

**KESULITAN SISWA DALAM MENGATUR WAKTU
BELAJAR
(Studi Deskriptif Terhadap Siswa SMP Negeri 3 Pariaman)**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Pendidikan Strata Satu (S1)*



**OLEH :
LENI ANDIKA SARI
72335/2006**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**JUDUL : KESULITAN SISWA DALAM MENGATUR WAKTU
BELAJAR
(Studi Deskriptif terhadap Siswa SMP N 3 Pariaman)**

NAMA : LENI ANDIKA SARI

NIM/BP : 72335/2006

JUEUSAN : BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS : ILMU PENDIDIKAN

Padang, Januari 2011

Disetujui oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Akhyar Hasibuan, M.Pd., Kons.

NIP. 19450910 197106 1 001

Drs. Azrul Said., Kons.

NIP.19540925 198110 1 001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

KESULITAN SISWA DALAM MENGATUR WAKTU BELAJAR

Nama : Leni Andika Sari
NIM/BP : 72335/2006
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2011

Tim Penguji	Nama	Tanda Tangan
Ketua	Drs. H. Akhyar Hasibuan, M.Pd., Kons	-----
Sekretaris	Drs. Azrul Said, Kons	-----
Anggota	Dra. Hj. Zikra , M.Pd., Kons	-----
Anggota	Dra. Marwisni Hasan, M.Pd., Kons	-----
Anggota	Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons	-----

ABSTRAK

JUDUL : Kesulitan Siswa dalam Mengatur Waktu Belajar (Studi Deskriptif terhadap Siswa SMP N 3 Pariaman)
Penulis : Leni Andika Sari
Pembimbing : 1. Drs. Akhyar Hasibuan, M.Pd, Kons
2. Drs. Azrul Said, Kons

Untuk mengatur dan memanfaatkan waktu, setiap orang memperhatikan kemampuan dan kesanggupannya, dengan tidak merugikan orang lain. Sering kali ditemui bahwa banyak siswa yang masih belum dapat mengatur waktu dengan cara efisien sehingga mereka mengalami kesulitan dalam mengatur jadwal yang tentunya sangat penuh dengan aktivitas kegiatan belajar, belum memiliki jadwal pelajaran sendiri di rumah, baik jadwal harian ataupun jadwal mingguan terlihat dari siswa yang tidak membawa buku catatan dan tugas sesuai dengan jadwal pelajaran pada hari tersebut, suka menunda-nunda waktu untuk belajar dan menunda mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru, dengan alasan waktu mengumpulkan masih lama dan mereka malas untuk mengerjakannya sehingga mereka sering mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah. Selain itu siswa banyak menghabiskan waktunya untuk melakukan hal yang kurang berarti, seperti berkumpul dan ngobrol dengan teman-teman tanpa tujuan yang jelas dan tidak ada manfaat, sehingga waktu yang ada tidak digunakan untuk belajar dan membuat pekerjaan rumah (PR) yang diberikan oleh gurunya. Jadwal belajar yang telah dibuat bukanlah sekedar rencana saja namun betul-betul dijalankan dengan sebaik-baiknya. Masalah yang muncul dalam mengatur waktu adalah setiap hari kita memiliki kegiatan dan sulit untuk dikontrol, maka masalah akan muncul.

Penelitian ini bertujuan mengungkapkan dan mendeskripsikan kesulitan siswa dalam hal mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam belajar, menentukan kegiatan dari pelajaran yang prioritas, membuat jadwal kegiatan belajar, menggunakan waktu luang yang efektif dalam belajar, dan mengganti waktu belajar.

Metode penelitian ini adalah metode deskriptif, instrumen penelitian ini adalah angket, dengan populasi 653 orang siswa, sampel penelitian ini adalah 38 orang siswa kelas VII.2, 35 orang siswa kelas VIII.2, 34 orang siswa kelas IX.1, dan data diolah dengan teknik persentase.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dari 100 orang siswa 71% siswa mengalami kesulitan mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam belajar, 60% siswa mengalami kesulitan menentukan kegiatan dari pelajaran yang di prioritas, 66% siswa mengalami kesulitan membuat jadwal kegiatan belajar, dan 75% siswa mengalami kesulitan dalam menggunakan waktu luang yang efektif, serta 51% siswa mengalami kesulitan dalam mengganti waktu belajar.

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan siswa mampu dalam mengatur waktu belajar secara efektif dan efisien. Oleh karena itu diharapkan kerjasama antara guru dan orang tua dalam rangka membantu mengatasi kesulitan yang ditemui siswa dalam mengatur waktu belajar.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas Kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini dengan judul "Kesulitan Siswa dalam Mengatur Waktu Belajar".

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penulisan ini terlaksana berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik berupa moril maupun materil. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ucapkan terima kasih yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons. Selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons. Selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling.
3. Bapak Drs. H. Akhyar Hasibuan, M.Pd., Kons. Selaku Pembimbing I, yang telah banyak membimbing penulis, meluangkan waktu serta memotivasi penulis dalam menyusun skripsi ini hingga selesai.
4. Bapak Drs. Azrul Said, Kons. Selaku Pembimbing II, yang telah membimbing penulis, meluangkan waktu serta memotivasi penulis dalam menyusun skripsi ini hingga selesai.
5. Ibu Dra. Hj. Zikra, M.Pd., Kons, Ibu Dra Marwisni Hasan, M.Pd., Kons dan Bapak Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons selaku tim penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukkan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

6. Bapak Syafruddin, S.Pd, MM selaku kepala sekolah SMP N 3 Pariaman yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Nurdiana Agriana, S.Pd., Kons yang telah meluangkan waktu, membantu dan memberikan keterangan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
8. Ibu dan Bapak guru SMP N 3 Pariaman yang telah meluangkan waktu, dan memberikan keterangan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
9. Ibunda dan Ayahanda tercinta yang telah memberikan dorongan, semangat dan bantuan baik berupa moril maupun materil demi selesainya pendidikan Putrimu ini.
10. Rekan-rekan angkatan 2006 yang telah memberikan motivasi, masukan yang berharga dalam penulisan skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang diberikan dibalas oleh Allah SWT. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri, sekolah tempat penelitian dan jurusan Bimbingan dan Konseling serta para pembaca pada umumnya.

Penulis telah berupaya dengan maksimal untuk menyelesaikan skripsi ini, namun penulis menyadari baik isi maupun penulisan masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu kepada para pembaca, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun demi perbaikan dimasa yang akan datang.

Padang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
HALAMAN PERSEMBAHAN	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Pertanyaan Penelitian.....	7
E. Asumsi.....	7
F. Tujuan Penelitian.....	7
G. Manfaat Penelitian.....	8
H. Penjelasan Istilah.....	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. Konsep Belajar	10
1. Pengertian Belajar.....	10
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar.....	12
3. Prinsip-prinsip Belajar.....	16
B. Keterampilan Mengatur Waktu Belajar.....	20
1. Manajemen Waktu Belajar	26
2. Langkah-langkah Manajemen Waktu Belajar.....	26

3. Manfaat Mengatur Waktu	29
4. Pengaturan Waktu Belajar di sekolah, di rumah, dan Belajar Kelompok	30
C. Kerangka Konseptual.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel.....	33
C. Jenis dan Sumber Data.....	36
D. Alat Pengumpul Data.....	37
E. Prosedur Pengumpul Data.....	38
F. Teknik Analisis Data.....	39
G. Pengolahan Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	41
A. Deskripsi Hasil penelitian	41
B. Pembahasan	56
BAB V PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	67

KEPUSTAKAAN

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Populasi Penelitian.....	33
Tabel 2	: Sampel Penelitian.....	34
Tabel 3	: Mengidentifikasi Kegiatan sehari-hari dalam kegiatan belajar di sekolah.....	42
Tabel 4	: Mengidentifikasi Kegiatan sehari-hari dalam kegiatan belajar di rumah	43
Tabel 5	: Mengidentifikasi Kegiatan sehari-hari dalam kegiatan belajar kelompok.....	45
Tabel 6	: Menentukan Kegiatan dari Pelajaran yang Prioritas dalam memilih pelajaran yang paling sukar dan yang mudah untuk dipahami.....	47
Tabel 7	: Menentukan Kegiatan dari Pelajaran yang Prioritas dalam memilih pelajaran yang paling penting.....	48
Tabel 8	: Membuat jadwal kegiatan dalam jadwal harian.....	49
Tabel 9	: Membuat jadwal kegiatan dalam jadwal mingguan.....	50
Tabel 10	: Menggunakan Waktu Luang Yang Efektif dalam menggunakan waktu jam pelajaran kosong.....	52
Tabel 11	: Menggunakan Waktu Luang Yang Efektif dalam menggunakan waktu pergantian jam.....	53
Tabel 12	: Menggunakan Waktu Luang Yang Efektif dalam menggunakan waktu istirahat.....	54
Tabel 13	: Mengganti Waktu Belajar dalam mencari hari lain untuk belajar..	55

DAFTAR DIAGRAM

Bagan 1. Kerangka Konseptual.....	32
-----------------------------------	----

HALAMAN LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Kisi-kisi Angket
Lampiran 2 : Angket Penelitian
Lampiran 3 : Data Mentah Hasil Penelitian
Lampiran 4 : Tabel Hasil Penelitian
Lampiran 5 : Surat Izin Penelitian dari Dekan FIP UNP
Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian dari Badan Kesbangpol Pariaman
Lampiran 7 : Surat Bukti telah Meneliti di SMP N 3 Pariaman

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam rangka mewujudkan tujuan pembangunan nasional dibutuhkan usaha pengembangan disegala sektor. Pengembangan Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan suatu usaha untuk mengembangkan segenap potensi yang ada pada diri individu agar menjadi manusia yang dapat mewujudkan diri dan fungsinya secara utuh dan optimal. Pendidikan sebagai salah satu usaha untuk menyiapkan peserta didik guna meningkatkan perannya dimasa yang akan datang, yaitu menjadi manusia yang berkualitas dimana pola pikirnya berkembang sejalan dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Hal ini sesuai dengan yang tertera pada Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No. 20 tahun 2003 Bab I pasal 1 menyatakan bahwa:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak, mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara”(dalam Tim Pembina mata kuliah pengantar pendidikan : 2008;30)

Sejalan dengan itu Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003 pasal 3 menyatakan bahwa:

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan

Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Maka dapat dikatakan bahwa untuk mencapai hal di atas perlu belajar dimana belajar merupakan salah satu kegiatan pokok yang terjadi dalam proses belajar mengajar di sekolah. Selain kegiatan mengajar, kegiatan belajar juga dapat menentukan berhasil atau tidaknya pencapaian suatu tujuan pengajaran di sekolah.

Thursan Hakim (2000:1) menyatakan belajar adalah suatu proses perubahan di dalam kepribadian manusia, dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, kemampuan dan lain-lain.

Sedangkan menurut Nana Sudjana (2004:15) Belajar merupakan suatu proses ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Perubahan sebagai hasil proses belajar yang ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti perubahan pengetahuan, perubahan sikap dan tingkah laku, keterampilan, kecakapan, dan kemampuannya.

Senada dengan pendapat di atas W.S. Winkel (1986:11) menyatakan belajar merupakan suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, nilai dan sikap.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses untuk mengembangkan potensi siswa melalui interaksi

aktif dengan lingkungan. Interaksi yang dimaksud adalah interaksi edukatif yang memungkinkan terjadi proses belajar mengajar baik yang terjadi dalam lingkungan yang bersifat formal, seperti sekolah maupun proses belajar yang dilakukan siswa di rumah untuk memperoleh perubahan tingkah laku atau penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan memiliki keterampilan-keterampilan tertentu sehingga menciptakan individu yang berkualitas.

Hasbullah Thabrany (1994:58) menjelaskan bahwa: belajar memerlukan perencanaan yang baik agar kita bisa menggunakan waktu yang ada seefektif dan seefisien mungkin, selain itu perencanaan juga berfungsi membimbing diri kita agar waktu-waktu itu kita gunakan seproduktif mungkin.

Dalam belajar juga perlu ada pemilihan waktu yang sesuai, dengan yang disampaikan oleh Najib Khalid (2005) bahwa pemilihan waktu dan tempat yang tepat akan berpengaruh terhadap aktivitas keilmuan seseorang. Berikut ini contoh alokasi kegiatan belajar yang disesuaikan dengan waktu:

- a. Untuk menghafal adalah waktu sahur
- b. Untuk mengkaji atau meneliti adalah waktu pagi
- c. Untuk menulis adalah waktu tengah siang
- d. Untuk mengulang (mudzakarah) suatu ilmu adalah waktu malam.

Manajemen waktu belajar untuk siswa memiliki peran penting dalam meraih kesuksesan belajar di sekolah. Siswa idealnya terlatih mengatur dan mengalokasikan waktu belajar setiap hari. Setiap kegiatan perlu dikalkulasi waktunya. Perlu pengaturan waktu yang realistis dalam membagi untuk

kegiatan belajar dan kegiatan pribadi sehingga akan menjadi bagian dari *timetable* keseharian, yang terpenting siswa mengetahui sebenarnya berapa lamakah waktu belajar yang dibutuhkan.

Pengaturan waktu juga menjadi persoalan bagi siswa. Di atas kertas seorang siswa dapat saja telah menyusun dan membagi waktu belajarnya, tetapi kenyataannya masih ada siswa yang mengabaikan waktu tersebut. Akibatnya waktu belajar yang seharusnya dimanfaatkan terbuang dengan percuma, waktu berlalu tanpa makna. Prestasi belajar yang diidam-idamkan untuk dicapai hanya tinggal harapan. Sebaliknya, membuahkan hasil kekecewaan. Oleh karena itu, betapa pentingnya bagi siswa membagi waktu belajarnya dengan membuat jadwal pelajaran dan jadwal belajar.

