

**EFEKTIFITAS PENGGUNAAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR SISWA
DI SMA NEGERI 2 KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan(S.Pd.)
Pada Program Studi Bimbingan Konseling



OLEH :

SUCI ARIANTI
19.1.01.01.0020

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
TAHUN 2023

Skripsi oleh:

SUCI ARIANTI

NPM: 19.1.01.01.0020

Judul:

**EFEKTIFITAS PENGGUNAAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU BELAJAR DI SMA NEGERI
2 KEDIRI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Bimbingan dan
Konseling FKIP UN PGRI Kediri

Pada tanggal:

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua penguji : Galang Surya Gumilang, M.Pd.
2. Penguji I : Ikke Yuliani Dhian P., M.Pd.
3. Penguji II : Guruh Sukma Hanggara., M.Pd.

Dr. Mumun Nurmilawati, M.Pd.

NIDN. 0006096801

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Suci Arianti
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tgl. Lahir : Kediri, 11 April 2001
NPM : 19.1.01.01.0020
Fak/Jur./Prodi : FKIP/ S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN :

MOTTO

“Sebesar apapun ombaknya jangan sampai melompat dari kapal”.

Ku persembahkan karya ini :
Untuk keluarga yang saya
sayangi, terutama kedua
orangtua, terimakasih.

ABSTRAK

Suci Arianti Efektivitas Penggunaan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Belajar Di SMA Negeri 2 Kediri, Skripsi, Bimbingan dan Konseling, FKIP UN PGRI Kediri, 2023.

Kata Kunci: Sosiodrama, Manajemen Waktu Belajar .

Penelitian ini dilatarbelakangi hasil pengamatan peneliti, bahwa terdapat siswa di SMA Negeri 2 Kediri memiliki manajemen waktu belajar yang rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya siswa siswi yang memiliki nilai pelajaran yang rendah. Permasalahan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah adalah bagaimanakah efektifitas penggunaan teknik sosiodrama untuk meningkatkan manajemen waktu belajar di SMAN 2 KEDIRI.

Penelitian menggunakan metode kuasi eksperimen (*Quasi Experiment Methode*) ini terdiri atas dua kelompok yang telah ditentukan dengan memenuhi ciri-ciri yang sudah di tentukan. Dalam teknik tersebut memiliki kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen diberikan bimbingan kelompok teknik sosiodrama sedangkan kelompok kontrol diberikan teknik pada umumnya suatu diskusi.

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan menggunakan ciri-ciri yang sudah di tentukan. Sampel dalam penelitian ini sebanyak empat belas siswa sebagai kelompok eksperimen dan empat belas siswa sebagai kelompok kontrol. Teknik analisis yang digunakan adalah statistik deskriptif dan statistik inferensial yang meliputi statistik parametrik.

Kesimpulan hasil penelitian ini didasarkan pada uji *independen sampel t-test* menyatakan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan manajemen waktu belajar siswa. Uji *Independen Sampel Test* dengan nilai *Sig.2-tailed* $0,001 < 0,05$ diperoleh nilai *Post Test* kelompok eksperimen memperoleh nilai rata-rata yaitu sebesar 64,43, sedangkan nilai *Pos Test* kelompok kontrol memperoleh nilai rata-rata yaitu sebesar 82,21. Hasil penelitian ini sekaligus menjawab rumusan masalah bahwa nilai teknik analisis *thitung* 5,933 dengan *ttabel* pada taraf signifikan 5% sebesar 2,048 karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 di tolak H_a diterima. Maka layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan manajemen waktu belajar siswa di SMAN 2 Kediri. Berdasarkan hasil, pentingnya penelitian ini yaitu agar siswa mampu memanajemen waktu belajar dengan baik. Serta untuk Guru BK hendaknya dalam memberikan layanan kepada siswa menggunakan teknik yang bervariasi agar siswa antusias dalam mengikuti bimbingan kelompok dimana proses yang ingin dicapai bisa maksimal.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Kami panjatkan atas kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa karena hanya atas rahmat-Nya tugas skripsi ini dapat diselesaikan. Penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling.

Pada kesempatan ini saya ucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Dr. Mumun Nurmilawati, M.Pd selaku Dekan FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Galang Surya Gumilang, M.Pd selaku Kaprodi Prodi BK sekaligus dosen pembimbing 1 skripsi Prodi BK Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Guruh Sukma Hanggara, M.Pd selaku dosen pembimbing 2 skripsi Prodi BK Universitas Nusantara PGRI Kediri.
5. Ikke Yuliani Dhian P., M.Pd selaku dosen penguji 1 dan penguji ahli materi Prodi BK Universitas Nusantara PGRI Kediri.
6. Keluarga saya yang selalu memotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Serta pihak-pihak lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Disadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan maka saya mengharapkan kritik dan saran untuk penyempurnaan skripsi ini.

Kediri, 11 Juli 2023

SUCI ARIANTI

DAFTAR ISI

Halaman Judul	
Lembar Persetujuan	i
Lembar Pengesahan	ii
Lembar Pernyataan	iii
Motto dan Persembahan	iv
Abstrak	v
Kata Pengantar.....	vi
Daftar Isi.....	vii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Gambar	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah	3
E. Tujuan Penelitian	3
F. Kegunaan Penelitian.....	4
1. Segi Teoritis.....	4
2. Segi Praktis.....	4

BAB II KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS

A. Kajian Teori	5
1. Teknik Sociodrama	5
a. Pengertian Sociodrama	5
b. Tujuan Sociodrama.....	5
c. Proses Bimbingan Metode Sociodrama	6
d. Implementasi Pembelajaran Sociodrama.....	7
e. Kelebihan dan Kekurangan Teknik Sociodrama.....	9
2. Manajemen Waktu Belajar	9
a. Pengertian Waktu Belajar	9
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Manajemen Waktu	10

c. Aspek-aspek Manajemen Waktu Belajar	12
d. Strategi Manajemen Waktu Belajar Siswa	13
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	13
C. Kerangka Berpikir	18
D. Hipotesis	20

BAB III METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian	21
1. Identifikasi Variabel Penelitian	21
2. Definisi Operasional	22
B. Pendekatan dan Teknik Penelitian	23
1. Pendekatan Penelitian	23
2. Teknik Penelitian	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian	25
1. Tempat Penelitian	25
2. Waktu Penelitian	25
D. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel	27
E. Instrumen Penelitian	28
1. Pengembangan Instrumen	28
2. Validitas dan Reabilitas Instrumen	31
F. Teknik Pengumpulan Data	35
G. Teknik Analisis Data	36
1. Uji Deskriptif	36
2. Uji Prasyarat	36
a. Uji Normalitas	36
b. Uji Homogenitas	37
3. Uji T	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Variabel	39
1. Deskripsi Data Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama	39

2. Deskripsi Data Manajemen Waktu Belajar	41
B. Analisis Data	47
1. Prosedur Analisis Data	47
a. Uji Normalitas	49
b. Uji Homogenitas	50
2. Hasil Analisis Data	50
3. Interpretasi Hasil Analisis Data	51
C. Pengujian Hipotesis	52
D. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	58
B. Implikasi	58
C. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN-LAMPIRAN	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Rancangan Pretest dan Posttest	24
Tabel 3.2 Rencana Jadwal Kegiatan	25
Tabel 3.3 Tabel Populasi Siswa.....	26
Tabel 3.4 Tabel Rubik Permainan Sociodrama	28
Tabel 3.5 Total Uji Kelayakan	29
Tabel 3.6 Kisi-kisi Manajemen Waktu Belajar	30
Tabel 3.7 Uji Validitas	33
Tabel 3.8 Tingkat Nilai Reliabilitas Berdasarkan Nilai Alpha	35
Tabel 4.1 Kriteria Skala Manajemen Waktu Belajar	42
Tabel 4.2 Data Sebelum dan Sesudah Perlakuan Manajemen Waktu Belajar Kelas Eksperimen	43
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Manajemen Waktu Belajar Kelas Eksperimen	43
Tabel 4.4 Data Sebelum dan Sesudah Perlakuan Manajemen Waktu Kelas Kontrol.....	44
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Manajemen Waktu Belajar Kelas Kontrol.....	45
Tabel 4.6 Perbandingan Peningkatan Manajemen Waktu Belajar Kelas Eksperimen dengan Kelas Kontrol	46
Tabel 4.7 Uji Statistik Deskriptif.....	48
Tabel 4.8 Uji Normalitas.....	49
Tabel 4.9 Uji Homogenitas	50
Tabel 4.10 Uji Independen Sampel Test	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gambar Kerangka Berfikir	19
Gambar 4.1 Perbandingan Sebelum dan Sesudah Perlakuan Kelas Eksperimen Manajemen Waktu Belajar	44
Gambar 4.2 Perbandingan Sebelum dan Sesudah Perlakuan Kelas Kontrol Manajemen Waktu Belajar	46
Gambar 4.3 Grafik Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Manajemen Waktu Belajar	47

