaskan kegiatan yang seharusnya didahulukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan mengevaluasi efektivitas media permainan Toples Waktu dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa SMA Brawijaya Smart School. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis penelitian eksperimen one group pretest-posttest design. Subjek penelitian yang diambil sebanyak 5 orang dari kelas X di SMA Brawijaya Smart School. Subjek penelitian tersebut diambil berdasarkan hasil need assesment dan observasi yang dilakukan oleh guru pamong BK. Pengambilan data pretest dan posttest dilakukan melalui skala manajemen waktu yang telah dilakukan ketika pelaksanaan layanan. Berdasarkan hasil analisis deksriptif didapatkan hasil bahwa setelah dilakukannya treatment ada kenaikan skor yang terjadi pada 4 siswa dan 1 siswa sisanya tetap mendapatkan skor yang tinggi baik dari hasil pretest maupun posttest. Teknik analisis menggunakan uji Wilcoxon yang mana memperoleh nilai signifikan sebesar 0,176 yang artinya lebih dari dari 0,05 ($0,176 > 0,050$), yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima, sehingga permainan edukatif berupa topkes waktu dengan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas X di SMA Brawijaya Smart School.

1. Pendahuluan

Manajemen waktu merupakan salah satu keterampilan penting yang perlu dimiliki oleh siswa SMA untuk mencapai kesuksesan dalam belajar dan kehidupan mereka. Di era digital yang sarat distraksi ini, keterampilan manajemen waktu menjadi kompetensi esensial bagi siswa SMA untuk menggapai kesuksesan dalam proses belajar dan kehidupan. Berbagai tantangan eksternal seperti media sosial, game online, dan tuntutan akademik maupun ekstrakurikuler yang padat berpotensi menghambat fokus mereka dalam mengelola waktu secara optimal. Konsekuensi dari inefisiensi manajemen waktu ini dapat bermanifestasi dalam bentuk stres, kecemasan, dan penurunan performa akademik.

Manajemen waktu adalah proses merencanakan dan menggunakan waktu secara terstruktur untuk mencapai tujuan dan meningkatkan produktivitas. Sederhananya, ini tentang memilih apa yang penting dan menyelesaikannya dengan cara terbaik dalam waktu yang tersedia. (Purnamasari, 2020) Memberikan edukasi tentang manajemen waktu kepada siswa-siswi sejak usia dini dapat membantu mereka mengembangkan kebiasaan baik dalam mengelola waktu dengan efektif. Hal ini akan membekali mereka dengan keterampilan yang diperlukan untuk menyeimbangkan kegiatan akademik dan non-akademik, seperti organisasi, tanpa mengorbankan kewajiban mereka dalam menyelesaikan tugas sekolah. Menanamkan kebiasaan ini sejak dini akan memberikan manfaat positif bagi kesejahteraan siswa di masa depan. (Juniarti, 2021) Siswa yang mengalami kesejahteraan

dalam masa pendidikan mereka memiliki peluang yang lebih besar untuk mencapai kesuksesan di masa depan. Mereka dipersiapkan dengan baik untuk menghadapi berbagai tantangan dan mampu berkontribusi positif bagi masyarakat. (Alwi, 2022) Manajemen waktu merupakan kemampuan penting yang membantu individu dalam mengatur waktu, meningkatkan kedisiplinan, melawan kebiasaan menunda, dan mencapai kesuksesan. Dengan mempraktikkan manajemen waktu pada siswa SMA, individu dapat menciptakan hidup yang lebih teratur, produktif, dan penuh prestasi. (Amalia, 2022).

SMA Brawijaya Smart School, sebagai lembaga pendidikan yang berkomitmen untuk mencetak generasi unggul berkarakter, mengakui krusialnya kemampuan manajemen waktu bagi para siswanya. Oleh karena itu, strategi komprehensif perlu dirumuskan dan diimplementasikan untuk memfasilitasi pengembangan kemampuan tersebut pada diri siswa. Sekolah dapat menyediakan layanan konseling bagi siswa yang mengalami kesulitan dalam mengelola waktu. Konselor dapat membantu siswa dalam mengidentifikasi sumber permasalahan, merumuskan solusi, dan mengembangkan strategi manajemen waktu yang sesuai.

Permainan simulasi dalam bimbingan kelompok interaktif merupakan alat yang efektif untuk merefleksikan situasi-situasi nyata. Dibuat dengan tujuan tertentu, seperti membantu siswa memahami pengalaman di lingkungan sekitar dan aturan-aturan sosial, permainan ini menawarkan ruang aman untuk berlatih dan bereksperimen. (Irawan, 2019) Permainan edukatif merupakan salah satu metode pembelajaran yang menarik dan efektif untuk membantu siswa mempelajari berbagai keterampilan, termasuk manajemen waktu. Permainan edukatif dapat membantu siswa memahami konsep manajemen waktu dengan cara yang menyenangkan dan interaktif.

Salah satu permainan edukatif yang dapat digunakan untuk melatih kemampuan manajemen waktu siswa adalah "Toples Waktu". Permainan ini dirancang dengan mempertimbangkan karakteristik dan kebutuhan siswa SMA. Permainan ini dapat membantu siswa untuk: Memahami konsep waktu dan pentingnya manajemen waktu, Merencanakan dan mengatur waktunya dengan efektif, Meningkatkan fokus, konsentrasi, dan produktivitas, Mengatasi prokrastinasi dan meningkatkan motivasi belajar.

2. Metode

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen one group pretest-posttest. Penelitian ini dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan yang mana dalam tiap pertemuannya memiliki tujuan yang berbeda-beda disesuaikan juga dengan aspek-aspek manajemen waktu. Pelaksanaan pertemuan pertama (pretest) yaitu penggalan informasi tentang manajemen waktu, apa saja yang bisa dilakukan untuk bisa melatih diri dalam manajemen waktu, dan mencari informasi terkait bagaimana aksi nyata penerapan manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari. Pelaksanaan pertemuan kedua (posttest) yaitu memasuki tahapan permainan edukatif dengan toples waktu untuk melatih manajemen waktu siswa. Pelaksanaan permainan dilakukan secara bersama-sama dan bergantian, setelah pelaksanaan permainan, pada pertemuan kedua ini juga melakukan refleksi dari pertemuan pertama. Pelaksanaan posttest dilakukan pada pertemuan kedua. Kemudian selain pretest-posttest adapun teknik lain yang digunakan untuk mengetahui tingkat perkembangan peserta didik sebelum berjalannya proses konseling kelompok dan sesudah melakukan konseling kelompok yakni analisis deskriptif.

Pengambilan data dilakukan pada siswa kelas X di SMA Brawijaya, kemudian diambil subjek penelitian sebanyak 5 orang berdasarkan hasil dari need assesment dan observasi melalui guru pamong BK. Data pretest dan posttest diambil melalui skala manajemen waktu berdasarkan teori ahli manajemen waktu yang dimana nantinya dari hasil analisis deskriptif akan diketahui tinggi, sedang, dan rendah.

3. Hasil dan Pembahasan

Konseling dilaksanakan secara langsung kepada sekelompok siswa sejumlah 5 orang dalam 2 kali pertemuan, setiap pertemuan memiliki tujuan yang berbeda-beda. Dari kedua pertemuan yang sudah dilakukan, peserta didik terlihat antusias dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok sehingga menjadi salah satu faktor keberhasilan dalam penelitian ini. Pada pertemuan pertama, bimbingan kelompok dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan manajemen

waktu yang baik, layanan yang dilakukan pada pertemuan pertama yaitu dengan diskusi kelompok, setiap siswa menyampaikan hambatan atau masalahnya tentang manajemen waktu. Setiap anggota kelompok juga diajak untuk menggali informasi tentang penyebab terjadinya manajemen waktu yang buruk dan relevansikan dengan yang terjadi pada diri mereka masing-masing. Selain itu konselor juga mengajak anggota kelompok untuk menggali data tentang aksi nyata pelaksanaan manajemen waktu yang baik untuk kehidupan sehari-hari. Dan setiap anggota kelompok mencoba untuk mencari contoh aksi nyata yang relevan dan menurutnya mudah untuk bisa dilakukan. Pada pertemuan kedua, pada tahapan inilah dilakukannya permainan edukatif berupa toples waktu. Pada pertemuan ini masing-masing kelompok bermain secara bergantian dengan konselor menyediakan 4 toples yang sudah diberikan keterangan kategori-kategori menjadi (penting mendesak, penting tidak mendesak, tidak penting mendesak, dan terakhir tidak penting dan tidak mendesak), setelah itu konselor juga menyiapkan beberapa kegiatan yang nantinya akan diambil dan dikelompokkan oleh masing-masing anggota kelompok yang menurutnya sesuai dengan kriteria yang ada pada 4 toples yang sudah disediakan oleh konselor. Dan konselor juga menyediakan game pencocokan secara online, jadi untuk mengecek jawaban dan kesesuaian permainan toples waktu mereka menggunakan game online tersebut.

Permainan edukatif dengan toples waktu diberikan kepada siswa dengan layanan bimbingan kelompok dengan tujuan untuk membantu konseli mengelompokkan kegiatan mana yang setiap hari dilakukan, dari kegiatan-kegiatan tersebut manakah yang termasuk kegiatan yang harus diprioritaskan dan manakah kegiatan yang bisa dikerjakan setelah kegiatan yang mendesak tersebut. Jadi dalam permainan ini anggota kelompok diajak untuk berlatih memajemen waktu dengan mendahulukan kegiatan yang menurutnya penting dan mendesak Pada pertemuan ini kemudian juga dilakukan dengan pemberian tugas individu kepada semua anggota kelompok, tugas yang diberikan berupa membuat daftar atau list kegiatan menjadi 4 bagian seperti kriteria yang terdapat pada permainan toples waktu dan dari tugas tersebut bisa diterapkan untuk keberlanjutan dan diharapkan hasil dari penerapan tugas tersebut dapat dilakukan secara konsisten.

3.1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan guna melihat kondisi tinggi dan rendah perilaku manajemen waktu siswa, dan untuk mengetahui perbedaan hasil skoring perilaku manajemen waktu siswa sebelum dan sesudah dilaksanakannya treatment. Rentang dan kriteria skor dihitung menggunakan rumus dari Gunawan (2013) sebagai berikut

Tabel 1. Kategori Skor

Rentang Skor	Kriteria Skor
75-100	Tinggi
48-74	Sedang
20-47	Rendah

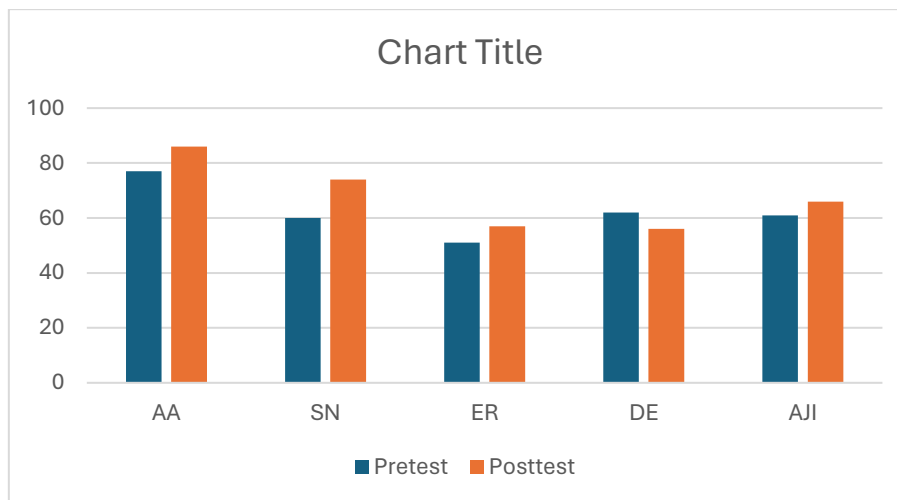
Berdasarkan tabel 1, terdapat 3 kategori skor manajemen waktu. Yaitu rendah, sedang, dan tinggi dengan rentang skor pada setiap kategori sebesar 27. Kategori ini digunakan untuk menentukan dan membagi subjek penelitian. Hasil pengisian pretest dan posttest yang telah diikuti oleh 5 siswa sebagai subjek penelitian memperoleh hasil sebagai berikut

Tabel 2. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest

No	Nama	Skor Pretest	Kategori	Skor Posttest	Kriteria
1	AA	77	Tinggi	86	Tinggi
2	SN	60	sedang	76	Tinggi
3	ER	51	Sedang	57	Sedang
4	DE	62	Sedang	56	Sedang
5	AJI	61	Sedang	66	Sedang

Berdasarkan tabel di atas, terjadi perubahan skor yang beragam pada hasil pretest dan posttest siswa terkait manajemen waktu setelah mengikuti layanan. Sebelum pelaksanaan layanan, 1 dari 5 siswa berada di kategori tinggi, dan 4 lainnya di kategori sedang. Setelah diberikna layanan, 2 siswa tetap di kategori tinggi, dan 3 lainnya di kategori sedang. Meskipun skor siswa meningkat secara keseluruhan, peningkatan ini tidak signifikan dan masih dalam kategori yang sama dengan pretest. Satu siswa menunjukkan hasil pretest dan posttest yang stabil di kategori tinggi, namun dengan sedikit perbedaan skor. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh faktor penyebab manajemen

waktu yang berbeda. Faktor penyebab utama siswa ini adalah eksternal atau keluarga, sedangkan faktor penyebab siswa lain adalah internal atau diri sendiri. Faktor lain yang bisa menjadi penyebab terjadinya manajemen waktu yang kurang baik yaitu sering terdistrack oleh kegiatan-kegiatan yang tidak terlalu penting yang kebanyakan berasal dari Handphone yang mereka miliki.



