

BAB II PEMBAHASAN

A. Kajian Teori

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata Bahasa Inggris yaitu “guidance” yang berasal dari kata kerja to guide yang berarti menunjukkan, memberi jalan, atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang lebih bermanfaat bagi hidupnya di masa kini dan akan datang.¹

Walgito menyatakan bahwa bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Bimbingan merupakan salah satu bidang dan program dari pendidikan, dan program ini ditujukan untuk membantu mengoptimalkan perkembangan siswa. Menurut Tolbert, bimbingan adalah seluruh program atau semua kegiatan dan layanan dalam lembaga pendidikan yang diarahkan pada membantu individu agar mereka dapat menyusun dan melaksanakan rencana serta melakukan penyesuaian diri dalam semua aspek kehidupannya sehari-hari.²

Priyatno & Anti menyatakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang, baik anak-anak, remaja maupun dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.³

¹ Aqib, Zainal. *Bimbingan dan Konseling*. Yrama Widya, 2020

² Hikmawati, Fenti. *Bimbingan dan konseling*. Rajawali Press, 2016.

³ Febrini, Deni. "Editor: Samsudin, Bimbingan dan Konseling." (2011)

Berdasarkan beberapa definisi dalam panduan ini, menyimpulkan bahwa pedoman tersebut relevan dengan proses memberikan bantuan ahli kepada seseorang atau beberapa orang agar kita dapat mengembangkan potensi (bakat, minat dan keterampilan, kesadaran diri, memecahkan masalah sehingga mereka dapat mengambil keputusan secara bertanggung jawab tanpa menjadi ketergantungan untuk yang lainnya).

Adapun konseling Islam menurut Adz-Dzaky adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal fikirannya, kejiwaannya, keimanan, dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah. Dengan demikian dapat diperoleh pemahaman bahwa tidak ada perbedaan dalam proses pemberian bantuan terhadap individu, namun dalam konseling Islam konsepnya bersumber pada Al-Qur'an dan Hadist.

Layanan bimbingan dan konseling adalah pengembangan diri, mengatasi masalah hanyalah bagian kecil. Dengan demikian seluruh peserta didik berhak mendapatkan layanan guna mengoptimalkan potensi yang mereka miliki.⁴

b. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam ditinjau dari kegunaan atau manfaat dapat dikelompokkan menjadi empat, yaitu⁵:

- 1) Fungsi preventif: yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
- 2) Fungsi kuratif atau korektif: yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.

⁴ Febrini, Deni. "Editor: Samsudin, Bimbingan dan Konseling." (2011)

⁵ Bukhori, Baidi. "Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam." *Jurnal Konseling Religi* 5.1 (2014): 12

- 3) Fungsi preservatif: yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) yang telah menjadi baik (terpecahkan) itu Kembali menjadi tidak baik (menimbulkan masalah kembali).
- 4) Fungsi developmental atau pengembangan: yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya

c. Teknik Bimbingan dan Konseling Islam

Teknik bimbingan dan konseling Islam yang dilaksanakan diantaranya adalah⁶:

1) Melayani (attending)

Upaya pribadi seorang konselor untuk memberikan perhatian penuh kepada konseli disebut melayani konseli

2) Empati

Hal ini umumnya mengacu pada kapasitas konselor untuk berempati dengan konseli dan menempatkan dirinya pada posisi mereka. Konselor harus mampu memahami perasaan konseli agar dapat melatih empati.

3) Menjernihkan (charifying)

Tugas konselor adalah mencari tahu dengan tepat apa yang ingin dikatakan konseli, ketika konseli mengungkapkan perasaannya dengan cara yang tidak jelas atau bahkan ada keraguan. Maka konselor harus menggunakan bahasa yang rasional dan jelas agar dapat dipahami konseli.

4) Memberi nasihat

Nasihat tersebut bertujuan untuk membantu konseli mewujudkan potensi penuhnya dan mampu memecahkan masalah sendiri. Dalam hal ini nasihat akan diberikan Ketika konseli memintanya.

⁶ Namora LumonggaLubis, Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik, (Jakarta: PT. Kharisma Putra Utama, 2011), 92

5) Memberikan informasi

Sama halnya dengan memberi nasihat ketika konseli meminta informasi. Sebaiknya terbuka dan katakan bahwa konselor tidak tahu jika mereka tidak memiliki informasi. Namun jika konselor mengetahui informasi, lebih baik upayakan konseli untuk mengusahakan mencari informasi terlebih dahulu.

6) Merencanakan

Maksudnya adalah untuk menyediakan konseli dengan sumber daya yang akan berfungsi sebagai program atau tindakan berdasarkan hasil konseling. Tujuannya adalah untuk membantu konseli menjadi produktif mengikuti konseling

7) Menyimpulkan

Konselor harus menyimpulkan hasil dari seluruh diskusi pemikiran pada akhir sesi konseling. Juga mengenai perasaan konseli sebelum dan sesudah kegiatan konseling. Kemudian, konselor membantu konseli dalam mewujudkan rencana yang telah dibuatnya.⁷

d. Tahapan Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling islam terdapat langkah-langkah sebagai berikut⁸:

1) Identifikasi Masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal anak beserta gejala-gejala yang tampak. Dalam langkah ini, pembimbing mencatat anak-anak yang perlu mendapat bimbingan dan memilih anak yang perlu mendapat bimbingan terlebih dahulu.

2) Diagnosis

Langkah diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi anak berdasarkan latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan memadakan studi terhadap anak, menggunakan

⁷ Namora LumonggaLubis, Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik, (Jakarta: PT. Kharisma Putra Utama, 2011), 92

⁸ Febrini, Deni. "Editor: Samsudin, Bimbingan dan Konseling." (2011)

berbagai studi terhadap anak, menggunakan berbagai teknik pengumpulan data.

3) Prognosis

Setelah masalah diputuskan, selanjutnya adalah memutuskan jenis bantuan sesuai dengan masalah yang dimiliki konseli.