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Sanjaya (2013) sosiodrama adalah metode pembelajaran bermain peran untuk memecahkan masalah-masalah, permasalahan yang menyangkut hubungan antara manusia seperti masalah kenakalan remaja, narkoba, gambaran keluarga yang otoriter, dan lain sebagainya. Sosiodrama digunakan untuk memberikan pemahaman dan penghayatan akan masalah-masalahnya serta mengembangkan kemampuan siswa untuk memecahkannya. Proses pembelajaran merupakan yang di dalamnya terdapat kegiatan interaksi antara pendidik dan peserta didik dan komunikasi timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai suatu tujuan belajar. Dalam proses pembelajaran guru dan siswa merupakan dua komponen yang tidak dapat dipisahkan. Antara dua komponen tersebut harus terjalin interaksi yang saling menunjang agar hasil belajar siswa dapat tercapai secara optimal. Teknik sosiodrama ini bertujuan untuk mendidik dari pada menyembuhkan. Teknik sosiodrama adalah metode pengajaran dengan cara menunjukkan kepada siswa tentang suatu masalah, dengan cara menunjukkan kepada siswa masalah bimbingan hubungan sosial yang didramatisasi oleh siswa di bawah kepemimpinan guru.

Permasalahan yang terjadi di sekolah SMAN 2 Kediri ialah beberapa siswa masih kurang bisa memajemen waktu belajar, salah satu contohnya beberapa siswa saat pada jam pembelajaran siswa sibuk bermain game dengan begitu siswa belum bisa menejemen waktu belajar dengan baik sehingga permasalahan tersebut berdampak pada nilai mata pelajaran yang semakin menurun. Menurut Widyastuti (2004) Arti manajemen waktu yaitu kemampuan dalam memprioritaskan, menjadwalkan, dan menjalankan tanggung jawab individu demi kepuasan dari individu tersebut.

Sebagaimana yang perlu diketahui bahwa belajar yaitu peristiwa yang sangat kompleks dalam peristiwa tersebut terdapat beberapa faktor-

faktor yang saling mempengaruhi dan saling menunjang, faktor tersebut adalah diantaranya terdapat dua faktor yang pertama dari guru mata pelajaran dan yang kedua dari diri peserta didiknya sendiri. Jadi secara teori dapat dipastikan bahwa ketercapainya suatu tujuan, khususnya tujuan pembelajaran diantaranya terdapat dua faktor yaitu faktor eksternal dan internal. Jika metode pembelajaran yang ditetapkan oleh tenaga pendidik sudah mencapai standar tertentu berarti perlu ditanyakan atau perlu diteliti terhadap peserta didiknya itu sendiri.

Menejemen waktu belajar adalah penekanannya pada siswa, sebab dengan adanya aktivitas siswa dalam proses pembelajaran terciptalah situasi belajar yang aktif. Rochman Natawijaya (2005) dalam Depdiknas belajar aktif adalah suatu sistem belajar mengajar dengan menekankan keaktifan siswa secara fisik, mental intelektual dan emosional guna memperoleh pemahaman tersebut sehingga membentuk siswa bisa memanaajemen waktu belajarnya.

Penulis melakukan penelitian ini tujuannya adalah membantu peserta didik dalam meningkatkan menejemen waktu belajar. Peneliti melakukan penelitian ini melalui layanan bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mempermudah suatu layanan serta mempererat hubungan kekeluargaan antar peserta didik sehingga dapat memotivasi satu sama lain untuk meningkatkan menejmen waktu belajar peserta didik disekolah. Untuk itu diperlukan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam rangka mencapai tujuan yang optimal dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sangat menentukan keefektifan layanan kelompok dengan suasana kelompok yang:(1) Interaksi yang dinamis; (2) Ketertarikan emosional; (3) Penerimaan; (4) Altruistik, mengutamakan kepedulian terhadap orang lain; (5) Intelektual(rasional, cerdas dan kreatif) Menambah ilmu dan wawasan individu serta dapat menumbuhkan ide-ide cemerlang; (6) Katarsis (mengemukakan unug-unegnya, idenya dan gagasannya). Menyatakan emosinya yang lebih mengarah pada pengungkapan permasalahan yang dipendam; (7) Empati

(suasana yang saling memahami tentang apa yang dipikirkan dan sehingga dapat menyesuaikan sikapnya dengan tepat). Hal ini diciptakan melalui pentahapan dan kemampuan pemimpin kelompok agar siswa lebih meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya, bisa mengetahui bagaimana cara menyelesaikan masalah yang di hadapi dan memiliki solusi atas masalah tersebut, dan meningkatkan kepedulian dan kekompakan dengan teman sebayanya maupun lingkungannya, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang lebih mendalam tentang masalah tersebut.

B. Identifikasi Masalah

1. Peserta didik yang kurang bisa memajemen waktu belajar yang dirasakan oleh guru bimbingan dan konseling
2. Peserta didik yang masih bermalas-malasan dalam belajar sehingga kurangnya tanggung jawab dalam mengerjakan tugas sekolah

C. Pembatasan Masalah

Peneliti membatasi masalah hanya mencakup metode sosiodrama untuk meningkatkan manajemen waktu belajar di SMAN 2 Kediri, sehingga di harapkan siswa siswi yang kurang dalam memajemen waktu mampu mengatasi permasalahan tersebut.

D. Rumusan Masalah

Bagaimanakah efektifitas penggunaan teknik sosiodrama untuk meningkatkan manajemen waktu belajar di SMAN 2 KEDIRI ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penggunaan teknik sosiodrama untuk meningkatkan manajemen waktu belajar di SMAN 2 KEDIRI

F. Kegunaan Penelitian

1. Segi Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi bagi pembaca terutama guru khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling dan dapat dikaji lebih lanjut untuk penelitian lanjutan mengenai penggunaan teknik sosiodrama untuk meningkatkan manajemen waktu belajar

2. Segi Praktis

a. Manfaat bagi sekolah

Penelitian ini dapat digunakan untuk bahan pertimbangan dalam pemberian layanan BK dengan menggunakan model pembelajaran sosiodrama untuk meningkatkan manajemen waktu belajar

b. Manfaat bagi guru BK

Manfaat penelitian ini bagi guru BK adalah sebagai masukan mengenai layanan BK dalam meningkatkan manajemen waktu belajar siswa dengan menggunakan teknik sosiodrama.

c. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini di gunakan untuk menerapkan teori dan pengetahuan yang di peroleh peneliti sehingga dilakukannya penelitian ini serta menambah wawasan dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Natawijaya,Rochman. 2005.Aktivitas Belajar. Jakarta: Depdiknas
- Sanjaya, Wina. 2013. Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan. Jakarta: Kencana
- Widyastuti.2004. “Manajemen Waktu Menurut Para Ahli”.
Personality.blogspot.com. diunduh pada tanggal 9 desember 2012. Pukul 11.30 wib.