Dalam Kurikulum Satuan Pendidikan (KTSP) telah ditetapkan upaya pengembangan diri siswa merupakan tugas utama layanan Bimbingan dan Konseling di samping kegiatan ekstra kurikuler. Berkenaan dengan layanan Bimbingan dan Konseling itu sendiri telah ditetapkan dalam SK Mendikbud Nomor 025 / 1995 tentang Petunjuk Teknis Jabatan Fungsional Guru dan Angka kreditnya yaitu:

Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, melalui jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Bimbingan konseling adalah salah satu komponen yang penting dalam proses pendidikan sebagai suatu sistem. Bimbingan merupakan bantuan kepada individu dalam menghadapi persoalan-persoalan yang dapat timbul

dalam hidupnya. Bantuan semacam itu sangat tepat jika diberikan di sekolah, supaya setiap siswa lebih berkembang ke arah yang semaksimal mungkin. Dengan demikian bimbingan menjadi bidang layanan khusus dalam keseluruhan kegiatan pendidikan sekolah yang ditangani oleh tenaga-tenaga ahli dalam bidang tersebut.

Dari hasil wawancara dengan sepuluh orang siswa pada saat Praktek Lapangan Kependidikan pada tanggal 29 Mei 2010 di SMP N 3 Pariaman, terungkap bahwa delapan orang siswa belum memiliki jadwal pelajaran sendiri di rumah, baik jadwal harian ataupun jadwal mingguan terlihat dari siswa yang tidak membawa buku catatan dan tugas sesuai dengan jadwal pelajaran pada hari tersebut, suka menunda-nunda waktu untuk belajar dan menunda mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru, dengan alasan waktu mengumpulkan masih lama dan mereka malas untuk mengerjakannya sehingga mereka sering mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah. Selain itu siswa banyak menghabiskan waktunya untuk melakukan hal yang kurang berarti, seperti berkumpul dan ngobrol dengan teman-teman tanpa tujuan yang jelas dan tidak ada manfaat, sehingga waktu yang ada tidak digunakan untuk belajar dan membuat pekerjaan rumah (PR) yang diberikan oleh gurunya.

Maka dari itu penulis tertarik untuk mengangkat judul penelitian tentang “Kesulitan Siswa dalam Mengatur Waktu Belajar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang akan diteliti ialah: “Bagaimanakah kesulitan siswa dalam mengatur waktu belajar di sekolah, di rumah, dan belajar kelompok”.

C. Batasan Masalah

Dengan mempertimbangkan beberapa hal seperti di atas, peneliti membatasi permasalahan pada kesulitan yang ditemui siswa dalam mengatur waktu belajar dalam hal :

1. Mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam belajar.
2. Menentukan kegiatan dari pelajaran yang prioritas.
3. Membuat jadwal kegiatan belajar.
4. Menggunakan waktu luang yang efektif dalam belajar.
5. Mengganti waktu belajar.

D. Pertanyaan Penelitian

Sesuai dengan pembatasan dan perumusan masalah di atas, maka pertanyaan penelitian yang hendak dijawab dalam penelitian ini adalah:

1. Apa saja kesulitan siswa dalam mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam belajar ?
2. Apa saja kesulitan siswa dalam menentukan kegiatan dari pelajaran yang prioritas ?
3. Apa saja kesulitan siswa dalam membuat jadwal kegiatan belajar ?
4. Apa saja kesulitan siswa dalam menggunakan waktu luang yang efektif dalam belajar ?

5. Apa saja kesulitan siswa dalam mengganti waktu belajar ?

E. Asumsi

Penelitian ini dilandasi oleh asumsi sebagai berikut:

1. Masing-masing siswa memiliki kesulitan dalam mengatur waktu belajar.
2. Keberhasilan dalam belajar sangat ditentukan oleh keterampilan dalam mengatur waktu belajar.

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengungkapkan dan mendeskripsikan kesulitan siswa dalam mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam belajar.
- b. Mengungkapkan dan mendeskripsikan kesulitan siswa dalam menentukan kegiatan dari pelajaran yang prioritas.
- c. Mengungkapkan dan mendeskripsikan kesulitan siswa dalam membuat jadwal kegiatan belajar.
- d. Mengungkapkan dan mendeskripsikan kesulitan siswa dalam menggunakan waktu luang yang efektif dalam belajar.
- e. Mengungkapkan dan mendeskripsikan kesulitan siswa dalam mengganti waktu belajar.

G. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan adalah:

- a. Bagi guru pembimbing, untuk memperoleh gambaran dalam mengenali kesulitan siswa dalam mengatur waktu belajar.
- b. Masukan bagi sekolah dalam membantu siswa yang mengalami kesulitan mengatur waktu belajar.

H. Penjelasan Istilah

Untuk menghindari terjadinya kesalah pahaman, maka perlu dijelaskan istilah-istilah yang berhubungan dengan judul penelitian ini yaitu:

a. Siswa

Menurut Poerwadarminta (1990:702) siswa adalah peserta didik yang berumur 12-17 tahun, yang dimaksud dengan siswa dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII.2, VIII.2, dan IX.1 yang sulit mengatur waktu belajar.

b. Belajar

Rahman Natawidjaja (1984:13) menyatakan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan. Sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya, yang dimaksud belajar dalam penelitian ini adalah belajar siswa baik di sekolah maupun di rumah.

c. Kesulitan

Kesulitan adalah keadaan yang sulit, sesuatu yang sulit (Tim Penyusun Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2001: 1100), yang dimaksud kesulitan dalam penelitian ini adalah dalam mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam belajar, dalam menentukan kegiatan dari pelajaran yang diprioritas, dalam membuat jadwal kegiatan belajar, dalam menggunakan waktu luang yang efektif dalam belajar, dan dalam mengganti waktu belajar.

d. Mengatur waktu belajar

Mengatur waktu belajar adalah menyusun jadwal belajar harian dan mingguan yang nantinya akan menjadi pedoman dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga semua kegiatan dapat terkoordinir dengan baik (Idrus, 1993:45), yang dimaksud mengatur waktu belajar dalam penelitian ini adalah mengatur waktu dalam mengerjakan tugas-tugas baik itu yang di sekolah maupun di rumah.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Konsep Belajar

1. Pengertian Belajar

Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidup. Hampir semua ahli telah merumuskan dan membuat tafsiran tentang "belajar" diantaranya, yaitu: Belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Perubahan sebagai hasil dari proses belajar dapat ditunjukkan dengan berbagai bentuk, seperti dalam bentuk pengetahuan, pemahaman, sikap dan tingkah laku, ketrampilan, kecakapan dan kemampuan, daya kreasi, daya penerimaan, dan lain-lain yang ada atau terjadi pada individu tersebut (Nana Sudjana, 2004:28).

Menurut Benyamin Bloom (dalam Nana Sudjana, 2004:50-54) belajar adalah perubahan tingkah laku yang meliputi ranah kognitif (yaitu pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi), ranah afektif (yaitu penerimaan, reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi) serta ranah psikomotorik (yaitu gerakan refleksi, ketrampilan gerakan dasar, kemampuan perseptual atau ketepatan, gerakan-gerakan skill dan gerakan ekspresif dan interpretatif).

Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2003:2).