Gambar 1. Perbandingan Hasil Skor Pretest dan Posttest

Berdasarkan gambar di atas, terdapat peningkatan dari hasil posttest pada 5 siswa mengalami peningkatan skor dari hasil pretest dan posttest. Maka dapat disimpulkan bahwa treatment yang dilakukan sudah efektif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas X SMA Brawijaya Smart School.

3.2. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan Uji Wilcoxon untuk melakukan analisis inferensial guna mengetahui penerimaan hipotesis penelitian. Hasil uji Wilcoxon menggunakan SPSS 24 dengan hasil berikut

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Test

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	1 ^a	2.50	2.50
	Positive Ranks	4 ^b	3.13	12.50
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Berdasarkan hasil uji wilcoxon pada tabel di atas, disimpulkan bahwa dari 5 subjek penelitian 4 yang mengalami kenaikan skor dan 1 subjek mengalami penurunan skor. Sebanyak 1 siswa berada pada kategori negative ranks atau subjek dengan skor posttest lebih rendah dari skor pretest, dan 4 siswa berada pada positive ranks atau subjek mengalami kenaikan skor dari pretest ke posttest. mean rank yang dihasilkan sebesar 3,13 dan sum of ranks sebesar 12,50.

Tabel 4 Hasil Uji Statistic Wilcoxon Test

Test Statisticsa	Posttest - Pretest
Z	-1.355 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.176
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Berdasarkan tabel 4 di atas, menunjukkan hasil tes statistic perolehan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,176 yang berarti lebih dari 0,05 ($0,176 > 0,050$). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima, dengan kata lain Media permainan edukatif toples waktu dengan teknik problem

based learning dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas X SMA Brawijaya Smart School.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa ada perkembangan dari skor pretest dengan skor posttest yang telah dilakukan. Skor awal terdapat 4 kategori sedang dan 1 tinggi terhadap manajemen waktu, setelah dilakukan treatment melalui bimbingan kelompok dengan permainan edukatif berupa toples waktu dengan teknik problem based learning, manajemen waktu siswa menjadi kategori tinggi dan ada yang masih sedang namun mengalami kenaikan skor. Hal ini juga diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Eka Wahyu Andani, 2019) menunjukkan hasil yang sama bahwa bimbingan kelompok dengan permainan edukatif dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hal ini juga dikuatkan dengan penelitian (Ulfa Luthfiyanti, 2020) bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik simulation game efektif dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas XII SMA Negeri 9 Semarang.

Hasil dalam analisis deskriptif, terdapat hasil pretest menunjukkan bahwa dari 5 siswa terdapat 2 orang berada pada kategori tinggi sedangkan 3 lainnya berada di kategori sedang. Setelah dilakukannya treatment, 1 siswa masih berada di kategori tinggi dan 4 lainnya berada di kategori sedang, namun keseluruhan siswa menunjukkan adanya penurunan skor meskipun beberapa dari mereka belum melewati batas kategori dari pretest. Sejalan dengan hal tersebut, pada penelitian (Herdiyanto, 2017) bahwa fakta di lapangan diperoleh pada treatment bimbingan kelompok dengan game manajemen waktu, sebelum diberikan treatment dan setelah diberikan treatment dengan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan game manajemen waktu dapat meningkatkan disiplin waktu siswa. Hasil penelitian kondisi awal sebelum penelitian menggunakan game manajemen waktu, terdapat 8 siswa (80%) dengan kategori rendah, 2 siswa (20%) sedang dan tidak ada siswa yang memiliki disiplin waktu tinggi dengan memperoleh skor rata-rata 1,8. Pada siklus I, terdapat 4 siswa yang rendah disiplin waktunya, 4 siswa yang sedang dan 2 siswa yang tinggi serta memperoleh rata-rata 2,8. Dari hasil pengamatan ini masih belum meningkatkan disiplin waktu siswa secara signifikan

Disisi lain ada 1 siswa yang mendapatkan skor pretest dan posttest yang tetap pada kategori tinggi namun memiliki sedikit perbedaan hasil skor. Hal ini terjadi karena masalah manajemen waktu siswa tersebut tidaklah sebanyak teman-teman anggota kelompok yang lainnya, hanya saja pada beberapa keadaan siswa tersebut masih mengalami kebingungan dalam memprioritaskan kegiatan mana yang hendak ia dahulukan.