4) Terapi

Langkah terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam langkah prognosis. Pelaksanaan ini tentu memakan banyak waktu, proses yang kontinyu, dan sistematis, serta memerlukan pengamatan yang cermat

5) Evaluasi dan *Follow Up*

Untuk mengetahui sejauh mana hasil yang dicapai dalam proses konseling serta untuk menindaklanjuti perkembangannya.⁹

2. Konseling Behavioral

Konseling adalah suatu proses di mana seorang ahli, yang disebut konselor, memberikan bantuan kepada individu atau kelompok melalui wawancara dan upaya perubahan perilaku konseli. Tujuannya adalah membantu individu atau kelompok yang sedang menghadapi masalah tertentu.¹⁰

Menurut teori behavioristik, belajar adalah perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respons. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu apabila ia mampu menunjukkan perubahan tingkah laku. Dengan kata lain, belajar merupakan bentuk perubahan yang dialami siswa dalam hal kemampuannya untuk bertingkah laku dengan cara yang baru sebagai hasil interaksi antara stimulus dan respons.

Menurut teori ini yang terpenting adalah masuk atau input yang berupa stimulus dan keluaran atau output yang berupa respons. Sedangkan apa yang terjadi di antara

⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), 263.

¹⁰ Syafaruddin, “dkk”. “Bimbingan Konseling Perspektif Al-qur’an dan Sains”. (Medan: Perdana Publishing, 2017), 265

stimulus dan respons dianggap tidak penting diperhatikan karena tidak bisa diamati.¹¹

Rogers, seperti yang dikutip oleh Namora Lumonggo Lubis, mendefinisikan konseling sebagai usaha konselor dalam membantu konseli mengembangkan kemampuan mental dan fisik sehingga mereka dapat mengatasi konflik atau permasalahan yang dihadapi dengan baik.¹²

Dalam konteks manajemen waktu santri, konseling behavioral dianggap sebagai pendekatan yang sesuai. Menurut Monica dan Gani, konseling behavioral adalah metode terapi yang berdasarkan teori belajar dan menekankan perubahan perilaku individu. Tujuannya adalah membantu konseli memahami dan mengadopsi perilaku baru dalam menyelesaikan masalah, dengan fokus pada tindakan yang diperlukan.¹³

3. Pendekatan Behavioral

a. Sejarah Perkembangan

Menurut Sharf, pendekatan perilaku berasal dari eksperimen dalam psikologi dan penelitian mengenai cara manusia dan hewan belajar. Sebelum tahun 1960-an, pendekatan perilaku kurang umum digunakan dalam berbagai disiplin ilmu, seperti psikologi, ilmu sosial, pendidikan, dan psikiatri. Namun, mulai tahun 1970-an, pendekatan perilaku mulai diterapkan secara meluas di berbagai sektor, termasuk dunia bisnis, industri, pengasuhan anak, dan peningkatan performa atlet.¹⁴

Steven Jay Lynn dan John P. Garske menyatakan bahwa dalam komunitas konselor dan psikolog, teori serta pendekatan behavioral sering dikenal sebagai

¹¹ Hikmawati, Fenti. *Bimbingan dan konseling*. Rajawali Press, 2016

¹² Namora Lumonggo Lubis, "Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik". ((Jakarta: Kencana, Cet. 1, 2011), 2

¹³ Indrian, Firawani dan Rahmah W.M. "Pendekatan Konseling Behavioral untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMA". FOKUS, Vol. 01, No. 01 (2018), 163

¹⁴ Prabowo, AS dan Wening, C. "Pendekatan Behavioral: Dua Sisi Mata Pisau". *Jurnal Bimbingan Konseling* 5(1), (2016): 15

modifikasi perilaku (*behavior modification*) dan terapi perilaku (*behavior therapy*).¹⁵

Carlton E. Beck menjelaskan bahwa dalam kerangka pendekatan perilaku, istilah-istilah seperti terapi perilaku, konseling perilaku, terapi penguatan, modifikasi perilaku, dan manajemen kontingensi digunakan. Istilah "pendekatan perilaku" pertama kali diperkenalkan pada tahun 1954 oleh Lindzey dan kemudian diadopsi oleh Lazare pada tahun 1958. Di Inggris, istilah "pendekatan perilaku" lebih dikenal, sementara di Amerika Serikat, istilah "modifikasi perilaku" lebih umum. Namun, keduanya berkembang seiring waktu di kedua negara.¹⁶

Peristiwa penting dalam sejarah perkembangan pendekatan perilaku adalah ketika HJ Eysenck, seorang psikolog Inggris, menulis mengenai konseling perilaku pada tahun 1952. Di bawah bimbingannya, Departemen Psikologi di Institute of Psychiatry memiliki dua fokus utama, yaitu penelitian dan pengajaran klinis. Bidang penelitian berusaha mengembangkan dimensi perilaku untuk menjelaskan gangguan perilaku yang diperkenalkan oleh Eysenck. Sementara itu, dalam bidang pengajaran klinis, perhatian difokuskan pada pelatihan peneliti psikologi klinis. Namun, pada awal perkembangannya, pendekatan perilaku menunjukkan keterbatasannya dalam menerapkan teori pembelajaran modern untuk mengatasi masalah klinis.

Pada tahun 1953, B.F. Skinner menerbitkan buku berjudul "*Science and Human Behavior*," di mana ia menjelaskan peran teori operant conditioning dalam mengenai perilaku manusia. Pendekatan perilaku ini secara alami berkembang dari sejarah psikologi eksperimental. Pengalaman Pavlov dalam pengkondisian klasik dan pengalaman Bekhterev dalam pengkondisian instrumental memiliki dampak yang signifikan pada perkembangan pendekatan perilaku. Pavlov berusaha untuk menerapkan berbagai teori dan teknik untuk

¹⁵ Sanyata, S. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma*, 14(7), 2.