Menurut Skinner (dalam Dimiyati dan Mudjiono, 2002:9) belajar adalah suatu perilaku di mana pada saat orang belajar responnya menjadi lebih baik. Definisi belajar menurut Morgan (dalam Purwanto, 1999:84) mengemukakan : “Belajar adalah setiap perubahan yang relatif menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman”.

Menurut Witting (dalam Muhibin Syah, 199:61) Belajar adalah perubahan yang relatif menetap yang terjadi dalam segala macam atau keseluruhan tingkah laku suatu organisme sebagai hasil pengalaman.

Menurut Witherington (dalam Dalyono, 1997:211) mengemukakan, Belajar adalah suatu perubahan di dalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru dari reaksi yang berupa kecakapan sikap, kebiasaan, kepandaian atau suatu pengertian.

Dari beberapa definisi tentang belajar di atas, maka dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu kegiatan yang mengakibatkan terjadinya perubahan dalam diri seseorang baik itu mengenai pengetahuan atau sikap yang mencakup tiga aspek yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Belajar itu senantiasa merupakan perubahan tingkah laku

atau penampilan dengan serangkaian kegiatan, misalnya membaca, mengamati, mendengarkan, meniru, dan sebagainya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar

Secara fundamental Loree (dalam Zaldt Munir <http://zaldym.wordpress.com/2010/04/19/pengaruh-kesulitan-belajar-siswa-sebuah-studi-kepuustakaan/>) menegaskan bahwa ke efektifan perilaku belajar itu dipengaruhi oleh empat hal, yaitu:

1. Adanya motivasi, siswa harus menghendaki sesuatu
2. Adanya perhatian dan mengetahui sasaran, siswa harus memperhatikan sesuatu
3. Adanya usaha, siswa harus melakukan sesuatu.
4. Adanya evaluasi dan pemantapan hasil, siswa harus memperoleh sesuatu.

Seseorang yang telah belajar akan mendapatkan pengetahuan, yang akan berdampak kepada perubahan tingkah laku. “Belajar merupakan suatu perubahan tingkah laku, di mana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik, tetapi juga ada kemungkinan mengarah kepada tingkah laku yang lebih buruk.” (Purwanto, 1997 : 85)

Belajar merupakan salah satu kegiatan pokok yang terjadi dalam proses belajar mengajar di sekolah. Selain kegiatan mengajar, kegiatan belajar juga dapat menentukan berhasil atau tidaknya pencapaian suatu tujuan pengajaran di sekolah.

Banyak para ahli yang mengemukakan pendapat tentang faktor-faktor yang mempengaruhi belajar, Muhibbin Syah (2003:144) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar, diantaranya:

1. Faktor internal (faktor dari dalam siswa), yakni keadaan atau kondisi jasmani dan rohani siswa.
2. Faktor eksternal (faktor dari luar siswa), yakni kondisi lingkungan disekitar siswa.
3. Faktor pendekatan belajar, yakni jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan mempelajari materi-materi pelajaran.

Senada dengan itu Slameto (2003:54) menguraikan beberapa faktor yang mempengaruhi belajar yaitu:

1. Faktor internal
 - a. Faktor jasmaniah
 - a) Faktor Kesehatan

Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajar, proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatannya terganggu. Selain itu cepat lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, badan lemah, ngantuk, kurang darah ataupun ada gangguan-gangguan fungsi indra. Agar seseorang dapat belajar dengan baik harus berupaya agar kesehatan badannya tetap tinggi.

b) Cacat Tubuh

Cacat pada tubuh juga mempengaruhi belajar siswa, siswa yang cacat belajarnya juga terganggu.

b. Faktor Psikologis

Faktor psikologis (rohaniah) siswa yang pada umumnya dipandang lebih esensial itu ialah:

a) Tingkat kecerdasan atau intelegensi siswa

Intelegensi sangat menentukan tingkat keberhasilan belajar siswa, semakin tinggi kemampuan intelegensi seorang siswa maka semakin besar peluangnya untuk meraih sukses.

b) Sikap Siswa

Sikap siswa yang positif, terutama kepada guru dan mata pelajaran yang disajikan guru merupakan pertanda awal yang baik dalam proses belajar siswa.

c) Bakat Siswa

Bakat akan dapat mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi belajar bidang-bidang studi tertentu.

d) Minat Siswa

Minat ini sangat berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar. Siswa yang memiliki minat besar untuk setiap bidang-bidang studi, maka hasil belajar yang baik akan diperolehnya.

e) Motivasi Siswa

Motivasi adalah kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Jadi motivasi untuk belajar adalah kondisi psikologis siswa yang mendorongnya untuk belajar.

c. Faktor Kelelahan

Kelelahan pada seseorang dibedakan menjadi dua bagian, yaitu:

- a) Kelelahan jasmani, terlihat dengan lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh karena kekacauan substansi sisa pembakaran di dalam tubuh.
- b) Kelelahan rohani, terlihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu jadi hilang.

2. Faktor Ekstern

Faktor ekstern yang berpengaruh terhadap belajar dikelompokkan menjadi tiga faktor yaitu:

- a. Faktor keluarga yaitu cara orang tua mendidik anaknya, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, dan latar belakang budaya.
- b. Faktor sekolah yaitu metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran di atas ukuran, dan tugas rumah.

- c. Faktor masyarakat yaitu kegiatan siswa dalam masyarakat, masa media dan teman bergaul.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dari faktor-faktor tersebut muncul siswa-siswa yang berprestasi tinggi dan berprestasi rendah atau gagal sama sekali, tergantung faktor yang mempengaruhi.

3. Prinsip-prinsip belajar

Belajar seperti halnya perkembangan berlangsung seumur hidup, dimulai sejak dalam ayunan sampai liang lahat. Apa yang dipelajari dan bagaimana cara belajarnya pada setiap fase perkembangan berbeda-beda. Banyak teori yang membahas masalah belajar. Tiap teori bertolak dari asumsi atau anggapan dasar tertentu tentang belajar. Oleh karena itu tidaklah mengherankan apabila ditemukan konsep atau pandangan serta praktek yang berbeda dari belajar. Meskipun demikian ada beberapa pandangan umum yang sama atau relatif sama di antara konsep-konsep tersebut. Beberapa kesamaan ini dipandang sebagai prinsip belajar.

Beberapa prinsip-prinsip belajar menurut Sukmadinata (dalam Zaldy Munir <http://zaldym.wordpress.com/2010/04/19/pengaruh-kesulitan-belajar-siswa-sebuah-studi-kepuustakaan/>) antara lain:

- a. Belajar merupakan bagian dari perkembangan.
- b. Belajar berlangsung seumur hidup.
- c. Keberhasilan belajar dipengaruhi oleh faktor-faktor bawaan, faktor lingkungan, kematangan serta usaha dari individu sendiri.
- d. Belajar mencakup semua aspek kehidupan

- e. Kegiatan belajar berlangsung pada setiap tempat dan waktu
- f. Belajar berlangsung dengan guru ataupun tanpa guru
- g. Belajar yang berencana dan disengaja menuntut motivasi yang tinggi
- h. Perbuatan belajar bervariasi dari yang paling sederhana sampai yang paling kompleks
- i. Dalam belajar dapat terjadi hambatan-hambatan.
- j. Untuk kegiatan belajar tertentu diperlukan adanya bantuan atau bimbingan dari orang lain.

Berkembang dan belajar merupakan dua hal yang berbeda, tetapi berhubungan erat. Dalam perkembangan dituntut belajar, dan dengan belajar, perkembangan individu akan lebih pesat. Oleh sebab itu, kegiatan belajar dilakukan sejak lahir sampai menjelang kematian.

Perbuatan belajar dilakukan individu baik secara sadar ataupun tidak, disengaja ataupun tidak, direncanakan ataupun tidak. Belajar tidak hanya berkenaan dengan aspek intelektual, tetapi juga aspek sosial, budaya, politik, ekonomi, moral, religi, seni, keterampilan dan lain-lain.

Kegiatan belajar tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga di rumah, di masyarakat, di tempat rekreasi bahkan di mana saja bisa terjadi perbuatan belajar. Belajar juga terjadi setiap saat, tidak hanya berlangsung pada jam-jam pelajaran. Kecuali pada saat tidur, pada saat lainnya dapat berlangsung proses belajar.

Proses belajar dapat berjalan dengan bimbingan seorang guru, tetapi juga tetap berjalan meskipun tanpa guru belajar berlangsung dalam situasi formal maupun situasi informal. Kegiatan belajar yang diarahkan pada penguasaan, pemecahan atau pencapaian sesuatu hal yang bernilai tinggi, yang dilakukan secara sadar dan terencana membutuhkan motivasi yang tinggi pula. Perbuatan belajar demikian membutuhkan waktu yang panjang dengan usaha yang sungguh-sungguh.

Perbuatan belajar bervariasi dari yang paling sederhana sampai dengan yang sangat kompleks. Perbuatan belajar yang paling sederhana adalah mengenai tanda (*signal learning* dari Gagne), mengenal nama, meniru perbuatan dan lain-lain, sedang perbuatan yang kompleks adalah pemecahan masalah, pelaksanaan sesuatu rencana dan lain-lain.

Proses perbuatan belajar tidak selalu lancar, adakalanya terjadi kelambatan atau perhentian. Kelambatan dan perhentian dapat terjadi belum adanya penyesuaian individu dengan tugasnya, adanya hambatan dari lingkungan, ketidakcocokan potensi yang dimiliki individu kurangnya motivasi, adanya kelelahan atau kejenuhan belajar.

Untuk kegiatan belajar tentunya diperlukan adanya bantuan atau bimbingan dari orang lain. Tidak semua hal dapat dipelajari sendiri. Hal-hal tertentu perlu diberikan atau dijelaskan oleh guru, hal-hal ini perlu petunjuk dari instruktur dan untuk memecahkan masalah tentu diperlukan bimbingan dari pembimbing.

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2002:42-50) seseorang akan dikatakan telah mengalami proses belajar apabila memenuhi prinsip-prinsip belajar sebagai berikut:

a. Perhatian dan motivasi

Perhatian mempunyai peranan yang penting dalam kegiatan belajar. Perhatian terhadap pelajaran akan timbul pada siswa apabila bahan pelajaran sesuai dengan kebutuhan siswa. Di samping perhatian, motivasi juga mempunyai peran yang penting, di mana motivasi tenaga yang menggerakkan dan mengarahkan aktivitas seseorang.

b. Keaktifan

Kecenderungan psikologis dewasa ini menganggap anak adalah makhluk yang aktif. Suatu kegiatan belajar hanya mungkin terjadi apabila seorang anak aktif mengalaminya sendiri. Dalam setiap proses belajar, siswa selalu menampilkan keaktifan.

c. Keterlibatan langsung (pengalaman)

Kegiatan belajar harus dilakukan sendiri oleh siswa. Belajar adalah pengalaman dan belajar tidak dapat dilimpahkan kepada orang lain. Dalam belajar melalui pengalaman langsung siswa tidak hanya sekedar mengamati secara langsung tetapi juga harus terlibat dalam perbuatan dan bertanggung jawab pada hasil belajarnya.

d. Pengulangan

Prinsip pengulangan merupakan prinsip yang paling tua dan sudah diperkenalkan. Tujuan dari dilakukannya pengulangan adalah agar

melatih daya ingat siswa dan untuk membentuk respon yang benar serta membentuk suatu kebiasaan.

e. Tantangan

Tantangan yang dihadapi dalam bahan belajar akan membuat siswa bersemangat untuk mengatasinya. Bahan belajar yang baru dan mengandung masalah yang perlu dipecahkan akan membuat siswa tertantang untuk mempelajarinya.

f. Balikan dan penguatan

Balikan yang diberikan oleh guru kepada siswa bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam suatu hal, tentang kekuatan dan kelemahan siswa. Penguatan berfungsi agar siswa mengulangi perbuatan yang sudah baik.

g. Perbedaan individual

Siswa dalam satu kelas tidak boleh kita perlakukan dengan cara yang sama karena masing-masing mempunyai karakteristik dan perbedaan kemampuan sehingga guru harus memperlakukan siswa sesuai kemampuannya.

B. Keterampilan Mengatur Waktu Belajar

Semua orang memiliki jumlah waktu yang sama setiap harinya. Dalam satu minggu kita menghabiskan 168 jam. Setengah dari waktu yang kita gunakan habis karena empat hal, yaitu: tidur, makan, bergaul dan hubungan interpersonal. Untuk mengatur dan memanfaatkan waktu, setiap orang harus memperhatikan kemampuan dan kesanggupannya, dengan

tidak merugikan orang lain. Sering kali ditemui bahwa banyak siswa yang masih belum dapat mengatur waktu dengan cara efisien sehingga mereka mengalami kesulitan dalam mengatur jadwal yang tentunya sangat penuh dengan aktivitas dan juga kegiatan belajar. Siswa yang sudah memiliki jadwal belajar akan tetapi jadwal yang telah dibuat tidak dijalankan, pada dasarnya jadwal belajar yang telah dibuat bukanlah sekedar rencana saja namun harus betul-betul dijalankan dengan sebaik-baiknya. Abu Ahmadi (1991:43) menyatakan perlu adanya pengelompokan waktu sebagai berikut:

- a. Kelompokkanlah waktu sehari-hari untuk keperluan tidur, belajar, makan, minum, berolahraga, dan lain-lainnya.
- b. Buatlah jadwal untuk bermacam-macam mata pelajaran berikut urutannya yang seharusnya dipelajarinya.
- c. Berhematlah dengan waktu, belajarlah dengan penuh konsentrasi dalam batas waktu yang telah ditentukan.

Selanjutnya Abu Ahmadi (1991:44) menyatakan bahwa “lama masing-masing mata pelajaran yang setiap kali dipelajari oleh siswa, hal ini juga tergantung pada diri mereka yang bersangkutan”.

