



Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Film Pendek terhadap Manajemen Waktu Belajar

Ni Made Meri Santika¹, Mudaim², Hadi Pranoto³

^{1,2,3} Jurusan Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Metro

E-Mail: mademeri1806@gmail.com¹, mudaim79@gmail.com², hadipranoto21@gmail.com³

Abstrak

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan media video terhadap manajemen waktu belajar. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif eksperimen dengan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian sebanyak 10 peserta didik. Instrumen dalam pengambilan data menggunakan metode kuisioner model skala likert. Analisa data yang digunakan yaitu uji-t. Hasil perhitungan data adalah $t_{hitung} = 18,45$ sedangkan $t_{tabel} = 2,262$ dari signifikan (α) sebesar 0,05. Selain itu diketahui bahwa terjadi peningkatan skor pre-test diperoleh rata-rata 63,5 yang masuk dalam kategori mutu rendah, sedangkan skor post-test diperoleh rata-rata 93,5 yang masuk dalam kategori mutu tinggi dengan selisi skor pre-test dan post-test yaitu 30. Hal itu menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan media video berpengaruh terhadap manajemen waktu belajar. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan media video terhadap manajemen waktu belajar peserta didik SMA Negeri 5 Metro. Bimbingan kelompok menggunakan media video sangat berpengaruh dalam meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik.

Kata Kunci: Bimbingan kelompok, manajemen waktu belajar.

Abstract

The formulation of the problem in this study is the influence of group guidance services using video media on study time management. This study used a quantitative experimental design with one group pretest-posttest design. The research sample was 10 students. Instruments in data collection using the Likert scale model questionnaire method. The data analysis used is the t-test. The result of calculating the data is $t_{count} = 18.45$ while $t_{table} = 2.262$ from a significant (α) of 0.05. In addition, it is known that there is an increase in the pre-test score obtained by an average of 63.5 which is included in the low quality category, while the post-test score is obtained by an average of 93.5 which is included in the high quality category with a difference in pre-test and post scores. -test is 30. It shows that group guidance using video media has an effect on learning time management. The conclusion in this study is that there is an influence of group guidance services using video media on the learning time management of SMA Negeri 5 Metro students. Group guidance using video media is very influential in improving student learning time management.

Keywords: Group guidance, study time management.

PENDAHULUAN

Belajar adalah proses yang kompleks yang terjadi pada diri setiap orang sepanjang hidupnya (Arsyad, 2011). Proses belajar itu terjadi karena adanya interaksi antara seseorang dengan lingkungannya. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi kapan saja dan dimana saja. Salah satu tanda bahwa seseorang itu telah belajar adalah adanya



perubahan tingkah laku pada diri orang itu yang disebabkan oleh terjadinya perubahan pada tingkat pengetahuan, keterampilan, atau sikapnya.

Manajemen waktu adalah proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu untuk menggunakan waktu secara efektif Purwanto (dalam Nurhidayati, 2016). Konsep manajemen belajar, perlu adanya penerapan secara terstruktur di dalam proses belajar agar nantinya dapat mencapai hasil belajar yang memuaskan.

Ciri-ciri manajemen waktu yang baik yaitu tidak menunda, perencanaan waktu yang tepat, mempunyai tujuan yang jelas, mempunyai skala prioritas, dan meningkatkan kemampuan dalam mengerjakan tugas. Jika peserta didik dapat melakukan seperti yang dijeskan di atas maka dapat dikatakan bahwa peserta didik sudah memiliki manajemen waktu yang baik.

Faktanya saat ini peserta didik belum melaksanakan tugas perkembangannya yaitu bertanggung jawab untuk mengelola waktu belajar yang dimilikinya. Hal itu juga terjadi pada peserta didik SMA Negeri 5 Metro. Berdasarkan hasil prasurvei mengamati dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 18 April 2022 terdapat masalah pengelolaan waktu belajar dalam kehidupan sehari-hari, diperoleh data bahwa kemampuan peserta didik dalam menyusun skala prioritas rendah, kemampuan peserta didik dalam membuat jadwal kegiatan sehari-hari rendah, kemampuan peserta didik dalam mengkontrol waktu belajar rendah.

Masalah manajemen waktu belajar dapat diselesaikan dengan pemahaman dan pengembangan diharapkan peserta didik dapat meningkatkan manajemen waktu belajarnya dengan baik. Adanya layanan bimbingan kelompok terhadap manajemen waktu belajar diharapkan mampu mengatasi dan menyelesaikan kesulitannya dengan tepat dan mandiri secara kelompok maupun secara individu agar peserta didik dapat mencapai tujuan yang di inginkan. Menggunakan bimbingan kelompok di anggap dapat melatih untuk berfikir kritis dalam mengidentifikasi masalah kebiasaan belajar serta mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi.



Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Menurut Gazda (dalam Prayitno, 2013) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Menurut Sukardi (dalam Nurhidayati, 2016: 28) bimbingan kelompok adalah pemberian layanan yang diberikan kepada peserta didik secara bersama-sama dalam sebuah kelompok yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari. Menurut Romlah (dalam Nurhidayati, 2016) pengertian bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok.

Beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan kepada siswa dalam bentuk kelompok guna membahas masalah atau topik umum dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Sedangkan media video merupakan media yang dapat menarik perhatian peserta didik untuk mengikuti proses KBM berlangsung. Jika peserta didik mengikuti proses tersebut maka materi yang diberikan oleh guru akan mudah diserap dengan baik. Pada dasarnya teknik mengelola teknik menggunakan media video dapat mendorong peserta didik untuk memperhatikan guru yang menjelaskan materi untuk manajemen waktu belajar sehingga pemahaman manajemen waktu belajar dapat tersampaikan dengan baik.

Berdasarkan masalah yang terjadi yaitu peserta didik belum dapat memanajemen waktu belajar dengan baik, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang memanfaatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan media video pada peserta didik SMA Negeri 5 Metro agar peserta didik dapat memanajemen waktu belajar. Selanjutnya dituangkan dalam judul penelitian pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan media video terhadap manajemen waktu belajar peserta didik SMA Negeri 5 Metro.

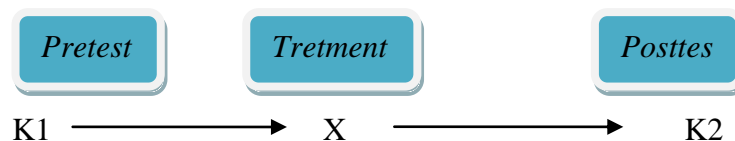
METODE PENELITIAN

Penelitian yang akan dilakukan merupakan penelitian yang bersifat eksperiment. Metode eksperimen adalah metode yang paling dipilih dan paling produktif dalam

penelitian. Bila dilaksanakan dengan baik, studi eksperimental menghasilkan bukti yang paling benar berkaitan dengan hubungan sebab-akibat. Menurut Sugiyono (2012) metode penelitian eksperimen adalah sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen merupakan metode yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu dengan mengendalikan satu variabel bebas dan variabel terikat untuk menemukan variasi yang sering muncul dalam pemanipulasian variabel bebas tersebut.

Penelitian ini dilaksanakan dengan maksud untuk menerapkan layanan bimbingan kelompok menggunakan media video terhadap manajemen waktu belajar peserta didik SMA Negeri 5 Metro. Desain penelitian yang digunakan adalah desain *one group pretest-posttest design*. Berkaitan dengan rancangan penelitian eksperimen desain kelompok tunggal. Secara bagan desain kelompok tunggal *one group pretest-posttest design* dapat dilihat dalam gambar berikut:



Gambar 1. *One group pretest-posttest design* (Sugiyono, 2012)

Keterangan:

K1 : Nilai *pretest* (sebelum diberi perlakuan)

K2 : Nilai *posttest* (setelah diberi perlakuan)

X : *Treatment* yang diberikan

Pelaksanaan penelitian eksperimen dengan desain ini dilakukan dengan memberikan perlakuan X terhadap suatu kelompok, yaitu kelompok eksperimen. Sebelum diberi perlakuan, pertama-tama dilakukan pengukuran pada kelompok tersebut dan diberi *pretest/test* awal (K1) kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) layanan informasi menggunakan media video dalam jangka waktu tertentu sebanyak dua kali, dan setelah itu dilakukan pengukuran kembali dengan diberi *posttest/tes* akhir (K2) untuk melihat ada tidaknya pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan



media video diterapkan. Pada desain ini unit percobaan dikenakan perlakuan dengan dua kali pengukuran.

Populasi adalah sekelompok orang yang akan dijadikan obyek pengamatan. Menurut Sugiyono (2012) bahwa “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Sedangkan menurut Nazir (2009) “populasi dapat didefinisikan sebagai sejumlah kasus yang memenuhi seperangkat kriteria tertentu, yang ditentukan peneliti”.

Berdasarkan pendapat tersebut maka yang menjadi populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X SMA Negeri 5 Metro, yang keseluruhannya terdiri dari 8 kelas dengan jumlah peserta didik 288, perincian sebagai berikut:

Tabel 1.
Sebaran Anggota Populasi

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1.	X IPA 1	36
2.	X IPA 2	36
3.	X IPA 3	36
4.	X IPA 4	36
5.	X IPS 1	36
6.	X IPS 2	36
7.	X IPS 3	36
8.	X IPS 4	36
Jumlah		288

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti. Menurut Sugiyono (2012) “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi”. Sedangkan menurut Soenarto (dalam Purwanto, 2010) “sampel adalah bagian yang dipilih dengan cara tertentu untuk mewakili keseluruhan kelompok populasi”.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi. Sampel penelitian ditentukan untuk memperoleh informasi tentang obyek penelitian dengan mengambil representasi populasi yang diprediksikan dapat mewakili seluruh populasi. Peserta didik yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X IPS 4, dengan jumlah peserta didik 10. Alasan dalam pengambilan sampel yang terkumpul dalam satu kelas adalah karena layanan informasi dilaksanakan



secara bimbingan kelompok sehingga mempermudah penentuan jam layanan, pengumpulan sampel dan permintaan izin kepada guru bimbingan dan konseling.

Teknik sampling yaitu suatu teknik untuk mengambil sampel dari jumlah populasi yang ada. Menurut Sugiyono (2012) "teknik sampling adalah teknik dalam pengambilan sampel". Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2012) "*purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu". *Purposive sampling* adalah cara mengambil sampel dengan mempertimbangkan suatu hal.

Penelitian ini peneliti mengambil sampel 10 peserta didik kelas X IPS 4 sebagai kelompok eksperimen penelitian. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel dilakukan dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan dalam pengambilan sampel di penelitian ini adalah anggota kelompok harus memiliki kriteria masalah yang diteliti dalam penelitian ini.

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Menurut Arikunto (2010) "Instrumen adalah alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode". Sedangkan menurut Sugiyono (2012) "instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati". Dalam penelitian ini mengungkap data mengenai manajemen waktu belajar. Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Berikut akan dipaparkan penjelasan tentang: jenis instrumen, tahap penyusunan angket dan pensekoran.

Jenis instrumen yang penelitian gunakan dalam penelitian ini untuk mengukur manajemen waktu belajar yaitu berupa angket atau kuesioner peserta didik. Angket merupakan suatu metode pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan tertulis kepada responden, dengan tujuan untuk memperoleh jawaban. Hal ini sejalan dengan pendapat Sugiyono (2012) "Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya".

Angket ini menggunakan angket tertutup dalam bentuk *checklist* dengan menggunakan skala likert. Menurut Sugiyono (2012) "skala likert digunakan untuk



mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang sesuatu fenomenal”. Melalui skala likert, maka variabel yang diukur akan dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Instrumen atau alat pengumpulan data yang disebut juga angket berisii sejumlah pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan gaya belajar yang harus dijawab oleh responden. Responden mempunyai kebiasaan untuk memberikan jawaban atau respon sesuai dengan persepsinya. Angket dalam penelitian ini dibuat dalam bentuk soal *checklist* sebanyak 25 pernyataan.

Teknik pengumpulan data adalah tehnik yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang diinginkan. Menurut Sugiyono (2012) “metode pengumpulan data adalah ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data.” Sedangkan menurut Nazir (2009) “pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan”.

Menurut Sugiyono (2012) “angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Sedangkan menurut Nazir (2009) “angket adalah sebuah set pertanyaan yang secara logis berhubungan dengan masalah penelitian, dan tiap pertanyaan merupakan jawaban-jawaban yang mempunyai makna dalam menguji hipotesis.” Angket yang digunakan angket tertutup dalam bentuk *rating scales*, yaitu angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda ceklis (√) pada kolom jawaban yang sesuai. Instrumen angket digunakan agar peneliti dalam membuat pernyataan dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan dapat menunjang tujuan penelitian.

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Menurut Sugiyono (2012) “analisis data merupakan kegiatan setelah data sari seluruh responden terkumpul.” Sedangkan Nazir (2009) “analisis data adalah pengumpulan data mentah yang dipecahkan kedalam kelompok-kelompok, kemudian diadakan kategorisasi, dilakukan manipulasi, serta diperas



sedemikian rupa, sehingga data mentah mempunyai makna untuk menjawab masalah dan bermanfaat untuk menguji hipotesis.” Data yang terkumpul akan diolah untuk mendapatkan suatu kesimpulan dari hasil penelitian. Agar data tersebut memberikan rangkuman keterangan yang dapat dipakai secara tepat dan teliti maka harus menggunakan teknik analisis data yang tepat.

Kegiatan penelitian data mentah akan memberi arti bila dianalisis dan ditafsirkan. Data tersebut akan dianalisis dengan mengelola dan menganalisa data angket dengan membandingkan nilai-nilai *pre-test* dan *post-test*. Untuk menganalisis hasil eksperimen yang menggunakan *pre-test* dan *post-test one group design* dengan menggunakan rumus uji-t, Arikunto (2010) maka rumusnya sebagai berikut:

$$t_{hitung} = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

Md = Mean dari perbedaan *pre test* dengan *post test*

Xd = Deviasimasing-masing subjek

$\sum x^2 d$ = Jumlah kuadrat deviasi

n = Subjek pada sampel

d.b = ditentukan dengan n-1

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan analisis data yang sudah dilakukan serta pengkategorian mutu yang disajikan pada tabel di atas diketahui bahwa manajemen waktu belajar pada peserta didik pada ketegori tinggi dengan rentang skor 86-105 sejumlah 8 peserta didik dengan persentase 80%. Manajemen waktu belajar peserta didik pada ketegori sedang dengan rentang skor 66-85 sejumlah 2 peserta didik dengan persentase 20%. Berdasarkan distribusi kategori skor manajemen waktu belajar peserta didik tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa secara rata-rata kategori manajemen waktu belajar peserta didik di SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2022/2023 berada pada kategori tinggi.

Setelah memperoleh hasil penelitian, maka langkah selanjutnya peneliti akan membahas tentang pengaruh media video dalam layanan bimbingan kelompok untuk



meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4. Layanan bimbingan kelompok dengan media video berpengaruh untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik dengan perolehan nilai yang signifikan pada uji hipotesis $p < 0,05$. Penelitian ini sejalan dengan nilai signifikan video terbukti dapat meningkatkan manajemen waktu khususnya dalam hal pada uji hipotesis $p < 0,05$ Layanan bimbingan kelompok dengan media video manajemen waktu belajar

Menurut Sugiyono (2015) manajemen merupakan suatu proses keseluruhan dari aktivitas yang dilakukan dan melibatkan sekelompok manusia dengan menggunakan kegiatan aktivitas lain agar mencapai tujuan yang efektif dan efisien.

Sedangkan Menurut Ernest R. Hilgard (dalam Wahab, 2015) belajar merupakan proses perbuatan yang dilakukan dengan sengaja, yang kemudian menimbulkan perubahan, yang keadaannya berbeda dari perubahan yang ditimbulkan oleh lainnya.

Menurut Purwanto (dalam Nurhidayati, 2016) berpendapat bahwa manajemen waktu adalah proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu untuk menggunakan waktu secara efektif.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa manajemen waktu belajar merupakan suatu kemampuan dalam menggunakan waktu dengan baik serta dapat melakukan sesuatu dan upaya seseorang dalam mengatasi kendala agar tujuan yang dicapai dapat menjadi lebih efektif.

Setelah melakukan analisis data yang terkumpul tentang variabel media video dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4 di SMA Negeri 5 Metro Tahun pelajaran 2022/2023, maka diperoleh hasil penelitian yaitu secara rata-rata pada pretest berada pada kategori rendah dengan rentang skor 46-65 berjumlah 7 peserta didik dengan persentase 70% dan pada kategori sedang dengan rentang skor 66-85 berjumlah 3 peserta didik dengan persentase 30%. Kemudian pada posttest berada pada kategori tinggi dengan rentang skor 86-105 sejumlah 8 peserta didik dengan persentase 80% dan pada kategori sedang dengan skor 66-85 berjumlah 2 peserta didik dengan persentase 20%. Hal ini jelas menunjukkan bahwa ada kenaikan signifikan dari hasil pretest dan posttest pada layanan bimbingan



kelompok dengan media video untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4 di SMA Negeri 5 Metro.

Berdasarkan hasil pretest yang dilakukan oleh peneliti memperoleh data bahwa manajemen waktu belajar peserta didik masih rendah, hal ini dibuktikan dengan rata-rata nilai sebesar 63,5 setelah melakukan pretest dan memberikan layanan untuk mengetahui suatu perubahan pada peserta didik. Setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan media video manajemen waktu belajar untuk meningkatkan manajemen waktu belajar yang masih rendah maka dilakukan posttest yang mengalami kenaikan yaitu mendapatkan nilai rata-rata sebesar 30 dengan skor rata-rata posttest sebesar 93,5 pada setiap peserta didik.

Berdasarkan analisis dari hasil uji hipotesis diketahui bahwa adanya suatu pengaruh pada video dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4. Kriteria pengujian tolak H_0 jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan hasil uji beda diperoleh perhitungan $t_{hitung} = 18,45$ $t_{tabel} = 2,262$ dan derajat kebebasan ($dk = N-1 = 10-1 = 9$), dengan demikian H_0 ditolak. Ini berarti ada pengaruh media video dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4. Maka, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa adanya suatu pengaruh media video dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4 di SMA Negeri 5 Metro diterima.

Menurut Prayitno (2012) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Ada beberapa keuntungan dilaksanakan bimbingan kelompok, menurut Wingkel dan Hastuti (dalam Pranoto, 2016) menyatakan bahwa pentingnya bimbingan kelompok yaitu supaya individu yang dilayani menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pandangannya sendiri, dan tidak sekedar meniru pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri dan menanggung sendiri efek serta konsekuensi dari tindakan-tindakannya.

Diasumsikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan media video berpengaruh terhadap manajemen waktu belajar peserta didik. Maka tujuan penelitian



ini tercapai ditandai dengan peningkatan pemahaman manajemen waktu belajar peserta didik SMA Negeri 5 Metro menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan media video.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil perhitungan pada analisis penelitian dapat di peroleh dalam layanan bimbingan kelompok dengan media video berpengaruh terhadap manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4 di SMA Negeri 5 Metro dapat dilihat dari hasil pretest dengan skor sebesar 63,5 dan hasil posttest menunjukkan peningkatan dengan skor rata-rata sebesar 93,5 dengan selisih perbedaan 30. Dari hasil pengujian hipotesis didapatkan hasil perhitungan $= 18,45$ $t_{tabel} = 2,262$ dari signifikan 0,05 dan derajat keabsahan ($dk = n-1 = 10-1 = 9$), dengan demikian H_0 ditolak. Jadi terdapat pengaruh media video dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik kelas X IPS 4 di SMA Negeri 5 Metro.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas maka mampu direkomendasikan saran yaitu:

Bagi Peserta Didik, dalam layanan bimbingan dan konseling peserta didik mampu lebih aktif agar peserta didik selalu mempunyai pemahaman baru terkait materi-materi yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.

Bagi Sekolah, sebaiknya sekolah meningkatkan fasilitas sarana dan prasarana bagi bimbingan dan konseling di sekolah untuk tercapainya tujuan layanan bimbingan dan konseling.

Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, supaya guru bimbingan dan konseling lebih meningkatkan media dalam pelayanan bimbingan dan konseling agar suasana layanan menjadi lebih menarik sehingga peserta didik lebih antusias dalam mengikuti layanan.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka
- Arsyad, A. (2011). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2015). *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Hadi, S. (2011). *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Andi
- Nazir, M. (2009). *Metode Penelitian*. Bogor: Galia Indonesia.
- Nurhidayati. (2016). *Analisis Pelaksanaan Praktikum pada Pembelajaran Biologi Peserta Didik Kelas XI di SMAN 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016*. (Skripsi). Fakultas Tabiyah dan Keguruan IAIN Raden Intan Lampung. Lampung: IAIN Press.
- Pranoto, H. (2016). *Bimbingan Konseling Kelompok*. Metro: FKIP Universitas Muhammadiyah Metro
- Prayitno. (2012). *Seri Layanan Konseling L.1-L.9*. Padang: BK Fakultas Pendidikan Padang.
- Prayitno. (2013). *Layanan bimbingan dan konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Purwanto. (2010). *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Setyosari, P. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta: Edisi Ketiga. Penerbit Kencana
- Sugiono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahab, R. (2015). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers.