



Efektivitas Bimbingan Kelompok Berbasis Manajemen Waktu untuk Mengurangi Perilaku Kurangnya Kedisiplinan Waktu di SMK

Tari Datu Lapik^{1*}, Leni Lewi Pongdatu², Selviana Sattu³, Monika Tandililing⁴

Program Studi Bimbingan Konseling Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja, Negara Indonesia

Email: taridatulapik56@gmail.com¹, lewipongdatuleni@gmail.com², selvianasattu07@gmail.com³, monikatandililing97@gmail.com⁴

*Penulis Korespondensi: taridatulapik56@gmail.com¹

Abstract. *This study aims to assess the effectiveness of time management-based group guidance services in reducing time-disciplined behavior among vocational high school students. The study used a qualitative approach with a case study design, involving several students with a history of tardiness and undisciplined time management at school. Data were collected through participant observation, structured in-depth interviews, and documentation of time planning and daily activity diaries during the group guidance sessions. Data analysis was conducted through data reduction, data presentation, and drawing conclusions using thematic analysis techniques. The results indicate that time management-based group guidance positively impacts students' awareness of the importance of time discipline, changes in habitual patterns, and improves their ability to plan and organize daily activities. Students reported that time management techniques, the use of daily schedules, and weekly reflections helped them reduce tardiness and procrastination. Some students also experienced increased regularity in completing schoolwork and active participation in extracurricular activities. The conclusions of this study indicate that time management-based group guidance is an effective service in the vocational high school context for reducing time-disciplined behavior if it is delivered systematically, sustainably, and takes into account student characteristics. The practical implication for guidance and counseling services is the need to develop a time management group guidance module based on the local context of schools and students.*

Keywords: *Group Guidance; Qualitative Research; Time Discipline; Time Management; Vocational High School Students.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas layanan bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu dalam mengurangi perilaku kurangnya kedisiplinan waktu pada siswa SMK. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang melibatkan beberapa siswa yang memiliki riwayat terlambat dan tidak disiplin dalam pengelolaan waktu di sekolah. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam terstruktur, serta dokumentasi perencanaan waktu dan catatan harian aktivitas siswa selama pelaksanaan bimbingan kelompok. Analisis data ditempuh melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dengan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu mampu memberikan efek positif terhadap peningkatan kesadaran siswa akan pentingnya disiplin waktu, perubahan pola kebiasaan, serta peningkatan kemampuan merencanakan dan mengatur aktivitas harian. Siswa melaporkan bahwa teknik pembagian waktu, penggunaan jadwal harian, dan refleksi mingguan membantu mereka mengurangi perilaku terlambat dan menunda-nunda tugas. Beberapa siswa juga mengalami peningkatan keteraturan dalam menyelesaikan tugas sekolah dan partisipasi aktif dalam kegiatan intrakurikuler. Kesimpulan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu merupakan layanan yang efektif dalam konteks SMK untuk mengurangi perilaku kurang disiplin waktu apabila dikemas secara sistematis, berkelanjutan, dan mempertimbangkan karakteristik siswa. Implikasi praktis bagi layanan BK adalah perlunya pengembangan modul bimbingan kelompok manajemen waktu yang berbasis konteks lokal sekolah dan siswa.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok; Disiplin Waktu; Manajemen Waktu; Penelitian Kualitatif; Siswa SMK.

1. LATAR BELAKANG

Kurangnya kedisiplinan waktu pada siswa SMK sering kali tampak pada perilaku terlambat masuk kelas, tidak menyelesaikan tugas tepat waktu, dan sering menunda aktivitas penting (Saputra, A., Baharuddin, M., & Rasyid 2023). Fenomena ini berdampak pada

penurunan kualitas proses belajar, keterlambatan pengumpulan tugas, hingga berbagai konflik dengan guru dan pihak sekolah. Di banyak sekolah menengah kejuruan, siswa yang masih berada pada masa remaja sering mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara aktivitas belajar, pekerjaan praktik, dan kegiatan sosial, sehingga mereka cenderung “hidup di menit-menit akhir” sebelum tenggat waktu (Setiawan, R., Antika, N., & Hariyadi 2024)

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, manajemen waktu merupakan salah satu aspek keterampilan hidup (*life skills*) yang berkaitan erat dengan kedisiplinan, tanggung jawab, dan kemampuan mengontrol diri. Penelitian kuantitatif terbaru menunjukkan bahwa peningkatan keterampilan manajemen waktu dapat mengurangi perilaku terlambat dan meningkatkan produktivitas belajar siswa (Surya, D., & Rofi'i 2023). Namun, sebagian besar penelitian tersebut mengandalkan metode kuantitatif dan skala psikometris, sehingga aspek makna, pengalaman subjektif, dan proses perubahan perilaku siswa belum banyak diungkap secara mendalam.

