

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Waktu adalah aset yang berharga dan memerlukan perlindungan yang baik. Salah satu cara untuk menjaga keberhargaan waktu adalah dengan memberikan panduan tentang pentingnya penghormatan terhadap waktu kepada banyak individu. Waktu merupakan sumber daya yang terbatas; semua orang diberikan alokasi yang sama, yakni 24 jam atau 86.400 detik setiap harinya. Beberapa orang merasa kekurangan waktu untuk berbagai kegiatan, sementara yang lain mampu mencapai banyak hal. Kebiasaan-kebiasaan yang seringkali menjadi akar masalah dalam pemborosan waktu perlu diatasi melalui manajemen waktu yang efisien.

Dejanasz menjelaskan bahwa manajemen waktu adalah kemampuan untuk mengalokasikan waktu dan sumber daya demi mencapai tujuan. Kemahiran dalam mengelola waktu membantu kita untuk memprioritaskan tujuan hidup dan mencapai kesejahteraan. Manajemen waktu merupakan keterampilan pribadi dan manajerial yang melibatkan perencanaan tujuan, estimasi waktu yang dibutuhkan, dan kedisiplinan untuk fokus pada pencapaian tujuan tersebut. Manajer yang efisien dapat meningkatkan produktivitas melalui manajemen waktu yang efektif, sambil mengurangi tingkat stres.<sup>1</sup>

Manajemen waktu melibatkan perencanaan dan pengaturan penggunaan waktu secara efisien, dan konsep ini mulai berkembang selama revolusi industri ketika orang menyadari pentingnya mengelola waktu dengan baik. Seperti yang dijelaskan oleh Konig, manajemen melibatkan berbagai aspek organisasi, seperti perencanaan strategis, struktur organisasi, penetapan tujuan, alokasi sumber daya, pengembangan sumber daya manusia, dan pengelolaan aset keuangan untuk mencapai tujuan dan mengevaluasi hasilnya. Manajemen waktu, di sisi lain, adalah seni mengelola urusan

---

<sup>1</sup> Syelviani, Meilisa. "PENTINGNYA MANAJEMEN WAKTU DALAM MENCAPAI EFEKTIVITAS BAGI MAHASISWA (Studi Kasus Mahasiswa Progra, Studi Manajemen Unisi)". ISSN: 2443-2466 Vol. 6, No. 1 (2020): 24

pribadi dan bisnis dengan efektif dan efisien, memastikan kelancaran, kecepatan, dan optimalisasi penggunaan sumber daya seperti waktu, energi, uang, dan tenaga kerja. Tujuannya adalah mengurangi waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas dan pekerjaan dengan perencanaan, pengorganisasian, penjadwalan, dan alokasi waktu yang cerdas guna mencapai kinerja yang lebih efisien dan produktif.<sup>2</sup>

Fischer mencatat bahwa seringkali orang mengabaikan hasil besar yang bisa dicapai di masa depan melalui praktik manajemen waktu yang baik. Artinya, manfaat dari pengembangan dan konsistensi dalam menerapkan manajemen waktu tidak selalu terlihat dengan segera, tetapi seiring berjalannya waktu, hasilnya bisa sangat mengesankan.<sup>3</sup>

Dalam pandangan hakikat manusia dari sudut pandang teori dan pendekatan perilaku, manusia dianggap sebagai entitas yang pada dasarnya merespons lingkungan mereka dengan kendali yang terbatas. Pendekatan ini cenderung bersifat mekanistik dan menganggap bahwa manusia kurang aktif dalam menentukan identitas mereka. Ketika individu memulai hidup, mereka memberikan respons dan interaksi terhadap lingkungan yang membentuk pola perilaku, yang pada akhirnya membentuk kepribadian mereka. Perilaku individu dipengaruhi oleh jenis dan intensitas penguatan yang mereka alami selama hidup mereka. Pendekatan perilaku dalam konteks konseling menetapkan batasan yang mengatur interaksi antara individu dan lingkungan. Konsep perilaku menyatakan bahwa perilaku individu adalah hasil dari pembelajaran dan dapat diubah dengan mengubah kondisi pembelajaran. Dalam konteks konseling, ini mengindikasikan bahwa konseling adalah pengalaman pembelajaran yang membantu individu mengubah perilaku mereka untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

Terdapat empat pilar sentral dalam pendekatan perilaku, yaitu kondisioning klasik, kondisioning operan, teori pembelajaran sosial, dan terapi perilaku kognitif. Dalam

---

<sup>2</sup> Gea, Antonius A. "TIME MANAGEMENT: MENGGUNAKAN WAKTU SECARA EFEKTIF DAN EFISIEN", HUMANIORA Vol. 5, No. 2 (2014): 779

<sup>3</sup> Abi, dan Kimiaus Saadah. "PERAN TIME MANAGEMENT TERHADAP PERILAKU DAN PERSEPSI MAHASISWA DALAM ORGANISASI". Kompetensi, Vol. 12, No. 2 (2018); 108

kondisioning klasik, perubahan perilaku bertujuan terjadi melalui pengaruh langsung dari stimulus. Perilaku spesifik dipicu oleh stimulus tertentu yang memiliki kaitan langsung. Sebaliknya, dalam kondisioning operan, perilaku yang terbentuk merupakan hasil dari stimulus yang sebelumnya telah dikondisikan. Terapi perilaku kognitif, pada dasarnya, memandang bahwa keempat aspek - fisik, perilaku, kognisi, dan emosi - saling berhubungan dalam individu. Gangguan emosional dapat memengaruhi perilaku individu, dan inilah sebabnya terapi ini menekankan perubahan dalam pemikiran dan perilaku guna mendukung stabilitas kognitif.<sup>4</sup>

Pondok pesantren adalah lembaga yang erat kaitannya dengan masyarakat, terutama di wilayah pedesaan. Ini juga dikenal sebagai lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia, tempat di mana pendidikan tradisional ajaran Islam bisa diakses langsung oleh masyarakat untuk mendalami agama sebagai panduan hidup, dengan fokus pada nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari di masyarakat. Pesantren memegang peran utama dalam membentuk moral bangsa, menjadikan pembangunan lebih bermakna dan bernilai. Dengan semangat yang tinggi dalam membimbing dan memajukan masyarakat, pesantren berusaha untuk terus berkembang dan memperkuat diri.<sup>5</sup>

Hasil studi awal yang dilakukan di Pondok Pesantren Darusy Syifa Al Islami Ploso Jati Kudus menunjukkan bahwa beberapa santri, terutama mereka yang baru memasuki pesantren, menghadapi tantangan dalam manajemen waktu. Manajemen waktu menjadi masalah umum, karena santri harus mematuhi jadwal rutin yang telah ditetapkan oleh pengurus pesantren, dimulai dari bangun sebelum subuh hingga tidur kembali, yang menghabiskan 16 jam dari 24 jam sehari. Ini bertujuan untuk membentuk disiplin para santri sehingga mereka dapat diandalkan dan dijadikan contoh ketika

---

<sup>4</sup> Sanyata, Sigit. Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling". Jurnal Paradigma, No. 14, Vol. VII, (2012): 3-8

<sup>5</sup> Syafe'I, Imam. "PONDOK PESANTREN: Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter." Al-Tadzkiyah: Jurnal Pendidikan Islam. Vo. 8. (2017): 86-87 diakses pada 10 Juni, 2022, <https://media.neliti.com/media/publications/177493-ID-pondok-pesantren-lembaga-pendidikan-pemb.pdf>

berinteraksi dengan masyarakat. Namun, masalah manajemen waktu tidak hanya terbatas pada santri baru, bahkan santri yang sudah lama sering mengalami kesulitan dalam mengatur waktu mereka untuk berbagai aktivitas. Hambatan dalam manajemen waktu bisa muncul dari diri sendiri, teman, atau lingkungan sekitar.<sup>6</sup>

Dalam pengaturan manajemen waktu, terdapat dua elemen kunci, yaitu menentukan prioritas dan merancang jadwal. Dalam menetapkan prioritas yang sesuai, pondok pesantren memiliki fokus utama, yakni membentuk kepribadian dan moral santri, serta memberikan pengetahuan yang luas dan bermanfaat, termasuk pengetahuan dunia dan agama, sehingga mencapai keseimbangan antara pendidikan pesantren dan sekolah formal. Ketika datang ke penyusunan jadwal, kerjasama antara pesantren dan sekolah telah diatur sehingga tidak terjadi konflik atau kesalahpahaman antara keduanya. Dengan jadwal yang telah ditetapkan, santri dapat menjadi lebih aktif dalam belajar, baik di pesantren maupun di sekolah formal, dan mereka menerima pengetahuan yang seimbang dari kedua sumber pendidikan tersebut, menjaga keseimbangan antara urusan dunia dan akhirat dalam kehidupan santri. Ini tercermin dalam prestasi belajar santri dan partisipasi aktif mereka dalam berbagai kegiatan, seperti peringatan Hari Santri dan perayaan hari besar.<sup>7</sup>

Setelah santri merasa nyaman dan mampu mengelola waktu dengan baik dan konsisten di lingkungan pesantren, peneliti memilih judul penelitian "Penerapan Konseling Behavior dengan Teknik Penguatan Positif dalam Meningkatkan Manajemen Waktu Santri Pondok Pesantren Darusy Syifa Al Islami Ploso Jati Kudus." Dalam konteks ini, penelitian bertujuan untuk menerapkan pendekatan konseling perilaku dengan menggunakan teknik penguatan positif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu santri".

---

<sup>6</sup> Nawalul Azmi, Wawancara Pra Penelitian oleh Peneliti, 10 Juni 2022.

<sup>7</sup> Motoh, Theopilus C dan Saharudin. "MANAJEMEN WAKTU PONDOK PESANTREN TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA STUDI KASUS MTS DDI SIAPO". Nusantara: Jurnal Ilmu Pendidikan Vol. 1, No. 2 (2020): 43

## **B. Fokus Penelitian**

Menetapkan fokus penelitian memiliki tujuan untuk mengidentifikasi batasan penelitian, sehingga tetap terkait dengan permasalahan yang sedang diteliti, sehingga penelitian menjadi lebih sederhana untuk dimengerti dan diuraikan. Dalam konteks penelitian ini, fokus penelitian difokuskan pada pelaksanaan konseling perilaku yang melibatkan pemanfaatan teknik penguatan positif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu santri di Pondok Pesantren Darusy Syifa Al Islami.

## **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana penerapan konseling behavior dengan teknik penguatan positif dalam meningkatkan manajemen waktu santri di pondok pesantren Darusy Sifa Al Islami Ploso Jati Kudus?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat santri dalam meningkatkan manajemen waktu di pondok pesantren Darusy Syifa Al Islami Ploso Jati Kudus ?

## **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat dikatahui tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui penerapan konseling behavior dengan teknik penguatan positif dalam meningkatkan manajemen waktu santri di pondok pesantren Darusy Sifa Al Islami ?
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat santri dalam meningkatkan manajemen waktu di pondok pesantren Darusy Syifa Al Islami Ploso Jati Kudus

## **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Dari segi teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang berharga dan diharapkan dapat berdampak positif, terutama dalam perkembangan ilmu dawah dan konseling perilaku. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan bahwa konseling perilaku memiliki potensi untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu santri di Pondok Pesantren Darusy Syifa Al Islami.

## 2. Manfaat Praktis

Manfaat yang dapat disimpulkan pada hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan bahan acuan dan sebagai ilmu pengetahuan. Diantaranya sebagai berikut:

### a. Pondok Pesantren

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan teoritis untuk meningkatkan proses bimbingan dan pembelajaran di pondok pesantren.

### b. Santri

Penelitian ini memiliki potensi untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu sehari-hari santri di Pondok Darusy Sifa Al Islami Ploso Jati Kudus.

### c. Pembaca

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber pengetahuan baru dan memberikan wawasan tentang penerapan konseling perilaku dengan menggunakan teknik penguatan positif guna meningkatkan manajemen waktu santri

## F. Sistematika Penulisan

Penelitian skripsi ini mengikuti panduan yang terdapat dalam buku "Pedoman Penyelesaian Tugas Akhir Program Sarjana (Skripsi) IAIN Kudus". Skripsi ini terstruktur dalam lima bab yang dibagi lagi menjadi beberapa subbab. Adapun rinciannya sebagai berikut:

### 1. Bagian Awal

Pada bagian awal ini menunjukkan: halaman judul, lembar pengesahan, daftar isi, daftar gambar dan daftar tabel.

### 2. Bagian Isi

Bagian isi meliputi:

Bab I berisi tentang latar belakang permasalahan, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan skripsi.

Bab II Bagian kedua ini menjelaskan kerangka teoritis, kerangka berfikir, serta telaah literatur terdahulu. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman teoritis mengenai penerapan konseling perilaku dalam

- meningkatkan manajemen waktu santri
- Bab III Bab ini membahas metode penelitian, mencakup pendekatan penelitian, sumber data, lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, uji keabsahan data, dan analisis data yang akan digunakan dalam penelitian.
- Bab IV Bagian ini berisi analisis hasil penelitian lapangan yang mencakup gambaran umum tentang bagaimana penerapan konseling perilaku memengaruhi sikap manajemen waktu santri di Pondok Darusy Syifa Al Islami.
- Bab V Ini adalah bab penutup penelitian yang digunakan untuk menarik kesimpulan dari seluruh analisis dan pembahasan yang telah dilakukan. Selain itu, peneliti juga memberikan saran-saran jika diperlukan dan relevan.

### 3. Bagian Akhir

- a. Daftar Pustaka: Berisi daftar referensi atau sumber-sumber yang digunakan dalam penelitian.
- b. Lampiran: Lampiran-lampiran yang terlampir selama proses penelitian di lapangan, seperti data tambahan, gambar, grafik, atau dokumen terkait.
- c. Lampiran Pendukung: Dokumen atau informasi tambahan yang diperlukan sebagai persyaratan penelitian atau tugas akhir, seperti surat izin penelitian, kuesioner, atau formulir lainnya.