

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*Time management* (Manajemen Waktu) merupakan proses pribadi dengan memanfaatkan analisis dan perencanaan dalam menggunakan waktu untuk memanfaatkan dan efisiensi. Sejalan dengan itu Davidson menyatakan bahwa manajemen waktu adalah cara memanfaatkan waktu dengan baik dimana seseorang mampu menyelesaikan sesuatu dengan lebih cepat dan lebih bekerja lebih cerdas. Leman juga mendefinisikan bahwa manajemen waktu merupakan penggunaan dan pemanfaatan waktu sebaik-baiknya, seoptimal mungkin dengan melakukan perencanaan aktivitas secara terorganisir dan matang.<sup>5</sup> Dari berbagai definisi diatas, dapat ditarik satu kesimpulan dari manajemen waktu, bahwa manajemen waktu hakikatnya ialah bagaimana memanfaatkan waktu secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu dalam kehidupan di dunia, baik tujuan jangka pendek, jangka menengah, dan jangka panjang serta tujuan kehidupan di akhirat.

Keterampilan waktu harus dikembangkan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Masalah pengaturan waktu inilah yang menjadi persoalan bagi remaja. Banyak remaja yang belum bisa mengatur waktu yang seharusnya dimanfaatkan terbuang dengan percuma, maka dari itu dibutuhkan latihan untuk manajemen waktu yang baik agar remaja dapat mengelola waktunya dengan efektif. Manajemen waktu merupakan seperti halnya manajemen sumber daya lain, mengandalkan analisa dan perencanaan. Guna memahami dan menerapkan prinsip manajemen waktu. Manajemen waktu ialah proses harian dalam membagi waktu, membuat jadwal yang mengandalkan analisis dan perencanaan yang baik, apabila

---

<sup>5</sup> Dwi Nugroho Hidayanto, *Manajemen waktu*, (Depok: Rajawali Pers 2019) Hal.

remaja tidak dapat mengelola waktu dengan baik, maka remaja akan tertunda dalam menyelesaikan tugas.

Kenyataan yang ada dilapangan mengenai manajemen waktu tersebut, khususnya yang terjadi di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel. Tamansari Kec. Pulomerak, Kota Cilegon berdasarkan hasil observasi masih banyak remaja yang tidak bisa mengelola waktu dengan baik. Contohnya seperti bermain game online tidak ingat waktu, meninggalkan waktu solat, berkumpul dengan teman tidak ingat waktu, bermain handpone hingga lupa waktu, meninggalkan pekerjaan untuk bermain dan lain sebagainya. Masih banyak remaja di kelurahan tersebut yang belum bisa mengatur waktunya dengan baik, masih banyak dari mereka menghabiskan waktunya untuk hal yang tidak penting. Ada remaja yang pulang kuliah langsung nongkrong dengan temannya hingga lupa waktu, dan ada juga remaja yang pulang kerja langsung bergabung dan bermain mobile lagend hingga lupa waktu dan meninggalkan kewajiban mereka. Masih banyak dari mereka akan kesadaran dirinya dalam memanajemen waktu yang membuat waktu mereka tebuang sia-sia. Dengan memanajemen waktu pada remaja maka diharapkan akan timbulnya kesadaran pada diri remaja tersebut untuk menggunakan waktunya dengan sebaik-baiknya.

Kesadaran diri sebagai konsep sangat penting artinya, setiap individu dapat memandang diri dan dirinya, dan tidak hanya berpengaruh terhadap perilakunya, tetapi juga tingkat kepuasan yang di peroleh dalam hidupnya. Setiap individu tentunya memiliki kesadaran terhadap dirinya sendiri, tetapi terkadang mereka tidak mengetahui apakah kesadaran diri tersebut positif atau negatif. Individu yang memiliki kesadaran diri positif akan memiliki dorongan mandiri lebih baik dan dapat mengenal serta memahami dirinya sendiri uuk dapat berperilaku efektif dalam berbagai situasi. Dalam hal ini individu dapat menerima dapat menerima dirinya apa adanya dan mampu melakukan intropeksi diri serta lebih mengenal dirinya sendiri, maka individu tersebut tentunya tidak memiliki tanggung jawab untuk dirinya sendiri. Individu yang memiliki kesadaran diri merupakan

individu yang sadar penuh akan tanggung jawab serta keputusan yang diambil oleh nya, terlebih tanggung jawab serta keputusan pada pekerjaan.

Goleman mengemukakan kesadaran diri adalah mengetahui apa yang dirasakan oleh dirinya sendiri. Lebih lanjut Goleman menjelaskan bahwa kesadaran diri adalah kemampuan untuk merasakan, mengartikulasi dan merefleksikan keadaan emosional seseorang, setiap emosi yang dirasakan dapat dikendalikan dengan merefleksikan terlebih dahulu peristiwa-peristiwanya.<sup>6</sup> Dapat disimpulkan kesadaran diri merupakan kemampuan individu untuk bisa mengidentifikasi dan memahami dirinya secara utuh, baik dari sifat, karakter, emosi, perasaan, pikiran, dan cara adaptasi dengan lingkungan.

Remaja artinya salah satu fase pada rentang perkembangan manusia yg tertantang sejak anak pada masih kandungan hingga tewas dunia. Masa remaja mempunyai karakteristik yg tidak sama menggunakan masa sebelumnya atau sesudahnya, sebab berbagai hal yg mempengaruhinya sehingga selalu menarik buat dibicarakan. Masa remaja akhir merupakan masa yang telah mengalami penyempurnaan kematangan secara fisik, psikis dan sosial. Masa remaja akhir berada direntang usia 18-22. Garis pemisah antara remaja awal dan akhir berada sekitar usia tujuh belas tahun, yang rata-rata remaja berada pada Sekolah Menengah Atas, ketika remaja duduk di kelas terakhir. Masa remaja ini juga ditandai dengan meningkatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan sosial mereka. Sebagian besar waktunya dihabiskan untuk berhubungan dan bergaul dengan teman-temannya.

Remaja pada dasarnya makhluk sosial artinya manusia selalu mengadakan interaksi dengan lingkungan untuk memenuhi berbagai sosial dan harus mampu menampilkan diri sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. Konseli sebagai individu yang dinamis berada dalam proses

---

<sup>6</sup> Agoes Dariyo, "Peran Self Awareness dan Egi Support Terhadap Kepuasan Hidup Remaja Tionghoa" Jurnal Fakultas Psikologi, Vol. 15 No. 2 (Jakarta 2016) Hal. 254-275

perkembangan memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungan, manusia sebagai pribadi yang unik memiliki perbedaan karakteristik antara individu yang satu dengan individu yang lain. Seiring dengan perkembangan zaman maka kemajuan teknologi semakin pesat yang membawa kemudahan pada manusia dalam berkomunikasi dan berhubungan dengan oranglain. Teknologi juga membuat sesuatu menjadi sederhana dan mudah dibawa kemanapun dan lebih mudah diperoleh yaitu melalui media *handpone* dan *laptop*. Melalui media ini, remaja dapat dengan mudah berhubungan dan berkomunikasi dengan sesame tanpa terhalang jarak, waktu, dan tempat. Media komunikasi ini disebut internet.

Bimbingan kelompok adalah proses pengarahan yang dilakukan oleh seorang pembimbing di dalam lingkup kelompok dalam satu waktu. Menurut Titiek Romlah dalam bukunya bahwasannya bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan individu dalam situasi kelompok dengan tujuan mencegah timbulnya suatu masalah yang menghambat pengembangan potensi individu. Sedangkan menurut Prayitno menyatakan bahwa bimbingan kelompok yakni memanfaatkan dinamika yang berbentuk kelompok untuk upaya mencapai tujuan dari bimbingan dan konseling.<sup>7</sup> Dapat disimpulkan bimbingan kelompok merupakan usaha yang dilakukan untuk membantu indivdiu dalam menyelesaikan masalah kesulitan pada diri konseli dalam situasi kelompok guna memperoleh informasi dan membantu konseli dalam menyusun rencana atau mengambil keputusan yang tepat.

Terbentuknya berbagai kelompok dalam sebuah peradaban manusia merupakan hakikat akan manusia itu sendiri yang kelak dikenal sebagai makhluk sosial. Ia tak mungkin dapat hidup dengan layak jika hidup sendiri. Selanjutnya, berkumpulnya sejumlah orang dengan berbagai kualitas dan kuantitas tertentu, disadari ataupun tidak, di sengaja ataupun dipaksa,

---

<sup>7</sup> Syifa Nur Fadilah, *Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan*'' Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol.3, No.2 (November 2019) Hal 167-178

perkumpulan tersebut akan mengatarkannya pada sebuah eksistensi tertentu. Oleh karena itu, manusia selalu hidup dalam kumpulan dan kebersamaan antara satu dengan yang lainnya, misi yang satu dengan misi yang lainnya. Singkatnya, ia merasakan bahwa dirinya merupakan bagian daripada yang lainnya dan hal inilah yang disebut kelompok

Pelaksanaan dalam kegiatan bimbingan kelompok menurut Prayitno ada empat aspek yaitu pertama, tahap pembentukan tahap ini merupakan tahap pengenalan diri pada setiap pemimpin dan anggota kelompok. Kedua, tahap peralihan, yaitu jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga. Artinya anggota kelompok siap memasuki tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Ketiga, tahap kegiatan, yaitu inti dari kegiatan kelompok. Dan terakhir, tahap pengakhiran, yaitu hasil yang telah dicapai dalam kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok mampu menerapkan hal-hal yang mereka pelajari dalam suasana kelompok pada kehidupan nyata mereka sehari-hari.

Penulis memilih meneliti tentang “ **Pengaruh *Time Manangement* Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kesadaran Diri Pada Remaja Akhir Link. Sumur Jaya RW.06 Kel. Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota Cilegon** ” karena masih banyak dari mereka mempunyai kesadaran diri yang rendah dalam memanajemen waktu. Dan berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka perlu dilakukan Bimbingan kelompok dengan teknik *time management* dan pada remaja di Link. Sumur Jaya RW.06 Kel. Tamansari, Kec.Pulomerak, Kota Cilegon.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat disimpulkan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Memanfaatkan manajemen waktu secara efektif dan efesien.
2. Permasalahan pengaturan waktu bagi remaja.
3. Remaja lingkungan Sumur Jaya Rw 06 masih banyak yang tidak bisa mengelola waktu.

4. Pentingnya kesadaran diri terhadap individu.
5. Pendapat para ahli tentang kesadaran diri.
6. Perkembangan remaja akhir dimulai dari usia 18-22.
7. Karakteristik remaja dengan lingkungan sosial.
8. Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi manusia.
9. Pengertian bimbingan kelompok menurut para ahli
10. Hakikat manusia sebagai makhluk sosial, hingga terbentuknya berbagai kelompok.
11. Pelaksanaan bimbingan kelompok.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah. Maka perlu adanya batasan masalah yang diteliti dan dengan banyaknya pembahasan dan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah agar penelitian tersebut lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian tercapai. Maka batasan masalah yang diteliti yaitu ‘*Time Management* dan Kesadaran Diri Pada Remaja Akhir Di Lingkungan Sumur Jaya RW.06 Kel. Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota Cilegon”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka penlitri dapat merumuskan masalah yang menjadi fokus penelitian yang berupa pertanyaan penelitian yaitu:

1. Bagaimana pelaksanaan *Time Management* dalam layanan bimbingan kelompok pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel. Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota Cilegon?
2. Bagaimana Kesadaran Diri pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06 Kel. Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota Cilegon?
3. Bagaimana pengaruh *Time Magement* dalam layanan bimbingan kelompok pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel. Tamansari, Kec. Pulomerak. Kota, Cilegon?

### **E. Tujuan Penelitian**

Maka tujuan penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan Time Management dalam layanan bimbingan kelompok pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06 Kel. Tamansari, Kec.Pulomerak, Kota Cilegon
2. Untuk mengetahui Kesadaran Diri pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel.Tamansari, Kec.Pulomerak, Kota Cilegon
3. Untuk mengetahui pengaruh Time Manajemen dalam layanan bimbingan kelompok pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel.Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota Cilegon

### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Untuk menambah pemahaman tentang Time Manajemen pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel.Tamansari, Kec.Pulomerak, Kota.Cilegon
  - b. Untuk pengembangan pemahaman kesadaran diri pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel.Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota.Cilegon
  - c. Dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi kampus

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan serta informasi untuk memecahkan permasalahan-permasalahan yang berkaitan dengan judul tersebut, dan juga sebagai dasar untuk mengambil kebijakan di masa yang akan datang.
  - b. Bagi remaja

Untuk menambah wawasan pengetahuan tentang Time Manajemen dan penerapan pemahaman kesadaran diri pada remaja akhir di Link. Sumur Jaya RW.06, Kel. Tamansari, Kec. Pulomerak, Kota Cilegon

c. Bagi peneliti

Sebagai bahan untuk menambah pengetahuan baik secara teoritis maupun praktis.

### G. Definisi Operasional

Menurut Sandu Siyoto & Ali Sodik salah satu unsur yang membantu komunikasi antar penelitian adalah definisi operasional, yaitu merupakan petunjuk tentang bagaimana suatu variabel diukur. Dengan membaca definisi operasional dalam suatu penelitian, seorang peneliti akan mengetahui pengukuran suatu variabel, sehingga peneliti dapat mengetahui baik buruknya pengukuran tersebut.<sup>8</sup> Jadi, definisi operasional digunakan untuk menyamakan kemungkinan pengertian yang beragam antara peneliti dengan orang yang membaca penelitiannya.

Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini definisi operasional variabelnya sebagai berikut:

1. Time Management

Time Management adalah tentang perencanaan hari/waktu supaya bisa melakukan penggunaan paling baik atas waktu yang dimiliki. Konsep atau istilah mengenai time management berawal dari revolusi industri, yaitu ketika mulai ada perhatian tentang pengelolaan waktu secara efektif dan efisien untuk bisa mengontrol waktu yang dimiliki seseorang. Sejak Drucker mempopulerkannya konsep time management ini secara luas diterima sebagai hal yang menyumbang pada efektivitas karyawan.

Indikator Time Management:

---

<sup>8</sup> Sandu Siyoto, Ali Sodik, *“Dasar Metodologi Penelitian”* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing 2015) Hal.16



a. Mampu menyusun tujuan

Menyusun tujuan yaitu kemampuan menyusun kegiatan. Kemampuan ini ditunjukkan dalam bentuk kegiatan misalnya menetapkan dan meninjau kembali tujuan jangan panjang ataupun pendek.

b. Mampu menyusun prioritas

Tugas-tugas penting memiliki ciri penting atau sifat mendesak yang berbeda-beda. Oleh karena itu, menyusun prioritas diharapkan kepada remaja untuk menyusun waktu yang di prioritaskan.

c. Mampu membuat jadwal

Kemampuan membuat jadwal berupa aktivitas yang berkaitan dengan pengaturan waktu yang dibutuhkan dan merencanakan waktu istirahat menggunakan buku agenda.

d. Mampu meminimalisir gangguan

Meminimalisir gangguan sangat penting karena hampir setiap orang menghadapi gangguan dalam menjalankan aktivitas mereka. Remaja sebaiknya tetap memusatkan perhatian pada pekerjaan yang sedang dikerjakan dan menghindari gangguan

## 2. Kesadaran Diri

Kesadaran diri adalah sebagai cara latihan (memilah-milah) rasa sendiri dengan rasa orang lain untuk meningkatkan kemampuan menghayati rasa orang lain sebagai manifestasi tercapainya pertumbuhan dan perkembangan kepribadian yang sehat dan sejahtera. Kesadaran diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengetahui dan memahami dirinya meliputi kelebihan dan kelemahan, dorongan, nilai, serta dampaknya terhadap orang lain yang dapat memandu individu dalam pengambilan keputusan yang tepat.

Kesadaran diri merupakan memahami rohani dan pengenalan diri. Sebab antara diri dengan tuhan berhubungan erat, maka akan lebih objektif untuk mengatasi kelemahan dan kekuatan dengan bersyukur atas segala nikmat dan bersabar dalam ujian tuhan. Faktor pembentuk kesadaran diri anatara lain hati nurani, yang dalam istilah psikologi identic dengan intropeksi diri atau evaluasi diri. Adapun faktor penghambat pembentukan kesadaran diri antara lain: marah, kebencian atau dendam, dengki, sombong, riya, pamrih, dan buruk sangka.

Kesadaran diri menjadi tujuan manusia yang mencari tahu tentang sumber ilmu. Mengenal diri akan mengenali kemampuan dan bakat pribadinya. Manfaat kesadaran diri adalah sebagai alat kontrol bahwa dirinya ciptaan tuhan yang sangat berharga dan tidak kebetulan, mengenal atau menyadari karakteristik fitrah eksklusif yang memungkinkan orang akan melihat jelas siapa dirinya, mengetahui aspek rohani akan memahami proses perkembangan dan penyucian rohani, memahami gerbang spiritual menuju kepada tuhan.