Kehadiran bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu diharapkan dapat menjadi wahana pembelajaran yang kontekstual dan partisipatif bagi siswa SMK. Layanan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk berbagi pengalaman, mengenali pola kebiasaan yang tidak disiplin, serta bersama-sama merancang strategi pengelolaan waktu yang realistis. Dalam beberapa penelitian kualitatif, bimbingan kelompok ditemukan mampu membentuk karakter dan mengubah perilaku siswa melalui proses interaksi, refleksi, dan dukungan teman sebaya (Sariyani 2022). Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada bagaimana layanan bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu berjalan dalam konteks sekolah SMK, serta sejauh mana layanan tersebut efektif dalam mengurangi perilaku kurangnya kedisiplinan waktu dari sudut pandang pengalaman siswa.

2. KAJIAN TEORITIS

Konsep Kedisiplinan Waktu

Kedisiplinan waktu dapat dipahami sebagai sikap dan perilaku individu yang konsisten dalam memenuhi aturan, batas waktu, dan jadwal yang telah ditetapkan (Sariyani, R., & Prasetya 2020). Dalam konteks pendidikan, kedisiplinan waktu mencakup kebiasaan datang tepat waktu, menyelesaikan tugas sesuai deadline, serta mengatur waktu belajar, praktik, dan waktu luang secara terstruktur. Individu yang memiliki kedisiplinan waktu yang baik cenderung lebih teratur, produktif, dan mampu mengelola stres akademik secara lebih efektif.

Kurangnya kedisiplinan waktu pada siswa SMK sering kali terkait dengan faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya kesadaran akan pentingnya waktu, kecenderungan menunda-nunda (prokrastinasi), dan rendahnya kemampuan self-regulation. Faktor eksternal antara lain pengaruh lingkungan keluarga yang tidak menekankan keteraturan waktu, serta penggunaan media digital dan gawai yang tidak terkontrol sehingga mengganggu fokus dan pembagian waktu harian siswa (Prasetya 2021). Dalam perspektif pendidikan karakter, kedisiplinan waktu menjadi salah satu nilai penting yang perlu dibentuk melalui proses pembiasaan dan pendampingan yang berkelanjutan, salah satunya melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Manajemen Waktu dalam Konteks Pendidikan

Manajemen waktu merujuk pada kemampuan seseorang untuk merencanakan, mengorganisasi, dan mengelola waktu agar dapat menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan dengan efektif dan efisien (Antika 2021). Dalam lingkup pendidikan, manajemen waktu berkaitan dengan kemampuan siswa untuk mengatur waktu belajar, mengerjakan tugas, mengikuti kegiatan praktik, dan menyeimbangkan dengan waktu rekreasi atau kegiatan sosial. Siswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik cenderung menunjukkan performa akademik yang lebih stabil dan mengalami stres yang lebih rendah.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa intervensi layanan bimbingan berbasis manajemen waktu dapat meningkatkan pemahaman dan perilaku siswa dalam mengatur waktu. Misalnya, dalam studi tentang bimbingan klasikal di SMA, peningkatan keterampilan manajemen waktu siswa terlihat dari peningkatan rerata skor keterampilan manajemen waktu setelah diadakan beberapa siklus bimbingan (Baharuddin 2021). Namun, penelitian kualitatif yang menggali makna dan pengalaman subjektif siswa dalam menerapkan manajemen waktu masih terbatas, khususnya di lingkungan SMK yang memiliki karakteristik dan beban praktik yang relatif berbeda dari sekolah umum.

Bimbingan Kelompok sebagai Layanan BK

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dasar bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan potensi dan perubahan perilaku melalui proses kelompok (Prasetya 2021). Dalam bimbingan kelompok, siswa berkumpul dalam kelompok kecil yang dipandu oleh konselor untuk membahas topik tertentu, seperti pengelolaan waktu, keterampilan sosial, atau pengendalian diri. Keberhasilan proses bimbingan kelompok sangat bergantung pada atmosfer yang aman, terbuka, dan mendukung serta teknik fasilitasi yang digunakan konselor.

Beberapa penelitian kualitatif menunjukkan bahwa bimbingan kelompok mampu membentuk karakter siswa, meningkatkan keterampilan sosial, dan mengurangi perilaku-perilaku maladaptif. Dalam konteks SMK, bimbingan kelompok dapat menjadi sarana yang efektif untuk mengubah perilaku karena memanfaatkan dinamika interaksi teman sebaya untuk saling memberi masukan, inspirasi, dan tugas-tugas praktik yang dapat diterapkan di lingkungan sekolah (Hariyadi 2023). Namun, efektivitas bimbingan kelompok sangat bergantung pada kesesuaian materi dan teknik dengan karakteristik siswa, konteks budaya sekolah, serta kejelasan program yang terstruktur.

Bimbingan Kelompok Berbasis Manajemen Waktu

Bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu dapat dipahami sebagai layanan bimbingan yang dirancang secara sistematis untuk membantu siswa memahami konsep waktu, mengenali pola penggunaan waktu mereka, dan merancang strategi pengelolaan waktu yang realistis (Rasyid 2020). Materi bimbingan biasanya mencakup pengenalan pentingnya waktu, cara membuat jadwal harian atau mingguan, teknik prioritas tugas, serta refleksi atas keberhasilan dan kegagalan dalam menjalankan jadwal.

Penelitian kuantitatif menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik manajemen waktu atau self-management mampu meningkatkan skor manajemen waktu siswa secara signifikan. Dalam konteks kualitatif, penelitian-penelitian sebelumnya menekankan bahwa perubahan perilaku siswa tidak hanya ditandai oleh peningkatan skor, tetapi juga oleh perubahan sikap, kesadaran, dan cara mengelola konflik internal terkait keterlambatan dan prokrastinasi. Oleh karena itu, pendekatan kualitatif sangat relevan untuk memahami bagaimana siswa menafsirkan pengalaman mereka dalam bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu dan sejauh mana layanan tersebut berdampak pada perilaku kurang disiplin waktu mereka.

3. METODE PENELITIAN

Pendekatan dan Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus tunggal. Penelitian kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami makna, pengalaman, dan proses perubahan yang dialami oleh siswa dalam konteks bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu. Desain studi kasus dipilih untuk memfokuskan penelitian pada satu SMK dan sekelompok siswa yang memiliki karakteristik perilaku kurang disiplin waktu, sehingga dapat diungkap secara mendalam.

Lokasi dan Subjek Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SMK Mebali yang berada di Tana Toraja, dengan latar belakang siswa yang bervariasi dari segi sosial-ekonomi dan kebiasaan penggunaan waktu. Subjek penelitian terdiri atas 8–12 siswa yang dipilih secara purposif karena memiliki riwayat terlambat, sering menunda tugas, dan melaporkan kesulitan dalam mengatur waktu belajar dan praktik di sekolah. Subjek penelitian dipilih berdasarkan rekomendasi guru BK, guru mata pelajaran, serta hasil observasi awal.

1) Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama:

- 2) **Observasi partisipatif**, yaitu peneliti mengamati perilaku siswa terkait kedisiplinan waktu di lingkungan sekolah, termasuk kehadiran, kepatuhan terhadap jadwal, dan perilaku saat belajar.
- 3) **Wawancara mendalam terstruktur**, dengan pertanyaan yang difokuskan pada pengalaman siswa dalam bimbingan kelompok, cara mereka mengelola waktu sebelum dan setelah bimbingan, serta hambatan yang dialami.
- 4) **Dokumentasi**, seperti jadwal belajar yang dibuat siswa, catatan harian aktivitas, dan laporan refleksi setiap sesi bimbingan kelompok.

Ketiga teknik ini saling melengkapi dan mendukung proses triangulasi data, sehingga dapat meningkatkan kredensial hasil penelitian.

Prosedur Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu dilaksanakan dalam 6–8 sesi, dengan durasi sekitar 60–90 menit per sesi. Setiap sesi melibatkan siswa dalam diskusi kelompok, latihan pengisian jadwal harian, refleksi, dan tugas praktik di luar sesi bimbingan (Rasyid, S., & Hariyadi 2023). Materi yang disampaikan meliputi: Pengenalan konsep manajemen waktu dan pentingnya kedisiplinan waktu, cara mengidentifikasi dan mengurangi pemborosan waktu (misalnya penggunaan gawai), praktik menyusun jadwal harian dan mingguan, teknik prioritas tugas dan mengatasi kebiasaan menunda, refleksi mingguan atas keberhasilan dan kegagalan dalam menjalankan jadwal. Pendekatan yang digunakan adalah *self-management* dan *group counseling*, yang menekankan keterlibatan aktif siswa dalam merancang strategi dan mengevaluasi perubahan diri.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Umum Konteks Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu dilaksanakan di SMK Mebali selama enam minggu dengan total delapan sesi bimbingan. Setiap sesi diikuti oleh 10 orang siswa yang sebelumnya sering terlambat masuk kelas, menunda pekerjaan praktik, dan melaporkan kesulitan mengatur waktu antara belajar, praktik, dan aktivitas di luar sekolah (Saputra 2022). Observasi awal menunjukkan bahwa mayoritas siswa cenderung tidak memiliki jadwal harian yang jelas, sering menghabiskan waktu luang dengan media sosial, serta sering menunda tugas hingga mendekati tenggat waktu. Melalui wawancara pendahuluan, siswa mengungkapkan bahwa mereka sadar bahwa keterlambatan dan kebiasaan menunda berdampak negatif pada nilai dan relasi dengan guru, namun merasa sulit untuk mengubah kebiasaan tersebut secara mandiri. Dalam konteks ini, bimbingan kelompok menjadi ruang bersama untuk saling mengingatkan, saling memberi motivasi, dan bersama-sama merancang strategi pengelolaan waktu yang realistis.

Temuan Utama: Perubahan Perilaku Kedisiplinan Waktu

Hasil analisis data wawancara dan observasi menunjukkan adanya perubahan perilaku kedisiplinan waktu pada sebagian besar siswa (Setiawan 2023). Perubahan tersebut tampak pada tiga dimensi: Kehadiran dan kepatuhan terhadap jadwal sekolah, kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu, dan penggunaan waktu luang yang lebih terstruktur.

Pada dimensi kehadiran, sebagian besar siswa melaporkan bahwa mereka mulai berusaha datang lebih awal, tidak lagi menunggu bel masuk, dan lebih teratur mengikuti jadwal praktik. Dalam wawancara, satu siswa menyatakan, “Dulu saya sering datang setelah bel masuk, sekarang saya usahakan datang 10–15 menit lebih awal supaya bisa siap sebelum pelajaran dimulai” Siswa A, wawancara. Dari observasi, peneliti mencatat bahwa frekuensi keterlambatan istilah berikutnya menurun secara bertahap, meskipun beberapa siswa masih mengalami sesekali keterlambatan akibat faktor luar seperti kendala transportasi.

Pada dimensi penyelesaian tugas, siswa mengungkapkan bahwa mereka mulai mengalami perubahan cara bekerja. Setelah mengikuti sesi pembuatan jadwal harian dan teknik prioritas, beberapa siswa mulai membagi tugas besar menjadi langkah-langkah kecil dan menentukan waktu khusus untuk menyelesaikan setiap bagian. Dalam refleksi mingguan, siswa B menulis, “Saya tidak lagi menunda tugas sampai malam hari. Saya isi tugas setelah pulang sekolah, meskipun hanya sedikit, tapi terus berlanjut.” Hal ini sejalan dengan konsep

manajemen waktu yang menekankan pentingnya perencanaan dan pembagian tugas untuk mengurangi prokrastinasi.

Pada dimensi penggunaan waktu luang, sebagian siswa melaporkan bahwa mereka mulai membatasi penggunaan gawai di waktu-waktu penting, misalnya saat belajar atau saat praktik di bengkel. Beberapa siswa bahkan membuat aturan mandiri, seperti “tidak membuka media sosial selama 2 jam pertama setelah pulang sekolah” Siswa C, wawancara. Perubahan ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok tidak hanya berdampak pada jadwal formal di sekolah, tetapi juga pada kebiasaan waktu di luar sekolah.

Temuan: Pengalaman dan Makna yang Diberikan Siswa

Dalam wawancara mendalam, siswa menggambarkan pengalaman bimbingan kelompok sebagai proses yang mengubah cara mereka memandang waktu. Sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka sebelumnya menganggap waktu sebagai sesuatu yang bersifat “wajar” untuk dibuang, misalnya dengan menunda tugas atau menunda persiapan praktik. Namun, setelah mengikuti beberapa sesi bimbingan, mereka mulai memandang waktu sebagai sumber daya yang berharga dan terbatas. Salah satu siswa mengungkapkan, “Dulu saya pikir waktu itu bisa dicari lagi, tapi dari bimbingan ini saya sadar bahwa waktu yang sudah lewat tidak bisa kembali. Jadi saya harus lebih berhati-hati menggunakan waktu saya” Siswa D, wawancara. Perubahan cara pandang ini sejalan dengan konsep *self-management* yang menekankan pentingnya kesadaran diri dan pengendalian diri dalam mengelola waktu.