¹⁶ Sanyata, S. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma*, 14(7), 2.

mengatasi masalah perilaku abnormal, seperti histeria, neurosis obsesif, dan paranois.¹⁷

Pada awal tahun 1980-an, muncul pergerakan "behaviorisme baru" yang mengedepankan penggunaan classical conditioning untuk menjelaskan asal-usul dan pengobatan penyakit neurologis. Pendekatan ini menentang konsep "kotak hitam" atau hal-hal yang tidak dapat diobservasi. Pada akhir tahun 1980-an, fokus behaviorisme bergeser ke "behavioral medicine," yang melibatkan pendekatan psikologis dalam mengatasi masalah fisik atau gangguan medis.

Menurut Corey, dalam perkembangan ini di tahun 1980-an, peran emosi menjadi sangat penting. Ada dua hal utama yang dijelaskan dalam kerangka behaviorisme: (1) Konseling perilaku kognitif dianggap sebagai elemen kunci, dan (2) Teknik konseling perilaku digunakan untuk pencegahan dan pengobatan gangguan medis. Pada akhir tahun 1980, Association for the Advancement of Behavioral Therapy memiliki sekitar 300 anggota dan banyak jurnal ilmiah, yaitu sekitar 50, digunakan untuk publikasi. Tokoh-tokoh penting dalam perkembangan behaviorisme termasuk tokoh seperti *Skinner, Pavlov, Eysenck, Joseph Wolpe, Albert Bandura, Albert Ellis, Aaron T. Beck, Richard Walters, Arnold Lazarus, dan J.B. Watson.*¹⁸

b. Pengertian Pendekatan Behavioral

Behaviorisme/Behavioral adalah teori yang memiliki pendapat bahwa suatu perilaku yang tidak ada hubungan antara kesadaran dan psikologi sebagai suatu masalah psikologis. Pertama kali aliran behaviorisme berkembang adalah di Rusia dan dikembangkan lebih lanjut dengan bertumpu pada perkembangan di Amerika. Konseling behavioral merupakan adaptasi dari aliran psikologi behavioristik yang berfokus terhadap perilaku yang terlihat dan ditekankan pada perhatian seseorang, behavioral merupakan sisi dibalik cermin dari diri

¹⁷¹⁷ Sanyata, S. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma*, 14(7), 2-3

¹⁸ Sanyata, S. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma*, 14(7), 2-3

seseorang tentang perilakunya. Perilaku yang bagaimana ? yakni perilaku yang bisa dilihat oleh orang lain dan dapat dianalisis. Pendekatan behavioral memiliki tujuan untuk mendesain perilaku seseorang yang kurang baik/negatif (non-adaptif) dengan penekanan yang tepat agar perilaku kurang baik tadi menjadi perilaku yang positif (adaptif).¹⁹

Menurut Barajas, pendekatan behavioral menganggap setiap permasalahan yang dihadapi seseorang ditimbulkan dari seseorang itu memiliki *keputusan* atau tindakan yang buruk. Oleh karena itu pendekatan behavioral dalam konseling selalu memberiksn tekanan bahkan sampai berlawanan dengan lingkungan atau seseorang itu sendiri.²⁰

Perspektif behavioral yang menunjukkan *bahwa* perilaku manusia dipengaruhi oleh faktor eksternal yakni lingkungan yang ditempati. Perilaku seseorang ditentukan dari banyaknya jumlah dan macam-macam penguatan yang diterima dalam kehidupannya. Lingkungan juga dapat dipaparkan sebagai bentuk visualisasi memori seseorang dalam merekan kehidupan berkelurga, bersosial dengan tetangga dan teman-teman sekitarnya.²¹

Dalam konsep islami perkembangan manusia dapat dilihat dari sisi lingkungannya, bahwa sejak lahirpun manusia sangat bergantung pada lingkungan untuk bisa menjadi seorang yang baik atau sebaliknya. Selama masa berkembang pasti aka nada yang namanya interaksi antar sesama. Dengan interaksi ini manusia bisa

¹⁹ Wahyudi, M. A. S. (2018). Konsep Pendekatan Behavior dalam Menangani Perilaku Indisipliner Pada Siswa Korban Perceraian. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(1), 35-49.

²⁰ Neneng Maria Ulfah, Sjenny A Indrawati, and Dede Rahmat Hidayat, 'Konseling Individual Pendekatan Behavioral (Token Ekonomi Dan Pengaturan Diri) Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Belajar Siswa (Studi Single Subject Experiment Pada 1 Siswa SMP Negeri 6 Bekasi)', *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 1.1 (2012), 68.

²¹ Auliya, R. U. (2018). Teori Behavioral Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 4(1), 70.

mengendalikan atau mendesain dirinya pada perilaku tertentu.²²

c. Tujuan pendekatan behavioral

Tujuan utama dari bimbingan dan konseling adalah mencapai fase perkembangan yang optimal sesuai dengan kemampuan individu dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Salah satu pendekatan yang efektif dalam mencapai tujuan ini adalah pendekatan behavioral. Pendekatan behavioral adalah kerangka kerja yang terstruktur dengan baik yang didasarkan pada teori-teori dan eksperimen empiris, yang fokus pada penggunaan metode eksperimental dalam memahami dan mengoreksi perilaku yang tidak sesuai aturan.²³

Pendekatan perilaku bertujuan untuk menghapus perilaku yang dianggap tidak sesuai atau abnormal, dan menggantikannya dengan perilaku yang dianggap positif atau normal. Pendekatan perilaku dapat diterapkan untuk mengatasi berbagai masalah perilaku, baik yang simpel maupun yang rumit, baik dalam situasi individu maupun dalam kerangka kelompok.²⁴

Corey menyatakan bahwa tujuan pendekatan perilaku adalah memberikan dasar bagi konselor dalam pemilihan serta pelaksanaan teknik konseling, serta untuk mengevaluasi hasil konseling dengan efektif. Karakteristik-karakteristik pendekatan perilaku yang diajukan oleh Eysenck dapat diringkas sebagai berikut:

- 1) Didasarkan pada kesimpulan yang dapat diuji dengan teori yang dirumuskan dengan tepat dan konsisten.
- 2) Bersumber dari hasil studi empiris yang dirancang secara spesifik untuk menguji teori dan kesimpulan.
- 3) Menganggap gejala sebagai reaksi yang tidak sesuai dan maladaptif.

²² ya, R. U. (2018). Teori Behavioral Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 4(1), 70.

²³ Safaruddin Safaruddin, 'Teori Belajar Behavioristik', *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam & Pendidikan*, 8.2 (2020), 5

²⁴ Safaruddin Safaruddin, 'Teori Belajar Behavioristik', *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam & Pendidikan*, 8.2 (2020), 5

- 4) Menyatakan bahwa gejala muncul sebagai hasil dari kesalahan dalam proses pembelajaran.
- 5) Identifikasi gejala perilaku berdasarkan perbedaan individu yang telah terbentuk dengan baik dan dipengaruhi oleh lingkungan masing-masing individu.
- 6) Menggunakan metode penyembuhan gangguan saraf dengan tujuan membentuk kebiasaan baru.
- 7) Proses penyembuhan gejala dilakukan secara langsung dengan menghilangkan respons kondisi palsu dan membangun respons yang diharapkan.
- 8) Memandang bahwa hubungan pribadi tidak selalu mutlak dalam proses penyembuhan gangguan mental, meskipun dalam beberapa situasi, hal ini bisa menjadi penting.²⁵

d. Konsep Pendekatan Behavioral

Konseling Perilaku adalah salah satu teknik konseling yang sering digunakan. Dahlan menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling adalah sarana yang efektif untuk berkomunikasi dalam upaya memberikan layanan peningkatan diri. Istilah ini telah menjadi umum dikenal oleh generasi saat ini dan mengacu pada dua aspek yang saling terkait: orientasi tujuan yang sejalan dengan pengajaran dan perilaku keislaman yang bertujuan untuk kebaikan.²⁶

Corey menjelaskan bahwa dalam proses konseling berbasis pendekatan behavioral, terdapat beberapa elemen kunci seperti berikut:

- 1) Memiliki tujuan pengembangan yang terdefinisi dan konkret yang bisa dimengerti dan diterima oleh konselor.
- 2) Tugas dan peran konselor adalah untuk meningkatkan kemampuan dalam menganalisis, merefleksikan, dan menyampaikan pernyataan yang terbuka.
- 3) Menjaga agar konselor tetap merasa nyaman dan tetap terlibat dalam proses konseling, serta

²⁵ Safaruddin Safaruddin, 'Teori Belajar Behavioristik', Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam & Pendidikan, 8.2 (2020), 5-6.

²⁶ Muhammad Agus slamet wahyudi, Konsep Pendekatan Behavior dalam Menangani Perilaku Indisipliner pada Siswa Korban Perceraian: Jurnal Pendidikan Islam, 2.1 (2017), 94

mengikutsertakan konselor dalam seluruh proses tersebut.²⁷

Keberlanjutan dalam proses konseling yang menghasilkan pengalaman positif bagi konselor dapat menciptakan hubungan yang lebih baik dan lebih efektif, serta memungkinkan kerjasama dan harapan positif dari konselor.²⁸

e. Teknik Konseling Pendektan Behavioral

Teknik pengkondisian operan dan pengkondisian klasik yang digunakan dalam konseling. Dalam teknik klasik ada dua teknik utama yang dipergunakan dalam konseling adalah desensititasi sistematis dan pengkondisian *aversif*²⁹

Iflooding adalah kecemasan yang muncul ketika seseorang menghubungkan relaksasi yang dalam dengan situasi yang bisa menimbulkan kecemasan yang meningkat.³⁰ Ini melibatkan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan menggabungkannya dengan situasi yang tidak menyenangkan dan mengulangnya dengan cermat untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Dalam metode pengkondisian operan, lingkungan individu dianalisis secara mendalam untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang perlu diubah. Modifikasi perilaku melibatkan penerapan prinsip-prinsip pengkondisian operan untuk mengubah perilaku. Tujuannya adalah menggantikan perilaku yang dianggap tidak pantas atau tidak dapat diterima dengan perilaku yang sesuai dan adaptif. Sebagai contoh, dalam beberapa kasus, digunakan sistem token di mana perilaku dikaitkan dengan poin yang dapat ditukar dengan hadiah yang diinginkan.³¹

²⁷ Safaruddin Safaruddin, 'Teori Belajar Behavioristik', *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam & Pendidikan*, 8.2 (2020), 6

²⁸ Safaruddin Safaruddin, 'Teori Belajar Behavioristik', *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam & Pendidikan*, 8.2 (2020), 6

²⁹ Asrul Haq Alang, 'Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (Behaviour)', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7.1 (2020), 38.

³⁰ Asrul Haq Alang, 'Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (Behaviour)', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7.1 (2020), 38.

³¹ Asrul Haq Alang, 'Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (Behaviour)', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7.1 (2020), 38.

Menurut Gerald Corey, ada beberapa teknik perilaku yang dapat digunakan dalam konseling, yaitu:

- a) Penguatan positif: Mendorong perilaku yang diinginkan dengan memberikan pengulangan, semangat, dan penguatan untuk masa depan.
 - b) Kartu Berharga (Ekonomi Token): Meningkatkan perilaku dengan memberikan token yang bisa ditukarkan dengan hadiah saat perilaku yang diinginkan terpenuhi
 - c) Desensitasi sistematis: Mengurangi rasa cemas dan perilaku yang tidak diinginkan dengan menghadapinya secara bertahap dan menciptakan respons yang berbeda
 - d) *Asertif*: Mengajarkan konseli untuk membedakan perilaku asertif, pasif, dan agresif guna meningkatkan kepercayaan diri
 - e) *Aversi*: Mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan menghadirkan hukuman sebagai stimulus.
 - f) *Shapping*: Membentuk perilaku baru dengan memberikan penguatan positif saat perilaku tersebut ditampilkan.
 - g) Teknik relaksasi: Mengurangi ketegangan fisik dan mental dengan merelaksasikan otot dan menggunakan imajinasi yang menyenangkan.
 - h) Teknik *Flooding*: Membantu konseli mengatasi kecemasan dengan menghadapinya secara intensif.
 - i) *Reinforcement technique*: Meningkatkan perilaku positif dengan memberikan penguatan.
 - j) *Modelling*: Mengubah perilaku konseli melalui peniruan perilaku model yang diinginkan
 - k) *Cognitive restructuring*: Mengubah pola pikiran dan sikap yang irasional menjadi rasional.
 - l) *Self management*: Memberdayakan konseli untuk mengendalikan diri dan memberikan penghargaan atas tindakan yang dilakukan.
 - m) *Behavioral rehearsal*: Melatih keterampilan perilaku interpersonal yang efektif.
-

- n) Kontrak: Menyepakati kondisi yang harus diikuti oleh konseli berdasarkan kontrak.
- o) Pekerjaan rumah: Memberikan tugas, aktivitas, atau bahan bacaan yang relevan dengan masalah yang dihadapi.
- p) *Extinction* (penghapusan): Menghentikan penguatan perilaku yang tidak diinginkan.
- q) *Punishment* (hukuman): Menggunakan hukuman sebagai intervensi untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.

4. Penguatan Positif

Aliran behavioristik adalah faktor penguatan (reinforcement) penguatan adalah apa saja yang dapat memperkuat timbulnya respons. Bila penguatan ditambahkan (positive reinforcement) maka respons akan semakin kuat.³²

Ormrod menjelaskan bahwa penguatan positif adalah hasil dari suatu konsekuensi yang mendorong peningkatan perilaku melalui stimulus tertentu. Stimulus ini dapat berupa tindakan seperti pujian, hadiah, atau senyuman yang diberikan kepada santri.³³

Suyanto dan Asep berpendapat bahwa penguatan positif memiliki kekuatan besar dalam membangun rasa percaya diri santri dan meningkatkan semangat mereka untuk berkontribusi dalam meningkatkan kualitas kelompoknya. Penguatan positif adalah suatu kejadian yang diberikan secara langsung setelah individu melakukan suatu perilaku, sehingga perilaku tersebut meningkat dalam frekuensinya. Penguatan positif sering disebut sebagai hadiah atau penghargaan. Ketika suatu kejadian diidentifikasi sebagai bentuk penguatan positif untuk individu dalam situasi tertentu, kejadian tersebut dapat

³² Hikmawati, Fenti. *Bimbingan dan konseling*. Rajawali Press, 2016

³³ Aziz Nuri Satriyawan and Evvy Lusyana, 'Pembelajaran Dengan Teknik Penguatan Positif, Negatif Dan Penghukuman Pada Peserta Didik Dalam Keluarga Di Masa Daring', *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Keguruan*, 5.2 (2020).

mempengaruhi peningkatan perilaku individu dalam berbagai situasi dan kondisi yang berbeda.³⁴

Penguatan positif adalah tindakan yang mengarah pada peningkatan perilaku dengan memberikan stimulus positif, seperti pujian, hadiah, atau senyuman. Suyanto dan Asep menekankan bahwa penguatan positif memiliki potensi besar untuk membangun rasa percaya diri santri dan mendorong semangat mereka dalam meningkatkan kelompok mereka.³⁵

Penguatan positif dikenal sebagai bentuk penghargaan atau hadiah yang diberikan secara langsung setelah perilaku tertentu, yang mengakibatkan peningkatan frekuensi perilaku tersebut. Hal ini bisa menjadi pemicu bagi individu untuk menunjukkan perilaku yang sama dalam situasi yang berbeda.

Pada dasarnya, penguatan positif mengikuti prinsip bahwa perilaku cenderung meningkat ketika diberikan stimulus yang memberikan manfaat. Beberapa bentuk penguatan positif yang umum digunakan meliputi pujian, catatan, hadiah, atau pengakuan, dan ini membantu mengarahkan perilaku yang ada menuju perilaku yang lebih diinginkan.³⁶

Sistem penguatan didasarkan pada konsep bahwa memberikan Reward positif setelah suatu tindakan akan meningkatkan kemungkinan tindakan tersebut terulang. Konsekuensi positif seperti Reward membantu membentuk kebiasaan jangka panjang. Salah satu cara efektif menerapkan aturan pada anak adalah dengan memberikan penguatan (reward) positif. Reward adalah sesuatu yang diberikan sebagai bentuk penghargaan, ungkapan terima kasih, dan perhatian kepada individu ketika mereka melakukan perilaku yang diinginkan

³⁴ Aziz Nuri Satriyawan and Evvy Lusyana, 'Pembelajaran Dengan Teknik Penguatan Positif, Negatif Dan Penghukuman Pada Peserta Didik Dalam Keluarga Di Masa Daring', *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Keguruan*, 5.2 (2020).

³⁵ Robert E. Slavin, *Psikologi Pendidikan: Teori dan Praktik*, Terjemahan Mariano Samosir (Jakarta: PT. Indeks, 2008), 183

³⁶ Dodson, Fitzhugh, *Mendisiplinkan Anak dengan Kasih Sayang*. (Jakarta: Gunung Mulia, 1977), 21

Dalam penelitian ini, digunakan indikator-indikator tertentu untuk mengevaluasi pemberian penguatan kepada individu. Indeks ini berfungsi sebagai ukuran bagi peneliti untuk menilai sejauh mana teknik penguatan diterapkan. Statistik yang digunakan melibatkan *Reward Verbal* (pujian) dan *Reward Non-Verbal* (seperti senyuman, pendekatan, ekspresi senang, aktivitas menyenangkan, sentuhan, simbol, atau objek, dan lain sebagainya).³⁷

Jenis-jenis penguatan (*Reinforcement*) menurut Usman adalah sebagai berikut:

1) *Reward verbal*

Ini melibatkan pengungkapan pujian atau penghargaan secara lisan atau tertulis, seperti kata-kata positif, pujian, penghargaan dengan ucapan seperti "sangat bagus," "belok kanan," "bintang," "seratus untukmu," dan sejenisnya

2) *Reward nonverbal*, yaitu:

- a) Penguatan gerakan tubuh: Ini mencakup ekspresi gerakan tubuh, seperti mengangguk, menggelengkan kepala, tersenyum, mengerutkan kening, mengacungkan jempol, wajah sedih, wajah bahagia, dan sorot mata yang ramah atau tajam.
- b) Penguatan pendekatan: Guru mendekati siswa untuk menunjukkan minat pada topik, perilaku, atau penampilan siswa. Ini mungkin termasuk berdiri di samping siswa, mendekati siswa, duduk di sebelah siswa atau kelompok siswa, atau berjalan bersama siswa. Tujuannya adalah untuk meningkatkan penguatan verbal.
- c) Penguatan Melalui Sentuhan: Guru bisa memberikan penghargaan atau persetujuan dengan cara menyentuh siswa, seperti menepuk bahu atau lengan siswa, berjabat tangan, atau mengangkat tangan siswa sebagai bentuk penghargaan. Sentuhan ini harus selalu sesuai dengan norma komunikasi yang berlaku.³⁸

³⁷ Robert E. Slavin, *Psikologi Pendidikan: Teori dan Praktik*, Terjemahan Mariano Samosir, (Jakarta: PT. Indeks, 2008), 182.

³⁸ Yopi Nisa Febianti, Peningkatan Motivasi Belajar Dengan Pemberian *Reward And Punishment* Yang Positif 'Jurnal Edunomic Vol. 6, No. 2, Tahun 2018 93', *Jurnal Edunomic*, 6.2 (2018). Hlm. 97.

Reward adalah tindakan yang memberikan kesenangan dan memiliki dampak psikologis dalam proses pembelajaran. Ini adalah contoh nyata dari motivasi ekstrinsik yang diberikan oleh guru untuk membantu siswa belajar dengan efektif, terutama ketika mereka mencapai hasil yang diinginkan. Dalam konteks pengelolaan kegiatan pembelajaran di kelas, tujuannya adalah menciptakan lingkungan belajar yang menarik bagi siswa dan meningkatkan semangat serta motivasi mereka, sehingga proses belajar mengajar menjadi lebih menarik dan tidak membosankan.³⁹

Dari konteks tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa memberikan *Reward* berperan sebagai bentuk penguatan perilaku (*reinforcement*). Individu sering memerlukan perhatian, pujian, dan pengakuan sebagai cara penguatan positif. Dengan demikian, penerapan penguatan dalam pengaturan kelas bertujuan untuk memberikan dorongan motivasi, mengelola, atau menyediakan alat kepada siswa sehingga mereka dapat memperbaiki perilaku yang mungkin kurang diinginkan atau negatif.⁴⁰

5. *Time Management* / Manajemen Waktu

1) Pengertian *Time Management*

Manajemen waktu adalah salah satu keterampilan kunci dalam kepemimpinan, dan bahkan menjadi faktor kunci dalam mencapai kesuksesan dalam dunia bisnis. Dalam konteks kepemimpinan di sebuah organisasi, terutama dalam hal pengambilan keputusan strategis yang memengaruhi masa depan bisnis, manajemen waktu memegang peran penting. Ini berarti bahwa dalam proses pengambilan keputusan yang signifikan untuk bisnis di masa depan, pengelolaan waktu memiliki peranan yang sangat vital. Keputusan manajemen mirip dengan

³⁹ Yopi Nisa Febianti, Peningkatan Motivasi Belajar Dengan Pemberian *Reward And Punishment* Yang Positif 'Jurnal Edunomic Vol. 6, No. 2, Tahun 2018 93', Jurnal Edunomic, 6.2 (2018). Hlm. 96

⁴⁰ Yopi Nisa Febianti, Peningkatan Motivasi Belajar Dengan Pemberian *Reward And Punishment* Yang Positif 'Jurnal Edunomic Vol. 6, No. 2, Tahun 2018 93', Jurnal Edunomic, 6.2 (2018). Hlm. 97

investasi, dimaksudkan untuk memaksimalkan hasil dari sumber daya yang tersedia, memberikan nilai tambah, dan mencapai keuntungan yang optimal

Time management adalah tindakan atau proses yang melibatkan perencanaan dan penggunaan sadar terhadap sejumlah waktu untuk aktivitas tertentu, dengan tujuan meningkatkan efektivitas, efisiensi, dan produktivitas. Secara sederhana, manajemen waktu dapat dijelaskan sebagai keterampilan dalam mengatur, mengorganisir, menjadwalkan, dan mengalokasikan waktu seseorang untuk mencapai kinerja yang lebih efektif dan produktif. Waktu merupakan sumber daya yang berharga yang tidak dapat diperbarui atau diubah, oleh karena itu, penting untuk memanfaatkannya secara bijak. Manajemen waktu mencakup berbagai tindakan, seperti pengaturan, perencanaan, organisasi, dan alokasi waktu seseorang untuk menyelesaikan tugas-tugas sehari-hari.⁴¹

Pelopop klasik yang lain yaitu Henri Fayol yang menyatakan ada 5 pedoman manajemen yaitu: perencanaan, pengorganisasian, pengkomandoan, pengkordinasian, dan Pengawasan. rinsip prinsip pokok menurut Fayol⁴²:

1. kesatuarn komando
2. Wewenarig harus didelegasikan.
3. inisiatif harus dimiliki seorang manajer; dan
4. Adanya solidaritas kelompok. Prinsip-prinsip tersebut harus bersifat luwes.

2) Pentingnya Penerapan *Time Management*

Permasalahan manajemen waktu merupakan hal yang umum dihadapi oleh banyak individu. Walaupun banyak yang menyadari pentingnya manajemen waktu, namun seringkali mereka mengalami kesulitan dalam mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Ekonom dan psikolog telah merumuskan argumen teoritis

⁴¹ Gea, Antonius A. "TIME MANAGEMENT: MENGGUNAKAN WAKTU SECARA EFEKTIF DAN EFISIEN", HUMANIORA Vol. 5, No. 2 (2014): 779

⁴² Teori Manajemen dan Bimbingan Konseling: Kajian untuk Mahasiswa Pendidikan dan Keguruan. N.p., PM Publisher, 2020. 23

untuk menjelaskan mengapa banyak individu menghadapi kesulitan dalam manajemen waktu, dan ini sering disebabkan oleh kurangnya keterampilan dan ketidakberanian dalam mengembangkan serta menerapkan manajemen waktu.

Pengelolaan waktu yang efisien memiliki peran yang sangat penting dalam menghadapi tekanan yang sering muncul di dunia modern tanpa harus merasa sangat tertekan. Pengelolaan waktu yang baik bukan hanya berarti menyelesaikan banyak tugas, tetapi lebih pada fokus pada tugas-tugas yang krusial dan memiliki dampak yang signifikan. Baik dalam konteks pekerjaan maupun kehidupan secara keseluruhan, penting untuk memahami cara mengatur waktu dengan baik agar kita dapat merasa lebih santai, terfokus, dan merasa lebih dalam kendali. Seperti yang diungkapkan oleh Donaldson, "Tujuan dari manajemen waktu yang baik adalah mencapai keseimbangan dalam gaya hidup yang diinginkan." Pengelolaan waktu yang efektif dalam pekerjaan berarti melaksanakan tugas-tugas dengan tingkat kualitas yang tinggi, daripada sekadar mengejar kuantitas. Menurut Claessens, menerapkan teknik-teknik manajemen waktu dapat berdampak langsung pada kinerja, kepuasan, serta dapat mengurangi tingkat kecemasan dan kegelisahan.⁴³

3) Manfaat *Time Management*

Time management Manajemen waktu yang efektif sangat penting untuk mengatasi tekanan dalam kehidupan modern tanpa harus mengalami stres berlebihan. Dalam konteks pekerjaan, manajemen waktu yang baik mengacu pada menjalankan tugas dengan kualitas tinggi daripada hanya mengejar kuantitas. Manajemen waktu melibatkan penggunaan keterampilan, alat, dan kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk melakukan tugas yang benar pada waktunya, dengan usaha dan sumber daya yang minimal, sehingga

⁴³ Gea, Antonius A. "TIME MANAGEMENT: MENGGUNAKAN WAKTU SECARA EFEKTIF DAN EFISIEN", HUMANIORA Vol. 5, No. 2 (2014): 780

efektif dan efisien. Ini membantu individu mencapai tujuan dan nilai-nilai pribadi yang diutamakan.

Manajemen waktu juga membantu seseorang untuk menjadi pribadi yang dihargai dan diberi penghargaan, mampu mengatur aspek-aspek dalam hidup mereka, dan mengoptimalkan kinerja mereka. Kepentingan manajemen waktu telah diakui dan bukan hanya sebagai faktor yang memengaruhi motivasi dan produktivitas karyawan, tetapi juga sebagai elemen penting dalam organisasi secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelatihan dalam manajemen waktu menjadi semakin penting, sehingga karyawan dapat mencapai tingkat produktivitas yang ditentukan dalam jangka waktu yang telah ditentukan.⁴⁴

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian sebelumnya ini disusun untuk menyempurnakan penelitian yang berjudul "Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Positif dalam Meningkatkan Manajemen Waktu Santri Pondok Pesantren Darusy Syifa Al Islami Ploso Jati Kudus."

1. Penelitian yang dilakukan oleh Putri Ayu Ambarwati dengan judul "Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Reinforcement Positif untuk Meningkatkan Minat Belajar Seorang Anak Broken Home di Desa Semambung Sidoarjo" adalah sebuah studi kualitatif yang menggunakan pendekatan deskriptif. Fokus utama penelitian ini adalah penerapan Bimbingan dan Konseling Islam dengan memakai Teknik Reinforcement Positif untuk meningkatkan minat belajar seorang anak yang berasal dari keluarga broken home.

Terdapat persamaan antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya yang Anda sebutkan, yaitu penggunaan teknik Reinforcement, terutama penguatan positif, untuk mencapai tujuan tertentu. Namun, perbedaan utama terletak pada tujuan penerapan teknik Reinforcement. Penelitian Putri Ayu

⁴⁴ Gea, Antonius A. "TIME MANAGEMENT: MENGGUNAKAN WAKTU SECARA EFEKTIF DAN EFISIEN", HUMANIORA Vol. 5, No. 2 (2014): 783

Ambarwati bertujuan untuk meningkatkan minat belajar anak dari keluarga broken home, sedangkan penelitian yang Anda sebutkan bertujuan untuk meningkatkan disiplin santri melalui penerapan teknik Reinforcement positif dan negatif. Jadi, kedua penelitian ini mengadopsi konsep penguatan positif, namun dengan tujuan yang berbeda

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ernawati berjudul "Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Siswa di MAN LAB UIN Yogyakarta" merupakan studi kualitatif dengan pendekatan eksperimen terbatas. Fokus utama penelitian ini adalah proses konseling kelompok dengan menggunakan teknik bimbingan kelompok guna meningkatkan manajemen waktu siswa di MAN LAB UIN Yogyakarta. Terdapat kesamaan antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya, yaitu keduanya memiliki tujuan yang sama, yakni meningkatkan manajemen waktu siswa. Namun, perbedaannya terletak pada metode konseling yang digunakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan konseling behavioral dengan menerapkan teknik penguatan positif. Sementara itu, penelitian Ernawati menerapkan teknik bimbingan kelompok dengan tujuan meningkatkan manajemen waktu serta mengembangkan minat dan rasa percaya diri siswa
3. Penelitian yang berjudul "Optimalisasi Modul Bimbingan Kelompok Islami Untuk Melatih Keterampilan Manajemen Waktu Akademik Siswa Madrasah Tsanawiyah"⁴⁵ Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode research and development (R&D). Penelitian research and development digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan mengetahui kelayakan produk tersebut. Penelitian ini membahas 3 fokus pembahasan yaitu Modul, Bimbingan Kelompok Islami dan Manajemen Waktu Akademik.
Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini merupakan proses dari proses bimbingan melalui bimbingan melalui manajemen waktu pada klien atau siswa.

⁴⁵ Damayanti, Putri Eka, and Khilman Rofi'Azmi. "Optimalisasi Modul Bimbingan Kelompok Islami Untuk Melatih Keterampilan Manajemen Waktu Akademik Siswa Madrasah Tsanawiyah." *Konseling Edukasi* 6.2 (2022):260

Sedangkan perbedaannya adalah dari metode penelitian yang digunakan, bidang bimbingan dan konseling serta tujuan penelitian yang paparkan

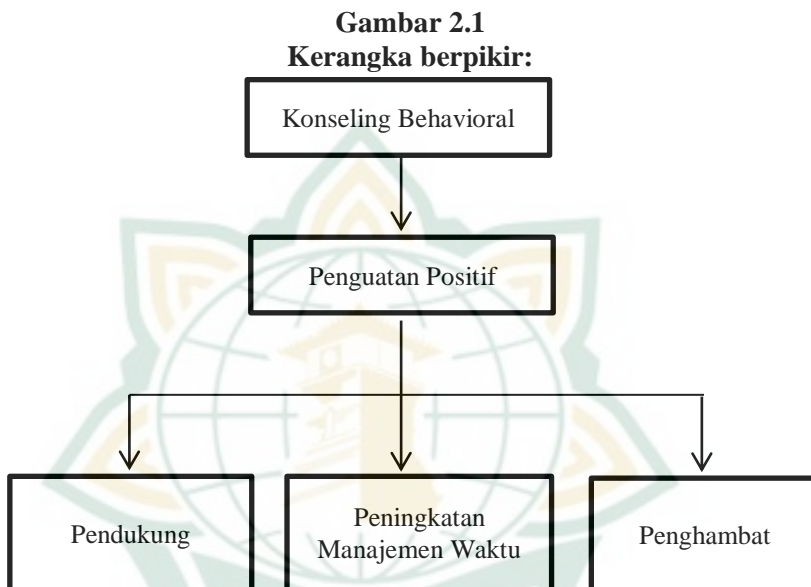
4. Penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Manajemen Waktu Belajar Melalui Bimbingan Klasikal Dengan Metode Project Based Learning Pada Siswa Kelas Viii Smp N 2 Pace”⁴⁶. Pada penelitian ini kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui layanan bimbingan klasikal dengan metode PBL dalam meningkatkan manajemen waktu belajar siswa SMP. Persamaan penelitian tersebut bahwa pembahasan yang dipaparkan yaitu bimbingan yang ditujukan untuk meningkatkan manajemen waktu pada individu melalui proses bimbingan. Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini adalah dari metode penelitian, bidang bimbingan yang digunakan serta responden yang diambil.
5. Penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Klasikal Model Project Based Learning (PjBL) pada Siswa Sekolah Menengah Atas”⁴⁷. Berdasarkan yang dijelaskan penelitian ini yakni melalui penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk bimbingan klasikal dengan metode PBL dalam meningkatkan manajemen waktu belajar siswa SMA. Perbedaannya yakni dari metode penelitian, Teknik bimbingan dan juga objek yang diteliti. Sedangkan persamaan penelitian tersebut bahwa pembahasan yang dipaparkan yaitu bimbingan yang ditujukan untuk meningkatkan manajemen waktu pada individu melalui proses bimbingan

⁴⁶ Prasetya, Bayu, and Hardi Prasetiawan. "Upaya Meningkatkan Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Klasikal Model Project Based Learning (PjBL) pada Siswa Sekolah Menengah Atas." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4.1 (2022)

⁴⁷ Prasetya, Bayu, and Hardi Prasetiawan. "Upaya Meningkatkan Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Klasikal Model Project Based Learning (PjBL) pada Siswa Sekolah Menengah Atas." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4.1 (2022)

C. Kerangka Berpikir

Berikut merupakan gambaran kerangka berpikir yang dikemukakan oleh peneliti untuk permasalahan tersebut.



Konseling Behavioral menaruh perhatian yang cukup tinggi terhadap upaya perubahan tingkah laku. Konseling behavioral merupakan suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional dan keputusan tertentu. Dalam penyelesaian masalah manajemen waktu pada santri terapi yang digunakan adalah terapi penguatan positif.

Terapi ini dipilih karena dalam pelaksanaannya selalu ada interaksi langsung dengan santri dengan cara memberikan tanggapan atau *feedback* pada setiap perubahan yang dilakukan santri, dengan adanya tanggapan baik dari pujian dan sebagainya, santri akan dengan sendirinya memperbaiki kesalahan dan cenderung untuk selalu menggunakan kesempatan yang ada untuk memperbaiki manajemen waktunya.

Dalam meningkatkan manajemen waktu ini pasti akan ada faktor pendukung dan penghambatnya, dengan demikian dalam penyelesaian masalah manajemen waktu santri ini

haruslah bisa memilah baik dari faktor pendukung untuk dikembangkan, dan meminimalisir faktor penghambatnya dengan cara menambah interaksi dengan santri.