Hasil uji Wilcoxon memperoleh nilai signifikan sebesar 0,176 yang artinya lebih dari dari 0,05 ($0,176 > 0,050$), yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima, sehingga permainan edukatif berupa toples waktu dengan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas X di SMA Brawijaya Smart School.

4. Kesimpulan

Tujuan dalam pendekatan konseling yang telah dilakukan dalam penelitian ini yaitu untuk mengembangkan dan mengevaluasi efektivitas media permainan Toples Waktu dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa SMA Brawijaya Smart School. Selain itu tujuan dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan permainan edukatif berupa toples waktu ini yaitu untuk membantu siswa mengelompokkan kegiatan-kegiatan yang menjadi prioritas mereka, sehingga tidak ada lagi kegiatan utama yang terlewatkan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa dengan adanya bimbingan kelompok dengan permainan edukatif toples waktu dapat meningkatkan tingkat manajemen waktu dalam anggota kelompok konseling. Hasil dari peningkatan tingkat manajemen waktu yang dialami oleh anggota kelompok mengindikasikan bahwa penerapan model dan pendekatan konseling yang dilakukan dapat meningkatkan tingkat peserta didik dalam manajemen waktu. Pernyataan ini terbukti dari adanya presentase tingkat manajemen waktu yang meningkat setelah dilakukannya treatment menggunakan media permainan edukatif berupa toples waktu dengan layanan bimbingan kelompok. Permainan edukatif toples waktu memberikan treatment kepada peserta didik agar mampu melakukan solusi yang telah ditemukan secara konsisten sehingga dapat terjadi peningkatan tingkat manajemen waktu secara bertahap. Di sisi lain,

melalui pendekatan bimbingan kelompok dapat mendorong peserta didik agar mampu menemukan solusi-solusi sesuai dengan kemampuan dirinya untuk lebih aktif dan tanggap ketika memprioritaskan kegiatan-kegiatan yang hendak dilakukannya. Berdasarkan implementasinya pendekatan bimbingan kelompok menggunakan media permainan edukatif “toples waktu” yang telah dilakukan, peserta didik diharapkan agar konsisten dalam menerapkan kegiatan-kegiatan prioritas yang telah dituangkan dalam tugas individu berupa pengelompokan kegiatan berdasarkan skala prioritas.

Daftar Rujukan

- Alwi, M. A. (2022). School well-being di Indonesia : Telaah Literatur. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 1(3), 77-79.
- Amalia, A. Q. (2022). PSIKOEDUKASI: MANAJEMEN WAKTU PADA SISWA KELAS X IPA DI SMA KOTA MAKASSAR. KARYA: *Journal of Educational Community Service*, Volume 01 Nomor 01, 18-19.
- Bestari Laia, d. (2022). PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI DI. *JURNAL ILMIAH AQUINAS*, 162.
- Eka Wahyu Andani, A. H. (2019). Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi Untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Siswa Kelas X SMA Kartika III-1 Banyubiru. *Pedagogik Jurnal Pendidikan* Volume 14 Nomor 2, 8-19.
- Herdianto. (2017). PENINGKATAN DISIPLIN WAKTU MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN GAME MANAJEMEN WAKTU. *Didaktikum: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas* Vol. 18, No. 3, 2-8.
- Irawan, C. D. (2019). Pembuatan Game Simulasi Kewirausahaan untuk Profesi Petani. *Jurnal Teknik Informatika* 14(1), 53-62.
- Jamila. (2020). KONSEP PROKRATINASI AKADEMIK MAHASISWA. *Jurnal EduTech* Vol. 6 No. 2, 257-258.
- Juniarti, F. &. (2021). Manajemen Waktu dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa di Masa Pembelajaran Dari Rumah Covid-19. *Jurnal Psikodidaktika*, 6(2), 2546–6500.
- Permana, B. (2019). GAMBARAN PROKRATINASI AKADEMIK SISWA. *Fokus*, Vol. 2, No. 3, 88-89.
- Purnamasari, A. N. (2020). Time Management untuk Mengurangi Keterlambatan. *Proceedings of the ICECRS*, 8.
- Ulfa Luthfiyanti, S. d. (2020). PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SIMULATION GAMES UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR SISWA KELAS XII SMA NEGERI 9 SEMARANG. *Pedagogik Jurnal Pendidikan*, Volume 15 Nomor 2, 27-35.