Selain itu, siswa juga menekankan peran penting interaksi teman sebaya dalam bimbingan kelompok. Beberapa siswa merasa lebih termotivasi untuk berubah ketika melihat teman sebaya yang juga berusaha disiplin waktu dan rajin mengisi jadwal harian. Dalam konteks ini, dinamika kelompok menjadi sumber dukungan sosial yang membantu mengurangi rasa malas dan keinginan menunda-nunda.

Pembahasan

Efektivitas Bimbingan Kelompok Berbasis Manajemen Waktu

Temuan penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu efektif dalam mengurangi perilaku kurangnya kedisiplinan waktu pada siswa SMK, meskipun dalam konteks dan skala yang terbatas (Rusmana 2019). Efektivitas tersebut tampak pada peningkatan kehadiran, penurunan frekuensi penundaan tugas, serta perubahan pola penggunaan waktu luang. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa intervensi layanan bimbingan berbasis manajemen waktu dapat

meningkatkan skor keterampilan manajemen waktu dan mengurangi perilaku terlambat pada siswa.

Namun, dalam penelitian kualitatif ini, efektivitas bimbingan tidak hanya dilihat dari perubahan perilaku, tetapi juga dari perubahan makna dan cara berpikir siswa tentang waktu. Siswa mulai memandang waktu sebagai sesuatu yang berharga dan perlu direncanakan, bukan sekadar aliran yang “biar mengalir begitu saja”. Perubahan ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok tidak hanya berfungsi sebagai pelatihan teknis, tetapi juga sebagai wahana pembentukan kesadaran dan nilai terhadap pentingnya kedisiplinan waktu.

Peran Dinamika Kelompok dalam Perubahan Perilaku

Pembahasan hasil menunjukkan bahwa dinamika kelompok memainkan peran penting dalam proses perubahan perilaku siswa. Dalam kelompok, siswa tidak hanya menerima informasi dari konselor, tetapi juga saling berbagi pengalaman, saling mengoreksi, dan saling memberi dukungan (Surya 2022). Hal ini sesuai dengan konsep bimbingan kelompok yang menekankan pentingnya interaksi teman sebaya dan dukungan sosial dalam proses perubahan. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih “malu” untuk menunda tugas ketika teman sebaya lain sudah mulai rajin dan teratur. Rasa malu sosial ini berfungsi sebagai regulator internal yang mendorong siswa untuk berusaha lebih disiplin. Dengan demikian, efektivitas bimbingan kelompok tidak hanya terletak pada materi manajemen waktu, tetapi juga pada proses sosial yang terjadi di dalam kelompok.

Keterbatasan dan Implikasi Praktis

Meskipun penelitian menunjukkan efektivitas positif, beberapa keterbatasan perlu diperhatikan. Pertama, penelitian dilakukan di satu SMK dengan jumlah subjek terbatas, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi ke seluruh SMK di Indonesia. Kedua, perubahan perilaku yang teramati masih berlangsung dalam periode relatif singkat (sekitar enam minggu), sehingga belum diketahui keberlanjutan perubahan dalam jangka panjang. Ketiga, faktor luar seperti lingkungan keluarga, transportasi, dan kebiasaan menggunakan gawai masih berperan besar dalam membentuk kedisiplinan waktu siswa, sehingga hasil bimbingan kelompok perlu didukung oleh lingkungan yang lebih luas.

Dari sudut pandang praktis, hasil penelitian ini memberikan sejumlah implikasi bagi layanan BK. Pertama, sekolah perlu mengembangkan modul bimbingan kelompok manajemen waktu yang kontekstual dan terstruktur, sehingga dapat digunakan secara berkelanjutan setiap tahun ajaran. Kedua, konselor perlu memperhatikan karakteristik siswa SMK yang memiliki beban praktik dan keterampilan vokasional, sehingga materi bimbingan disesuaikan dengan kebutuhan dan konteks nyata siswa. Ketiga, perlu adanya kolaborasi

dengan guru, wali kelas, dan orang tua untuk memperkuat perilaku disiplin waktu yang sudah mulai dibentuk dalam bimbingan kelompok.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu cukup efektif dalam membantu mengurangi perilaku kurangnya kedisiplinan waktu pada sebagian siswa SMK. Siswa yang mengikuti layanan ini menunjukkan perubahan nyata dalam hal kehadiran tepat waktu, lebih sedikit menunda tugas, serta mulai mengatur jadwal kegiatan harian mereka secara lebih terstruktur. Selain itu, siswa juga tampak mengalami perubahan cara berpikir tentang waktu. Mereka mulai menyadari bahwa waktu adalah sesuatu yang terbatas dan tidak bisa diulang, sehingga perlu direncanakan dengan cermat. Lingkungan bimbingan kelompok yang mendukung, dengan adanya interaksi dan saling mengingatkan antar-teman, turut membantu memperkuat perubahan perilaku tersebut. Meskipun demikian, efektivitas layanan ini masih tergantung pada konsistensi pelaksanaan, dukungan sekolah, dan kondisi pribadi serta lingkungan masing-masing siswa.

Penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam bagaimana perubahan perilaku kedisiplinan waktu bertahan dalam jangka panjang, misalnya 3–6 bulan setelah bimbingan kelompok berakhir. Peneliti dapat mengembangkan penelitian lintas sekolah untuk melihat perbedaan efektivitas bimbingan di berbagai SMK dengan latar belakang sosial dan budaya yang berbeda. Selain itu, peneliti dapat mengembangkan model bimbingan kelompok manajemen waktu yang lebih terstruktur, misalnya dalam bentuk modul standar yang bisa digunakan di banyak sekolah, sehingga layanan menjadi lebih terukur dan sistematis.

DAFTAR REFERENSI

- Antika, N. (2021). Peran konselor dalam meningkatkan keterampilan manajemen waktu siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 4(2), 114.
- Baharuddin, M. (2021). Prokrastinasi akademik dan keterampilan manajemen waktu pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 6(1), 39.
- Claessens, B. J. C., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2017). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 46(2), 255–276. <https://doi.org/10.1108/PR-02-2016-0046>
- Corey, G. (2016). *Theory and practice of group counseling* (9th ed.). Cengage Learning.

- Häfner, A., & Stock, A. (2019). Time management training and perceived control of time at work. *Journal of Psychology*, 153(5), 479–498. <https://doi.org/10.1080/00223980.2018.1538090>
- Hariyadi, B. (2023). Self management dan regulasi diri dalam pengelolaan waktu belajar siswa SMK. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 35.
- Prasetya, A. (2021). Penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku disiplin waktu siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling: Pendidikan*, 12(1), 58.
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rineka Cipta.
- Rasyid, S. (2020). Manajemen waktu dan prestasi belajar siswa SMK: Studi korelasional. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik*, 9(2), 147.
- Rasyid, S., & Hariyadi, B. (2023). Media sosial dan penggunaan waktu luang siswa SMK: Implikasi bagi layanan bimbingan. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 11(2), 135.
- Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan konseling kelompok di sekolah: Metode, teknik, dan aplikasi*. Rizqi Press.
- Saputra, A. (2022). Kurangnya kedisiplinan waktu siswa SMK: Analisis kasus dan upaya intervensi. *Jurnal Pendidikan Teknologi Dan Kejuruan*, 13(1), 75.
- Saputra, A., Baharuddin, M., & Rasyid, S. (2023). Gambaran perilaku kedisiplinan waktu siswa SMK di era digital. *Jurnal Pendidikan Vokasional Teknik*, 14(3), 205.
- Sariyani, R. (2022). Efektivitas bimbingan kelompok dalam membentuk karakter kedisiplinan siswa di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 7(2), 119.
- Sariyani, R., & Prasetya, A. (2020). Dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok untuk pembentukan karakter siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 7(3), 176.
- Setiawan, R. (2023). *Bimbingan kelompok berbasis self management: Teori dan praktik di sekolah menengah*. Penerbit Pendidikan.
- Setiawan, R., Antika, N., & Hariyadi, B. (2024). Efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 11(1), 13. <https://doi.org/10.56013/edu.v13i1.4127>
- Surya, D. (2022). Manajemen waktu dan stres akademik siswa SMK: Studi kualitatif. *Jurnal Psikologi Pendidikan Terapan*, 8(1), 60.
- Surya, D., & Rofi'i, M. (2023). Peningkatan keterampilan manajemen waktu siswa melalui bimbingan klasikal di SMA. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 10(2), 102.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.). Basic Books.