Keterangan di atas menggambarkan bahwa membagi waktu merupakan hal yang sangat penting dilakukan oleh siswa. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Prayitno (2002:59) beberapa keterampilan mengatur waktu belajar yang kurang dimiliki oleh siswa yaitu:

- a. Apabila tidak terpaksa tidak masuk sekolah dan pada waktu itu ada tugas, tidak segera diselesaikan tugas tersebut sebelum mengikuti pelajaran.
- b. Jarang menggunakan waktu yang tersisa untuk mengoreksi kembali semua jawaban ulangan/harian/ujian sebelum diserahkan kepada guru atau pengawas ujian.

- c. Tidak memiliki jadwal tersendiri yang memuat kegiatan belajar tugas-tugas, ulangan harian, ulangan umum dan mengikuti kegiatan tersebut dengan sepenuhnya.
- d. Tidak mampu mengatur waktu dalam mengerjakan soal ulangan sesuai dengan alokasi waktu yang disediakan.
- e. Tidak mampu mengatur waktu kegiatan sehari-hari seperti mengikuti kegiatan belajar, kegiatan ekstrakurikuler, latihan-latihan khusus dan kegiatan lainnya sehingga jadwal satu hari penuh dapat digunakan dengan baik.
- f. Mengalami kesulitan dalam membagi waktu atau memanfaatkan waktu luang mendalami materi pelajaran.
- g. Selalu terlambat hadir dalam belajar di sekolah.

Masalah yang muncul dalam mengatur waktu adalah jika setiap hari kita memiliki kegiatan dan sulit untuk dikontrol, maka masalah akan muncul. Masalah yang muncul tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu perencanaan yang tidak terorganisasi, tidak jelas, melenceng, tidak konsisten, tidak ada tujuan, dan kurang efektif dalam menggunakan waktu. Akan sangat membantu jika kita menuliskan beberapa masalah yang muncul dalam pengaturan waktu.

Ada beberapa tips atau strategi yang dapat membantu siswa dalam mengatur waktunya agar lebih berhasil dalam belajar dan beraktivitas:

- a. Perhatikan kapan waktu luang yang dimiliki. Waktu luang yang dimaksud adalah waktu yang membebaskan kita dari segala aktivitas sekolah, kursus atau kegiatan lainnya.
- b. Perhatikan kondisi kita yang paling fit untuk belajar, misal di malam hari atau dini hari.
- c. Buatlah jadwal untuk mengatur waktu belajar dan juga aktivitas yang akan dilakukan. Idealnya, waktu untuk belajar adalah 50 menit

ditambah waktu istirahat. Buat variasi dalam belajar, misal ganti lokasi belajar atau ajak teman untuk belajar.

- d. Jagalah motivasi belajar dengan cara membuat target.
- e. Perhatikan kondisi tubuh. Kesehatan adalah segalanya. Karena itu, dalam membuat jadwal masukkan juga waktu istirahat.
- f. Saat belajar tidak selalu harus melakukan tugas. Buatlah waktu untuk membaca materi pelajaran dua kali. Pertama, sebelum memulai pelajaran dan kedua setelah pelajaran selesai. Hal tersebut akan membantu ingatan jangka panjang.
- g. Setelah melakukan semua kegiatan, maka sisakan waktu lima menit untuk mengevaluasi kegiatan Anda, apakah sudah dijalankan sesuai jadwal atau sebaliknya. (Andika Nurdiansyah dalam <http://rumahbahas4.wordpress.com/2010/05/22/tips-mengatur-waktu-yang-efektif-dan-efisien>)

Abu Ahmadi (1991:42) menjelaskan bahwa “salah satu masalah yang dialami oleh siswa/mahasiswa adalah kesukaran dalam mengatur waktu antara belajar dengan kegiatan yang lain”.

Sama halnya yang dikemukakan oleh H.A Idrus (1993:45) yang menyatakan bahwa “pelajar banyak mengeluhkan kekurangan waktu untuk belajar, tetapi sebenarnya mereka tidak tau mengatur waktu dalam belajar”.

Setiap siswa perlu membuat dan menyusun jadwal belajar harian dan mingguan yang nantinya akan menjadi pedoman dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga semua kegiatan dapat terkoordinir dengan baik.

HasbullahThabrany (1994:58) menjelaskan bahwa: Belajar memerlukan perencanaan yang baik agar kita bisa menggunakan waktu yang ada se-efektif dan seefisien mungkin, selain itu perencanaan juga berfungsi membimbing diri kita agar waktu-waktu itu kita gunakan seproduktif mungkin.

Slameto (2003:84-85) menjelaskan tentang petunjuk dalam mengatur waktu belajar secara efektif, yaitu:

- a. Memperhitungkan waktu setiap hari untuk keperluan tidur, belajar, makan, mandi, olahraga dan lain-lain.
- b. Menyelidiki dan menentukan waktu yang tersedia setiap hari.
- c. Merencanakan penggunaan waktu belajar dengan cara menetapkan jenis-jenis mata pelajaran yang sulit dan seterusnya diikuti dengan mata pelajaran yang lebih mudah.
- d. Menyelidiki waktu-waktu yang dapat digunakan untuk belajar dengan baik. Siswa menentukan waktu belajar yang dianggap baik agar apa yang dipelajarinya mudah dipahami.
- e. Gunakan waktu yang tersedia dengan sebaik mungkin untuk belajar.

Selanjutnya Rudi Muyatningsih, dkk (2004:45) menjelaskan juga tentang petunjuk dalam menggunakan waktu belajar secara efisien, yaitu:

- a. Mengidentifikasi kegiatan sehari-hari

Tentukan kegiatan yang akan dilakukan pada hari itu, mencakup kegiatan sekolah, dan kegiatan rumah. Seperti untuk istirahat, waktu untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, makan mempelajari buku,

mempelajari catatan, mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk menghadapi ujian.

- b. Tentukan kegiatan dan pelajaran yang menjadi prioritas utama

Urutkan kegiatan dimulai dari yang terpenting sampai yang kurang penting, selain itu siswa juga hendaknya mengerjakan tugas yang dianggap sukar dipelajari lebih lama agar betul-betul dikuasai dengan baik.

- c. Membuat jadwal kegiatan belajar

Buat jadwal yang berbentuk mingguan yang nantinya akan menjadi pedoman dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

- d. Penggunaan waktu luang dengan efektif

Apabila guru berhalangan hadir maka gunakan waktu tersebut untuk belajar, membaca atau berdiskusi.

- e. Ganti waktu belajar

Apabila harus mengerjakan hal-hal yang bersifat mendesak, siswa harus mengganti waktu yang terpakai atau mengurangi waktu yang lain atau mengerjakan waktu tersebut pada waktu lain.

Jadwal kegiatan belajar yang telah dibuat menjadi kegiatan harian yang benar-benar akan dijalankan dengan disiplin, agar kegiatan yang dijalani mendapat hasil yang maksimal.

Dalam mengatur waktu belajar yang baik maka perlu mengetahui hal-hal sebagai berikut:

1. Manajemen Waktu Belajar

Manajemen waktu dapat dikategorikan sebagai keterampilan berdisiplin. Manajemen waktu dapat diaplikasikan dalam kehidupan pribadi, bisnis, sekolah, maupun organisasi.

Di dalam dunia pendidikan, manajemen waktu telah mengalami metamorfosis ke dalam setiap aspek, contohnya perencanaan pembelajaran pada sekolah unggul, pengaturan waktu begitu ketat. Keterampilan mengelola waktu juga sangat penting, pembelajaran yang efektif adalah yang menggunakan waktu secara efisien.

2. Langkah-langkah Manajemen Waktu

Pusat pengembangan Bimbingan Dan Konseling (dalam www.unhas.ac.id) diakses 1 januari 2008 mengemukakan langkah-langkah yang dapat dipergunakan sebagai arahan untuk memulai belajar menjadi orang yang lebih bijak dalam menggunakan waktu ialah sebagai berikut:

Langkah pertama : Tentukan Prioritas.

Pada langkah pertama ini, sarannya adalah menentukan apa yang menjadi prioritas bagi kita. Untuk kepentingan ini, tentu saja kita memerlukan terlebih dahulu menetapkan beberapa tujuan utama kita, untuk semester berikut (beberapa bulan ke depan). Kemudian tetapkanlah

urutan tujuan mulai dari yang dianggap paling atas. Selanjutnya, tanyalah diri : “ Apa yang paling penting yang perlu saya lakukan untuk mencapai tujuan ini” . Tuliskan pada catatan butir-butir yang penting untuk dilakukan untuk masing- masing tujuan tersebut, selama beberapa bulan ke depan.

Langkah kedua : Rencana Mingguan

Berdasarkan langkah pertama, kita buat daftar apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan yang kita prioritaskan sebagai paling atas. Kemudian lakukan ‘rating’ untuk setiap kegiatan berdasarkan prioritas tersebut.

Langkah ketiga : Analisis Penggunaan Waktu.

Amati dan cermati, bagaimana menggunakan waktu selama ini, lihat kembali kegiatan awal yang sudah dibuat.

Langkah keempat : Jadwal Master Mingguan

Buatlah jadwal utama untuk satu minggu, yang berisi kegiatan yang sudah pasti seperti sekolah, praktikum, ke Perpustakaan, olah raga (club), kegiatan extra kurikuler yang pilih. Kemudian alokasikan waktunya dalam jadwal seminggu. Tuliskan daftar tugas-tugas dan segala sesuatu yang harus dikerjakan minggu tersebut. Daftar ini, tentunya tidak tetap setiap minggunya, juga selalu bertambah dan berkurang dari hari ke hari di minggu itu.

Langkah kelima : Daftar Harian

Buatlah daftar apa yang harus dilakukan untuk setiap harinya di minggu tersebut. Kemudian, alokasikanlah waktu untuk tugas-tugas tersebut pada setiap harinya. Segera kita melihat kemungkinan bertabrakan karena ada lebih dari satu kegiatan dalam penggalan waktu yang sama, coba mengaturnya kembali sejauh yang bisa diatur, atau dengan terpaksa menggugurkan salah satu kegiatan (dalam hal ini kembali diingat prioritas kita) Berusahalah mempergunakan waktu yang tersedia (di luar tidur) hanya sekitar 60 % untuk agenda yang terjadwal, hal ini penting untuk menampung berbagai hal yang tidak terduga.

Langkah keenam : Komitmen, tetapi fleksible

Sekarang, setiap harinya berkomitmenlah mengikuti daftar jadwal harian, dan bersiaplah untuk kemungkinan terjadi berbagai hal yang tidak terduga, atau tidak berjalan sebagaimana yang direncanakan. Fleksible, tetapi tetap berkomitmen, sehingga yang perlu dilakukan adalah segera melakukan penyesuaian-penyesuaian alokasi waktu seperlunya.

Langkah ketujuh: Monitoring dan Evaluasi

Lakukanlah monitoring setiap hari, seberapa banyak item di jadwal yang sudah dilaksanakan sesuai jadwal, mana yang masih perlu kembali dijadwalkan pada hari lain. Bersamaan dengan monitoring tersebut, lihat pula jadwal untuk hari berikutnya, sambil melakukan modifikasi-modifikasi bilamana diperlukan. Setiap minggu, seharusnya dilakukan evaluasi atas penggunaan waktu selama satu minggu tersebut, cermati

dalam hal apa kita tidak bisa memenuhi agenda dan jadwal tersebut. Apa sebabnya? Adakah yang bias diperbaiki? Apakah perlu mengubah jadwal master secara keseluruhan?. Kemudian buatlah penyesuaian-penyesuaian. Evaluasi ini penting dilakukan, khususnya di dua minggu pertama sekolah.

3. Manfaat Mengatur Waktu

Banyak hal bisa didapatkan dari keterampilan mengatur waktu ini. Pertama, jadi semangat dalam menjalani hidup, karena semua PR sudah dikerjakan pada waktunya. Kedua, bisa hidup dengan seimbang dan selaras. Kita tahu kapan harus sekolah, belajar, bekerja, bantu orang tua, bahkan dakwah yang juga kewajiban tiap individu muslim. Ketiga, kita dapat merencanakan tujuan atau cita-cita yang dikehendaki. Dengan terampil mengatur waktu, tidak ada cita-cita *atau* tujuan yang tidak mungkin tercapai selain ditunjang dengan ikhtiar/usaha dan doa.

Keempat, selalu termotivasi untuk mencapai tujuan dan cita-cita. Kelima, kita bisa lebih produktif karena kita akan tahu ruginya menyia-nyikan waktu. Keenam, kita bisa terhindar dari stres karena tidak mungkin melakukan kegiatan-kegiatan yang tidak berguna dan manfaat ketujuh, kita jadi lebih percaya diri dan kreatif.

4. Pengaturan Waktu Belajar di sekolah, di rumah, dan Belajar Kelompok

a. Mengatur Waktu Belajar di sekolah

Mengatur waktu belajar di sekolah dengan mengikuti jadwal pelajaran di sekolah secara tertib, memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya. Jam-jam pelajaran yang kosong digunakan dengan sebaik-baiknya untuk mendalami mata pelajaran yang bersangkutan, jika tidak ada tugas dari guru pergi ke perpustakaan untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan.

Jangan biasakan datang terlambat, suka membolos dengan berbagai alasan yang tidak benar, apalagi sudah berangkat dari rumah. Harus dapat membagi waktu untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Dari pada mengikuti banyak kegiatan tidak dapat berkembang, lebih baik mengikuti satu jenis tetapi dapat berkembang dengan maksimal.

b. Mengatur Waktu Belajar di rumah

Belajar di rumah dapat dibagi menjadi beberapa tahap yakni pada siang hari, dan pada malam hari. Waktu siang untuk menyelesaikan PR (pekerjaan rumah), waktu siang hari sangat bagus karena pikiran kita masih segar dengan ilmu yang baru kita terima, sehingga soal-soal akan relatif lebih mudah dan lebih cepat diselesaikan.

Waktu malam hari digunakan untuk persiapan besok paginya. Malam itu dimanfaatkan untuk mendalami materi yang pernah diterima sebelumnya walaupun hanya sekedar dibaca sekali saja. Jika ada ulangan

harian, maka waktu malam juga bisa dimanfaatkan untuk menyiapkan ulangan tersebut.

Gunakan waktu sebaik-baiknya, belajar yang baik bukan terus-menerus tanpa istirahat. Otak manusia terbatas kemampuannya, otak juga perlu istirahat untuk mengendapkan hal-hal yang dipelajari. Menurut hukum jos (dalam Choiruddin, 2003:86), belajar 5 kali 30 menit lebih baik dari pada belajar sekali selama 150 menit.

Yang belajar pada siang atau sore hari, maka pembagian dua tahap tersebut dibalik, waktu malam untuk menyelesaikan tugas atau PR sedangkan paginya untuk belajar dan mempersiapkan buku-buku yang akan dibawa ke sekolah siang harinya.

c. Mengatur Waktu Belajar Kelompok

Waktu ketika belajar berlangsung harus efektif, jika tidak pandai menggunakannya waktu akan habis untuk senda gurau atau mengobrol ke sana ke mari. Oleh karena itu sebelum belajar kelompok dimulai, harus jelas apakah materi yang dipelajari, bagaimana caranya dan siapa ketua kelompoknya.

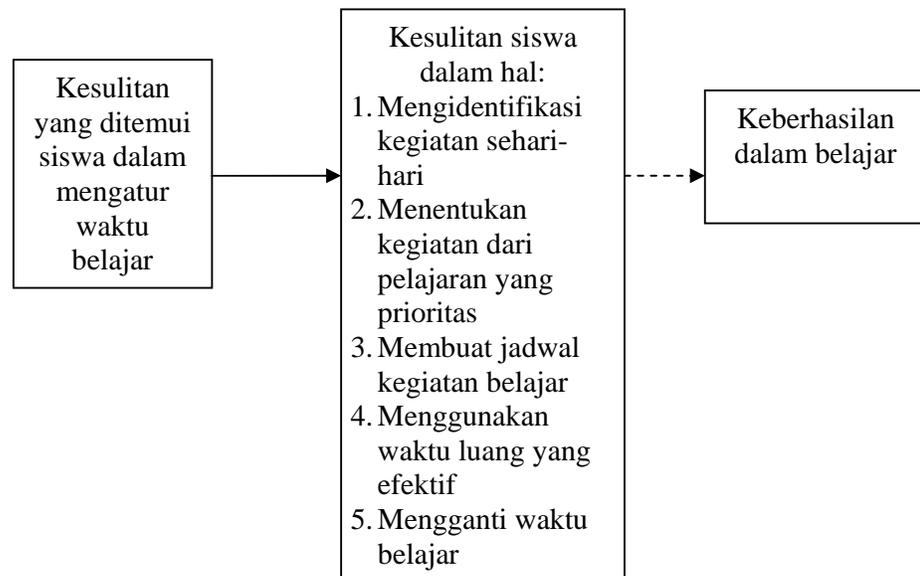
Sebelum berangkat belajar kelompok harus mengetahui materi yang dibicarakan, dan mengusulkan cara belajar kelompok, apakah dengan diskusi, tanya jawab, memadukan data-data dan yang lainnya.

Dengan belajar kelompok kita akan memperoleh manfaat yang besar. Siswa yang belum memahami bagian pelajaran tertentu dapat memperoleh penjelasan dari temannya. Sebaliknya siswa yang sudah

paham akan semakin kuat ingatannya dengan memberikan penjelasan kepada teman, serta secara tidak langsung belajar kelompok melatih bermusyawarah untuk mufakat dalam kebaikan dan kebenaran.

C. Kerangka Konseptual

Kerangka pemikiran atau kerangka konseptual dari penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

_____ = diteliti

----- = tidak diteliti

Dari skema tersebut dapat dilihat bahwa kesulitan yang ditemui siswa dalam mengatur waktu belajar dapat ditinjau dari beberapa hal yaitu: mengidentifikasi kegiatan sehari-hari, menentukan kegiatan dari pelajaran yang prioritas, membuat jadwal kegiatan belajar, menggunakan waktu luang yang efektif, dan mengganti waktu belajar.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 71% siswa mengalami kesulitan mengidentifikasi kegiatan sehari-hari dalam kegiatan belajar kelompok, hal ini dapat dikatakan bahwa tingkat kesulitan siswa sangat tinggi.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60% siswa mengalami kesulitan menentukan kegiatan dari pelajaran yang di prioritas karena membutuhkan waktu yang lama dalam memahami rumus-rumus fisika, hal ini dapat dikatakan bahwa tingkat kesulitan siswa tinggi.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 66% siswa mengalami kesulitan membuat jadwal kegiatan belajar karena banyak waktu yang dihabiskan untuk bermain, hal ini dapat dikatakan bahwa tingkat kesulitan siswa tinggi.
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 75% siswa mengalami kesulitan dalam menggunakan waktu luang yang efektif, hal ini dapat dikatakan bahwa tingkat kesulitan siswa sangat tinggi.
5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 51% siswa mengalami kesulitan dalam mengganti waktu belajar, hal ini dapat dikatakan bahwa tingkat kesulitan siswa rendah.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian di atas ada beberapa hal yang dapat disarankan, yaitu:

1. Guru guru mata pelajaran agar dapat membantu siswa dalam mengatur waktu dalam memilih pelajaran yang diprioritaskan.
2. Wali kelas agar dapat membantu siswa dalam membuat waktu belajar yang baik, dan membimbing siswa dalam membuat jadwal belajar sehari-hari.
3. Guru pembimbing agar dapat memberikan berbagai jenis layanan dan bimbingan kepada siswa yang mengalami kesulitan mengatur waktu belajar yakni melalui layanan penguasaan konten dan layanan informasi dengan materi kiat mengatur waktu belajar yang baik.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini untuk lebih menyempurnakannya.

KEPUSTAKAAN

- Abu Ahmadi. 1991. *Teknik Belajar Efektif*. Jakarta: Rineka Cipta
- Al-Amir, N.K. 2005. *Membentuk Muslimah Militan*. Jakarta: Al-I'tishom
- A. Muri Yusuf. 1997. *Metodologi penelitian*. Padang: UNP Press
- , 2005. *Metodologi penelitian*. Padang: UNP Pess
- Anas Sudijono. 2009. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Andika Nurdiansyah. 2010. *Tips Mengatur Waktu Belajar yang Efektif dan Efisien*, (online) (<http://www.wordpress.com>, diakses 22 mei 2010)
- Choiruddin Hadhiri Suprpto. 2003. *Jalan Pintas Menjadi Bintang Pelajar, Panduan untuk Pelajar Islam*. Bandung : Mujahid
- Depdiknas. 2003. *UU No. 20 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: depdiknas
- Dimiyati & Mudjiono.2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud dan Rineka Cipta
- Hasbullah Thabrany. 1994. *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- H.A Idrus.1993. *Kiat Sukses Belajar*. Pekalongan: CV Bahagia
- Jalaluddin Rakhmat. 1999. *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Mardalis. 2006. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara
- M. Dalyono. 1997. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- M. Ngalim Purwanto. 1999. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Muhibin Syah. 1999. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya