

## BAB II

### KERANGKA TEORETIK, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS PENELITIAN

#### A. Kerangka Teoretik

##### 1. Pengelolaan Waktu

###### a. Pengertian

Kemampuan mengatur waktu sangat berperan dalam berhasil atau tidaknya mahasiswa. Leman mendefinisikan bahwa pengelolaan waktu adalah menggunakan dan memanfaatkan waktu sebaik-baiknya, seoptimal mungkin melalui perencanaan kegiatan yang terorganisir dan matang<sup>1</sup>. Setiap individu akan melakukan pengaturan waktu sejalan dengan kebutuhannya dalam melakukan aktifitasnya. Mahasiswa yang mampu mengelola dengan benar, dapat dikatakan ia mampu mengelola dirinya dengan baik. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan Douglas bahwa

---

<sup>1</sup> Leman, dikutip oleh Mustika Dwi Mulyani, *Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa*, (Semarang : Universitas Negeri Semarang, 2013), h. 44

kehidupan individu tidak dapat dilepaskan oleh waktu<sup>2</sup>. Pengelolaan waktu sangat mempengaruhi keberhasilan dan kegagalan mahasiswa.

Menurut Forsyth pengelolaan waktu adalah cara bagaimana membuat waktu menjadi terkendali sehingga menjamin terciptanya sebuah efektifitas dan efisiensi juga produktivitas.<sup>3</sup> Dengan pengelolaan ini, individu dapat memprioritaskan kegiatan yang sebenarnya memiliki konsekuensi tinggi untuk dituntaskan tetapi cenderung ditunda-tunda penyelesaiannya. Selain itu dengan belajar mengatur waktu secara baik individu dapat belajar mengesampingkan kegiatan-kegiatan yang memiliki tingkat tanggung jawab kecil namun seringkali menarik untuk dituntaskan terlebih dahulu. Obyek dari manajemen waktu adalah untuk menambah dan mengoptimalkan penggunaan waktu luang.

Menurut Manktelow, manfaat manajemen waktu yang efektif akan membantu meningkatkan produktivitas, membantu mencapai karier yang lebih sukses dan

---

<sup>2</sup> Douglas dikutip Mustika Dwi Mulyani, *Op.cit*

<sup>3</sup> Forsyth, P, *Jangan Sia-siakan Waktumu*, (Yogyakarta : PT Garailmu, 2009)

mendapatkan hasil yang terbaik dalam kehidupan<sup>4</sup>. Segala aktifitas yang dikerjakan bila teratur dan efisien akan menghasilkan pekerjaan yang lebih baik dibandingkan pekerjaan yang dilakukan serba mendadak. Sedangkan Srijanti menyatakan bahwa, manajemen waktu adalah sebuah aktifitas untuk memanfaatkan waktu yang tersedia dan potensi-potensi yang tertanam dalam diri individu untuk mencapai tujuan-tujuan penting dalam kehidupannya<sup>5</sup>. Selain itu, menurut Haynes menyatakan bahwa titik awal terbaik untuk memperbaiki penggunaan waktu ialah menentukan sejauh mana mengendalikan waktu yang tersedia<sup>6</sup>. Semua individu memiliki jumlah detik yang sama untuk digunakan sebaik mungkin, tetapi tidak semua dapat memanfaatkannya sebaik mungkin, dan tidak semua dapat menginvestasikannya dengan bijaksana, maka sangat penting setiap individu menggunakan waktunya secara efektif dan efisien.

---

<sup>4</sup> James, Manktelow, *Manage Your Time, Raih Keberhasilan dengan Mengelola Waktu Anda*, (Surabaya : Liris. 2010)

<sup>5</sup> Srijanti, dkk, *Etika Membangun Sikap Profesionalisme Sarjana*, (Yogyakarta : Graha Ilmu. 2006)

<sup>6</sup> Haynes, Marion E, *Manajemen Waktu*, (Jakarta: PT Indeks. 2010)

Pengelolaan waktu adalah mengatur atau mengelola waktu dimana kita melakukan hal yang benar pada waktu yang tepat. Alasan kita harus mengatur waktu dikarenakan waktu adalah sumber daya yang tidak bisa kita simpan. Jadi bagaimana cara kita memanajemen waktu kita akan menentukan sejauh mana pencapaian dan kesuksesan kita.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pengelolaan waktu adalah suatu kemampuan dalam kegiatan/aktifitas untuk memanfaatkan waktu yang ada dengan sebaik-baiknya dan kegiatan tersebut sangat berpengaruh penting yang memberikan perubahan dalam hidup seseorang di masa depan. Kunci sukses manajemen waktu adalah dengan mengalokasikan slot waktu khusus untuk tugas-tugas sesuai kepentingan dan urgensi dari tugas yang harus diselesaikan. Pengelolaan ini memainkan peran penting tidak hanya dalam organisasi, tetapi juga dalam kehidupan pribadi seseorang. Pelajar atau mahasiswa yang bercita-cita untuk sukses dalam pendidikan, mata pelajaran ataupun mata kuliahnya harus menanamkan pemikiran pentingnya nilai dari waktu.

**b. Tujuan**

Tujuan pengelolaan waktu adalah untuk menggunakan waktu agar efektif dan produktif. Mengelola waktu sebagai salah satu sumber daya dalam mengorganisir, memprioritaskan, dan berhasil dalam studi dengan persaingan antar teman, pekerjaan, keluarga, dan lain-lain.<sup>7</sup> Menurut Forsyth, pengelolaan waktu bertujuan untuk merubah produktivitas seseorang dalam menggunakan waktu agar tetap fokus, lebih produktif, dan sukses dalam pengorganisasian.<sup>8</sup> Pengelolaan dan pengorganisasian yang baik, menjadikan seseorang lebih produktif dan efektif dalam menggunakan waktu. Sehingga orang tersebut dapat menentukan kegiatan yang terbaik dalam mencapai tujuannya.

**c. Manfaat**

Pengelolaan waktu yang baik akan memberikan banyak manfaat bagi seseorang terutama mahasiswa. Pengelolaan waktu yang baik dapat meningkatkan produktivitas pribadi,

---

<sup>7</sup> Peter Levin, *Skillful Time Management*, (London: Open University Press, 2007)

<sup>8</sup> Patrick Forsyth, *100 Great Time Management Ideas*, (Singapore: Marshall Cavendish Editions, 2009)

fokus pada prioritas, dan dapat meningkatkan efektivitas untuk meraih kesuksesan. Sedangkan, pengelolaan yang kurang baik akan menimbulkan kecemasan dan kurang mengoptimalkan pengerjaan tugas bagi mahasiswa.<sup>9</sup> Pemanfaatan pengelolaan waktu bergantung pada setiap individu. Mahasiswa yang dapat mengelola dengan baik, maka mahasiswa dapat meningkatkan keteraturan hidupnya, mahasiswa lebih percaya diri dan disiplin, meningkatkan kualitas kehidupan diluar jam kuliah, dapat menyelesaikan lebih banyak pekerjaan dan diperolehnya prestasi akademik yang baik, mengurangi jumlah krisis yang dihadapi mahasiswa, menurunnya tingkat stress pada mahasiswa, memiliki prioritas yang jelas dalam belajar, memiliki kemampuan untuk tetap berkonsentrasi terhadap perkuliahan sehingga dapat meningkatkan produktivitas yang baik, dapat melatih kebiasaan disiplin untuk hal-hal yang berhubungan dengan waktu sehingga pekerjaan yang dilakukan akan lebih efisien. Ini menegaskan bahwa pengelolaan waktu sangat penting dalam menjalankan aktifitas seseorang terutama mahasiswa.

---

<sup>9</sup> Peter Levin, op.cit

Peter Levin mengemukakan bahwa pengelolaan waktu yang baik dapat menjadikan seseorang mendapatkan kedudukan yang baik dan dalam kedudukan yang baik harus memiliki strategi berpikir<sup>10</sup>. Pengelolaan waktu yang baik akan mengantarkan seseorang pada kesuksesan dan dalam mengelola waktu harus memiliki strategi berpikir. Bagaimana cara mengelola waktu yang baik agar lebih produktif, bagaimana merencanakan tindakan dan strategi yang dilakukan penggunaan waktu tersebut.

**d. Aspek-aspek Pengelolaan Waktu**

Pengelolaan waktu yang baik memerlukan strategi dan teknik sehingga dapat menghasilkan kualitas kerja yang baik, nilai tinggi dan menjadikan seseorang lebih bahagia tidak adanya kecemasan dalam dirinya. Strategi penggunaan waktu adalah hal penting bagi seseorang dalam menggunakan waktu. Menurut Levin, terdapat empat strategi dalam penggunaan waktu sehingga pengelolaan waktu lebih efektif dan produktif. Empat aspek tersebut adalah<sup>11</sup>:

---

<sup>10</sup> Peter Levin, op.cit

<sup>11</sup> Peter Levin, op.cit

### 1) Strategi berpikir

Strategi berpikir dapat diartikan berpikir sebelum bertindak, tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan, dan berpikir tentang bagaimana membuat penggunaan waktu terbaik dari waktu yang ada. Strategi berpikir dalam mengelola waktu dapat membantu mahasiswa mengurangi stress dalam hal tugas akademis karena mereka mengetahui minggu kerja yang dimiliki dan dapat membantu mahasiswa lebih maksimal dalam mengerjakan tugas. Menurut Levin, strategi berpikir yang dapat membantu mahasiswa adalah sebagai berikut:<sup>12</sup>

- a) Menyadari semua tenggat waktu yang ada, dan memeriksa tugas berikutnya serta tugas-tugas yang sedang dikerjakan,
- b) Menanggapi dengan membandingkan dan mengontraskan tugas dengan memikirkan apa yang harus digunakan dan mengapa, dan apa signifikansi perbedaan antara A dan B kemudian menuliskannya,

---

<sup>12</sup> Peter Levin, op.cit

- c) Melihat kertas ujian pada awal hingga akhir pelajaran dan memeriksa kembali hasil ujian tersebut dan kemajuan dari pelajaran tersebut,
- d) Menanggapi pertanyaan ujian dengan berpikir tentang apa yang penguji cari dan kemudian menyusun rencana jawaban sebelum mulai menuliskannya.

2) Ide strategi pengelolaan waktu

Strategi berpikir menyiratkan strategi dalam mengelola waktu, rencana bagaimana mengelola waktu dalam mencapai tujuan. Dalam strategi pengelolaan waktu terdapat strategi individu, koordinasi, yang berlangsung secara bersama-sama. Strategi pengelolaan waktu tidak hanya “mengalokasikan” periode waktu untuk mencapai tujuan tetapi juga waktu tersebut harus produktif. Dalam menggunakan strategi pengelolaan waktu melibatkan hal-hal berikut:<sup>13</sup>

- a) Menemukan waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, waktu adalah elemen pusat

---

<sup>13</sup> Peter Levin, op.cit

dalam strategi pengelolaan waktu untuk membuat strategi dan langkah-langkah mencapai tujuan.

- b) Melakukan sendiri untuk mengupayakan apa yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas, dalam upaya penyelesaian tugas terdapat komitmen. Komitmen dalam hal ini adalah faktor psikologis, keadaan pikiran, dan memotivasi diri sendiri dan penataan insentif untuk diri sendiri.
- c) Memastikan diri memahami apa yang diminta dalam tugas, memahami tugas harus menyamakan apa yang ada dalam pikiran dan apa yang diminta oleh guru. Dengan memahami tugas strategi yang dibuat akan menjadi lebih efektif. Dalam memahami tugas terdapat dua hal :
  - (1) Apa yang diperlukan, apa hasil yang ingin dicapai
  - (2) Bagaimana cara untuk melanjutkan, apa yang harus digunakan, setidaknya pada permulaan
- d) Memiliki sumber daya fisik, seperti buku, peralatan dan bahan-bahan yang dibutuhkan dalam tugas, setiap tugas membutuhkan sumber daya fisik yang berbeda-beda. Sumber daya fisik biasanya

diberitahukan oleh guru, tetapi tidak jarang harus mencari sendiri sumber daya fisik sendiri.

e) Mencari lingkungan yang kondusif untuk menyelesaikan tugas, setiap orang memiliki lingkungan yang berbeda-beda dalam mendukung penyelesaian tugasnya, lingkungan sangat berperan penting dalam proses penyelesaian tugas.

### 3) Membuat strategi pengelolaan waktu

Sebagai mahasiswa bekerja dibawah tekanan, seperti tuntutan, harapan, tugas-tugas, dan desakan dari lembaga, guru dan keluarga. Tekanan juga dapat berasal dari dalam diri, seperti aspirasi dan ambisi, kebutuhan dan keinginan. Situasi ini membutuhkan strategi pengelolaan waktu untuk mencapainya.

Sebelum membuat strategi pengelolaan waktu, terlebih dahulu mengetahui tujuan yang akan dicapai, untuk tujuan yang jelas harus mengetahui tekanan-tekanan yang akan muncul nantinya. Untuk melihat tekanan-tekanan dalam mencapai tujuan dapat membuat daftar. Dengan daftar ini dapat membuat tujuan lebih spesifik, menentukan alokasi waktu, dapat

meningkatkan kinerja, dan dapat memaksimalkan kemungkinan untuk mencapai tujuan. Dalam buku Peter Levin mengatakan bahwa terdapat beberapa hal yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan melalui strategi pengelolaan waktu, yaitu:<sup>14</sup>

- a) Periksa pemahaman tugas, sumber daya, dan lingkungan. Memahami tugas mengharuskan seseorang untuk mengetahui produk akhir yang menjadi tujuan serta bagaimana prosedurnya. Dengan memahami tugas akan terhindar dari asumsi salah mengenai tugas yang akan membuang-buang waktu. Begitu pula dengan memeriksa sumber daya fisik yang sesuai dan memilih lingkungan yang dapat mendukung dalam menyelesaikan tugas. Sehingga dapat membantu mengurangi gangguan yang terjadi dalam menyelesaikan tugas dan strategi penggunaan waktu.
- b) “Peta jalan keluar” untuk mencapai tujuan. Selain meyakini pemahaman tugas, sumber daya fisik yang diperlukan dan lingkungan yang dapat berpengaruh

---

<sup>14</sup> Peter Levin, op.cit

dalam menyelesaikan tugas, mengidentifikasi dan membuat “peta jalan keluar” yang membawa pada tujuan. Menentukan langkah dan tahap lebih spesifik yang diperlukan dalam mencapai tujuan, agar dapat membuat perkiraan waktu yang realistis yang dibutuhkan.

c) Membuat perkiraan waktu realistis. Membuat perkiraan waktu realistis dalam mengerjakan tugas dapat dilihat dari pengalaman sebelumnya dalam mengerjakan tugas. Melihat keseluruhan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas dapat menjadi pedoman mengalokasikan waktu secara efektif pada tahap strategi pengelolaan waktu. Dalam memperkirakan waktu realistis juga memperkirakan ketidakpastian. Ketidakpastian tersebut dapat berupa kejadian yang tidak terduga yang terjadi dalam pengerjaan tugas, sehingga dapat menyisihkan waktu pada saat dibutuhkan. Cara ini lebih sistematis dan terorganisasi untuk menghadapi hal-hal yang tidak terduga.

#### 4) Menerapkan strategi pengelolaan waktu

Ide-ide yang terdapat dalam strategi pengelolaan waktu yang telah dibuat tetap dilaksanakan. Rencana-rencana yang akan dilakukan atau rencana-rencana yang akan dicapai di masa depan akan ditentukan oleh keputusan yang dipilih. Berpikir strategis dalam mengelola waktu, memikirkan teknik yang tepat, memproses dalam beberapa cara, dan kemudian mengambil keputusan tentang apa yang harus dilakukan, dan bertindak atas keputusan tersebut. Keputusan yang diambil berdasarkan pertimbangan atau prioritas yang telah dibuat.

Dalam aspek-aspek pengelolaan waktu tersebut terdapat strategi-strategi dan teknik-teknik dalam menggunakan waktu yang baik sehingga dapat menjadi pengukur dalam menilai pengelolaan waktu seseorang. Aspek-aspek pengelolaan waktu tersebut dari strategi berpikir dalam mengelola waktu, ide strategi pengelolaan waktu, membuat strategi pengelolaan waktu sampai dengan menerapkan strategi penggunaan waktu adalah hal-hal penting dalam pengelolaan waktu. Kita dapat menilai pengelolaan waktu diri sendiri

dengan melihat aspek-aspek pengelolaan waktu yang telah dipaparkan sebelumnya.

**e. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengelolaan waktu**

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu yang dikemukakan Srijanti<sup>15</sup> yaitu : a) adanya target yang jelas, dengan adanya target pencapaian hidup akan lebih terarah dan waktu pun dapat diatur dengan sebaik-baiknya, b) adanya prioritas kerja, individu dapat menjalankan manajemen waktu dengan baik akan mencurahkan seluruh konsentrasi dan energinya untuk mencapai prioritas yang telah ditetapkannya. Adanya prioritas dalam bekerja merupakan salah satu faktor utama yang membuat individu berhasil melakukan pekerjaan lebih baik, c) penundaan pekerjaan, kebiasaan menunda pekerjaan seringkali menyebabkan kehabisan waktu dan tenaga saat akan mengerjakannya. Sehingga bila dipaksakan melaksanakannya maka hasilnya bukanlah yang terbaik karena dilakukan dengan sia-sia, d) pendelegasian tugas, sifat kurang percaya pada orang lain dan ingin semua

---

<sup>15</sup> Srijanti P dan P Artiningrum, *Etika Membangun Sikap Profesionalisme Sarjana*, (Jakarta : Graha Ilmu, 2007), h. 16-17

pekerjaan selesai dengan sempurna seringkali membuat tersitanya waktu yang kita miliki. Perlu kiranya diingat bahwa pekerjaan yang dilakukan orang lain mungkin tidak sebaik jika dilakukan sendiri, akan tetapi jika pekerjaan tersebut tidak yang utama kenapa tidak didelegasikan pada orang lain dengan tetap diawasi. Hal ini dapat lebih meringankan pekerjaan, waktu yang ada dapat digunakan melakukan pekerjaan lain yang lebih berkualitas disamping dapat meningkatkan rasa percaya diri, kebahagiaan dan rasa hormat dari orang yang kita beri tugas, e) penataan ruang kerja, ruang kerja atau ruang belajar yang membosankan dapat membuat pekerja kurang merasa nyaman dalam melakukan suatu pekerjaannya sehingga dapat mengakibatkan sulitnya mendapat hasil kerja yang baik.

**f. Langkah-langkah pengelolaan waktu**

Langkah-langkah dalam mengelola waktu menurut Srijanti, yaitu : a) pelajari tujuan-tujuan, rencana-rencana dan prioritas-prioritas, dengan mengetahui tujuan, rencana dan prioritas yang akan kita lakukan nanti maka akan memudahkan seseorang untuk menjalankannya. b) buatlah rencana kerja periodik atau program kerja, dapat berupa

rencana kerja harian, dengan rencana kerja ini seseorang akan lebih tersusun, dan akan terlihat prioritas kerja yang akan didahulukan lebih dahulu. c) tentukan tingkat urgensi/kepentingannya, setelah dibuat rencana kerja biasanya kita akan menyusunnya dengan tingkat urgensi/kepentingannya, jika suatu tugas yang banyak dan membutuhkan waktu yang lama pasti akan lebih di prioritaskan dibandingkan dengan tugas yang sedikit. d) tentukan hal-hal yang dapat di delegasikan kepada orang lain, dari setiap rencana kerja yang telah kita dibuat, tidak mungkin itu semua bisa kita kerjakan seorang diri. Kita bias mendelegasikan tugas kita dengan orang lain dengan kepentingan yang sama. e) mulailah melakukan prioritas (A), yaitu hal-hal terpenting yang dapat mewujudkan target, yang paling dekat pada batas waktu akhir, f) letakkan tanda (√) pada hal-hal yang telah selesai dikerjakan, jangan lupa menandai setiap tugas yang sudah kita kerjakan, jangan membuang-buang waktu dengan tugas yang telah kita kerjakan sedangkan tugas lain masih menanti. g) pindahkan hal-hal yang belum dapat dituntaskan pada rencana kerja hari berikutnya.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Ibid, h. 95

## **2. Metode Pembelajaran Berbasis Masalah melalui Layanan Kelompok Psikoedukasi**

### **a. Pembelajaran Berbasis Masalah**

#### **1) Pengertian**

Menurut Resnick dan Glaser, masalah dapat diartikan sebagai suatu keadaan dimana seseorang melakukan tugasnya yang tidak ditemuinya diwaktu sebelumnya.<sup>17</sup> Masalah pada umumnya timbul karena adanya kebutuhan untuk memenuhi atau mendekatkan kesenjangan antara kondisi nyata dengan kondisi yang seharusnya. Pemecahan masalah adalah suatu proses menemukan suatu respon yang tepat terhadap suatu situasi yang benar-benar unik dan baru bagi pemecah masalah.

Checkly juga mendefinisikan, pembelajaran berbasis masalah dengan suatu sarana yang relevan untuk konteks ini, dimana masalah nyata menjadi kajiannya, mereka menyelidiki, sungguh-sungguh mendalami apa yang mereka perlukan untuk

---

<sup>17</sup> Resnick dan Glaser, dikutip oleh Djoko Apriono, Problem Based Learning (PBL) : Definisi, Karakteristik, dan Implementasi dalam Pembelajaran Pendidikan Pancasila, (Tuban : Prospektus, Tahun IX Nomor 1, April 2011)

mengetahui dan ingin mengetahui.<sup>18</sup> Pembelajaran Berbasis Masalah adalah suatu pendekatan pembelajaran yang menggunakan masalah dunia nyata sebagai suatu konteks bagi peserta didik untuk belajar tentang cara berpikir kritis dan keterampilan memecahkan masalah, serta untuk memperoleh pengetahuan dan konsep yang esensial dari materi kuliah atau materi pelajaran.

Harsono dan Dwiyanto menyatakan Pembelajaran Berbasis Masalah adalah suatu metode pembelajaran, mahasiswa sejak awal dihadapkan pada suatu masalah, kemudian diikuti oleh proses pencarian informasi yang bersifat *student centered*<sup>19</sup>. Pembelajaran ini dipahami sebagai suatu strategi instruksional, mahasiswa mengidentifikasi pokok persoalan yang dimunculkan oleh masalah yang spesifik. Pokok persoalan tersebut membantu dan mendorong mahasiswa untuk mengembangkan pemahaman tentang berbagai konsep

---

<sup>18</sup> Checkly, dikutip oleh Djoko Apriono. *Op.cit*

<sup>19</sup> Harsono dan Dwiyanto, D, *Pembelajaran Berpusat Mahasiswa*, (Yogyakarta : Pusat Pengembangan Pendidikan Universitas Gadjah Mada, 2005)

yang mendasari masalah serta prinsip pengetahuan lainnya yang relevan.

Landasan teori pembelajaran ini menurut Sudarman adalah kolaborativisme, suatu perspektif yang berpendapat bahwa mahasiswa akan menyusun pengetahuan dengan cara membangun penalaran dari semua pengetahuan yang sudah dimilikinya dan dari semua yang diperoleh sebagai hasil kegiatan berinteraksi dengan sesama individu.<sup>20</sup> Metode pembelajaran ini memiliki gagasan bahwa pembelajaran dapat dicapai jika kegiatan pendidikan dipusatkan pada tugas-tugas atau permasalahan yang otentik, relevan, dan dipresentasikan dalam suatu konteks. Cara tersebut bertujuan agar mahasiswa memiliki pengalaman sebagaimana nantinya mereka menghadapi kehidupan profesionalnya.

Aspek penting dalam pembelajaran ini adalah bahwa pembelajaran dimulai dengan permasalahan dan permasalahan tersebut akan menentukan arah

---

<sup>20</sup> Sudarman. *Problem Based Learning, Suatu Model Pembelajaran untuk Mengembangkan dan Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah*. Jurnal Pendidikan Inovatif Vol. 2 No. 2. (Samarinda : Universitas Mulawarman Samarinda. 2007)

pembelajaran dalam kelompok. Dengan membuat permasalahan sebagai tumpuan pembelajaran, para mahasiswa didorong untuk mencari informasi yang diperlukan untuk menyelesaikan permasalahan.

Model pembelajaran berbasis masalah menurut Barrows, memiliki sejumlah karakteristik yang membedakan dengan model pembelajaran yang lainnya yaitu pembelajaran bersifat *student centered*, dosen atau guru berperan sebagai fasilitator dan moderator, masalah menjadi fokus dan merupakan sarana untuk mengembangkan keterampilan *problem solving*, informasi-informasi baru diperoleh dari belajar mandiri (*self directed learning*).<sup>21</sup> Model pembelajaran ini banyak menumbuhkembangkan kreatifitas belajar baik secara individu maupun secara kelompok.

Dapat disimpulkan pembelajaran berbasis masalah adalah metode pembelajaran yang mendorong mahasiswa untuk lebih aktif, lebih termotivasi karena pembahasan yang disampaikan adalah pembahasan

---

<sup>21</sup> Ni Made Suci. *Penerapan Model Problem Based Learning untuk Meningkatkan Partisipasi Belajar dan Hasil Belajar Teori Akuntansi Mahasiswa Jurusan Ekonomi UNDIKSHA*. (Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan. Vol. 2 No. 1. 2008)

yang realita dan didiskusikan bersama-sama dengan mahasiswa lain, sehingga pemecahan masalah tersebut akan cepat terselesaikan. Tujuan dari metode ini adalah mengajarkan mahasiswa untuk belajar dari masalah dan menunjukkan kemampuan siswa dalam mengambil atau menyerap ilmu dari masalah yang terdapat di kehidupan sehari-hari.

## **2) Ciri-ciri Pembelajaran Berbasis Masalah**

Berbagai pengembangan pembelajaran berbasis masalah menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Proses belajar harus diawali dengan suatu masalah, terutama masalah dunia nyata yang belum terpecahkan,
- b) Dalam pembelajaran harus menarik perhatian mahasiswa,
- c) Guru berperan sebagai fasilitator/pemandu di dalam pembelajaran,
- d) Mahasiswa harus diberikan waktu untuk mengumpulkan informasi menetapkan strategi dalam memecahkan masalah sehingga dapat mendorong kemampuan berpikir kreatif,

- e) Pokok materi yang dipelajari tidak harus memiliki tingkat kesulitan yang tinggi,
- f) Pembelajaran yang nyaman, santai, dan berbasis lingkungan dapat mengembangkan keterampilan berpikir dan memecahkan masalah.<sup>22</sup>

### 3) Langkah Pembelajaran Berbasis Masalah

Langkah pembelajaran berbasis masalah adalah sebagai berikut<sup>23</sup>:

Tahap	Langkah
Tahap-1 Orientasi peserta didik pada masalah	Pengajar menjelaskan tujuan pembelajaran, menjelaskan logistik yang dibutuhkan, mengajukan fenomena atau demonstrasi atau cerita untuk memunculkan masalah, memotivasi peserta didik untuk terlibat dalam pemecahan masalah yang dipilih.
Tahap-2 Mengorganisasi peserta didik untuk belajar	Pengajar membantu peserta didik untuk mendefinisikan dan mengorganisasi tugas belajar yang berhubungan dengan masalah tersebut.
Tahap-3	Pengajar mendorong peserta didik untuk mengumpulkan informasi

<sup>22</sup> Akinoglu, O. dan R.O. Tandogan, The Effect of Problem Based Active Learning of Student's Academic Achievement, Attitude and Concept Learning. (Eurasia Journal of Mathematics, science & Technology Education. 2007)

<sup>23</sup> R. Ibrahim, Nana Syaodih S. Perencanaan Pengajaran, Rineka Cipta: Jakarta, 2009

Membimbing penyelidikan individual maupun kelompok	yang sesuai, melaksanakan eksperimen untuk mendapatkan penjelasan dan pemecahan masalah.
Tahap-4 Mengembangkan dan menyajikan hasil karya	Pengajar membantu peserta didik dalam merencanakan dan menyiapkan karya yang sesuai seperti laporan, video, dan model, serta membantu mereka untuk berbagi tugas dengan temannya.
Tahap-5 Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah	Pengajar membantu peserta didik untuk melakukan refleksi atau evaluasi terhadap penyelidikan mereka dan proses-proses yang mereka gunakan.

#### 4) Prinsip-prinsip Pembelajaran Berbasis Masalah

Dolmans menyatakan atas empat prinsip yang mendasari pembelajaran berbasis masalah yaitu pembelajaran secara konstruktif, mandiri, kolaboratif dan kontekstual. Pembelajaran konstruktif merupakan proses mahasiswa membangun pengetahuan yang dimilikinya secara aktif. Pembelajaran yang disebut *self-directed learning* adalah mahasiswa berperan aktif dalam merencanakan (*planning*), memantau (*monitoring*), dan mengevaluasi (*evaluating*) proses belajar. Pembelajaran yang kolaboratif merupakan pembelajaran dari interaksi antar individu yang dapat

menimbulkan dampak positif. Pembelajaran yang kontekstual dimaksudkan bahwa suatu proses pembelajaran diharuskan dapat menggambarkan situasi dan kondisi lingkungan tempat dan waktu pengetahuan tersebut digunakan atau dengan kata lain sesuai dengan konteksnya.<sup>24</sup>

#### **5) Keunggulan dari Pembelajaran Berbasis Masalah**

Menurut Apriono, beberapa kelebihan penggunaan pembelajaran berbasis masalah diantaranya a) mahasiswa lebih memahami konsep yang diajarkan sebab mereka sendiri yang menemukan konsep tersebut, b) melibatkan secara aktif memecahkan masalah dan menuntut keterampilan berpikir mahasiswa yang lebih tinggi c) pengetahuan tertanam berdasarkan skema yang dimiliki mahasiswa sehingga pembelajaran lebih bermakna, d) mahasiswa dapat merasakan manfaat pembelajaran, sebab masalah-masalah yang diselesaikan langsung dikaitkan dengan

---

<sup>24</sup> Verdika. S. dkk, *Faktor-faktor yang mempengaruhi mahasiswa FK UGM untuk melaksanakan pembelajaran yang konstruktif, mandiri, kolaboratif dan kontekstual dalam PBL*. Vol. 4. No. 1. (Jurnal Pendidikan Kedokteran dan Profesi Kesehatan Indonesia. 2009)

kehidupan nyata, hal ini dapat meningkatkan motivasi dan ketertarikan mahasiswa terhadap bahan yang dipelajari, e) menjadikan mahasiswa lebih mandiri dan lebih dewasa, mampu memberi aspirasi dan menerima pendapat orang lain, menanamkan sikap sosial yang positif diantara mahasiswa, dan f) pengkondisian mahasiswa dalam belajar kelompok yang saling berinteraksi terhadap mahasiswa dan kelompoknya sehingga pencapaian ketuntasan belajar dari mahasiswa dapat diharapkan.<sup>25</sup>

Kelebihan dari pembelajaran berbasis masalah menurut Sudarman adalah para mahasiswa didorong untuk mengeksplorasi pengetahuan yang telah dimilikinya kemudian mengembangkan keterampilan pembelajaran yang independen untuk mengisi kekosongan yang ada. Dengan metode ini, permasalahan mampu membangkitkan pengalaman

---

<sup>25</sup> Djoko Apriono. Problem Based Learning (PBL) : Definisi, Karakteristik, dan Implementasi dalam Pembelajaran Pendidikan Pancasila. (Tuban : Prospektus, Tahun IX Nomor 1, April 2011)

pembelajaran maka mahasiswa akan mendapat otonomi yang lebih luas dalam pembelajaran.<sup>26</sup>

Pendapat diatas menunjukkan bahwa dengan penerapan metode ini dalam proses pembelajaran akan mampu meningkatkan motivasi belajar mahasiswa, materi bersifat relevan dan kontekstual. Disamping itu pembelajaran berbasis masalah juga mengembangkan pemikiran pada tingkat yang lebih tinggi, artinya tidak hanya terbatas pada meningkatkan pengetahuan saja melainkan juga mengembangkan kemampuan dan sikap peserta didik dalam mengatasi permasalahan.

#### **6) Kekurangan dari Pembelajaran Berbasis Masalah**

Kekurangan dari model Pembelajaran Berbasis Masalah menurut Dincer adalah sebagai berikut yaitu a) guru kesulitan dalam merubah gaya mengajar, b) memerlukan lebih banyak waktu untuk siswa dalam memecahkan masalah, jika model tersebut baru diperkenalkan di kelas, d) Metode ini membutuhkan bahan dan penelitian yang banyak, e) sukar

---

<sup>26</sup> Sudarman. *Op.cit*

menerapkan metode ini dalam semua kelas, f) kesulitan dalam menilai pelajaran.<sup>27</sup>

## **b. Kelompok Psikoedukasi**

### **1) Definisi Kelompok Psikoedukasi**

Menurut Gladding kelompok psikoedukasi didefinisikan sebagai kelompok yang mempunyai fokus utama dalam pendidikan tentang konsep atau topik psikologis. Selain mempunyai fokus pendidikan dalam psikologi, kelompok psikoedukasi juga memiliki fokus terhadap anak-anak, remaja, dan dewasa di semua jenis instansi, termasuk rumah sakit, perusahaan, universitas dan lembaga-lembaga pelayanan pemerintah serta sosial militer.

Definisi kelompok psikoedukasi yang diadopsi oleh *Association Specialist in Group Work* (ASGW,1991) menyatakan bahwa dalam kelompok-kelompok ini berfungsi untuk mendidik anggota kelompok yang menghadapi ancaman potensial atau perkembangan peristiwa hidup (misalnya pensiun) atau untuk mengajarkan keterampilan

---

<sup>27</sup> Dincer, dkk. Dikutip oleh Awal Restiono. *Penerapan Model Problem Based Learning untuk Mengembangkan Aktifitas Berkarakter dan Meningkatkan Pemahaman Konsep Siswa Kelas XI*. Skripsi. (Semarang : Universitas Negeri Semarang. 2013)

menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan krisis hidup.

Kelompok psikoedukasi disediakan untuk semua usia dan tingkat pendidikan. Asumsi dasar lainnya tentang kelompok psikoedukasi bahwa kelompok menekankan pendidikan atau pembelajaran daripada kesadaran diri dan pemahaman diri.<sup>28</sup>

Berdasarkan pemaparan definisi di atas, dapat disimpulkan kelompok psikoedukasi adalah suatu kelompok yang berfokus dalam pendidikan tentang konsep dan topik psikologis yang dapat diterapkan disemua jenjang usia dan berbagai instansi atau lembaga dengan menekankan pendidikan dan pembelajaran.

## **2) Konsep Kelompok Psikoedukasi**

Kelompok psikoedukasi merupakan kelompok diskusi *self-help* yang dapat dilaksanakan dalam organisasi, bisnis, gereja, sekolah, penjara, perguruan tinggi atau universitas, pusat-pusat komunitas, dan lembaga pemerintah. Kelompok psikoedukasi mencakup semua usia.

---

<sup>28</sup> Nina W.Brown, *Psychoeducational Groups* (New York: Brunner-Routledge,2004), h.5

Tugas atau pembahasan dalam kelompok terbentuk dari tujuan yang sama biasanya dari tugas yang ingin dicapai. Penekanannya adalah pada meningkatkan pengetahuan anggota tentang suatu topik tertentu atau subjek, dan kelompok yang meliputi diskusi besar serta pendapat atau ide-ide. Kelompok bimbingan berfokus pada penyediaan informasi yang berguna membantu peserta untuk mengatasi krisis hidup, masalah perkembangan atau pencegahan masalah. Penyebaran informasi difokuskan pada topik tertentu, seperti keterampilan kerja, memilih perguruan tinggi dan kemampuan belajar.<sup>29</sup>

### **3) Karakteristik Kelompok Psikoedukasi**

Kelompok psikoedukasi dapat diklasifikasikan berdasarkan tujuan utama, masing-masing kelompok. Terdapat tiga tujuan kelompok yaitu pendidikan, pelatihan keterampilan, atau *self-understanding/self-knowledge*.

Misalkan tujuan kelompok adalah pada topik pendidikan maka hal ini mengacu pada materi pembelajaran baru melalui modus kognitif, melalui ceramah, diskusi, dan observasi.

---

<sup>29</sup> Ibid.,p.6-7

Fokusnya adalah penyebaran materi baru, dengan cara pemimpin kelompok melakukan banyak presentasi. Ide baru dan konsep serta fakta membentuk banyak konten untuk kelompok yang berfokus pada pendidikan.

Kelompok keterampilan memiliki komponen pengalaman yang kuat. Peserta diharapkan dapat melatih keterampilan yang diajarkan. Pemimpin kelompok diharapkan membantu peserta mempraktikkan keterampilan yang ingin dicapai. Umpan balik mengenai kemajuan komponen penting dari kelompok ini. Pemahaman dan pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat meyakinkan anggota, untuk memberikan umpan balik tentang dampak perilaku mereka kepada orang lain atau untuk membangun kepercayaan diri mereka.<sup>30</sup>

#### **4) Struktur Kelompok Psikoedukasi**

Berbagai kelompok psikoedukasi juga menyebabkan struktur yang sangat berbeda untuk berbagai kelompok. Struktur meliputi:<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup> Ibid,.p.9

<sup>31</sup> Ibid,.p.9

**a) Ukuran Kelompok**

Kelompok Psikoedukasi berbagai ukuran dari 5 sampai 50 atau bahkan 100 anggota.

**b) Pengelolaan Konten**

Semua kelompok memiliki beberapa konten. Konten yang dikelola mengacu pada metode presentasi, inisiator, dan pengolahan. Didalam kelompok psikoedukasi, pemimpin dapat meminta masukan dari orang lain untuk menetapkan tujuan dan kegiatan penataan. Inisiator dari topik, konsep, keterampilan, atau proses mungkin menjadi bagian pemimpin. Setiap anggota, pengawas, atau kelompok secara keseluruhan dapat memiliki peran kepemimpinan. Pengolahan dan refleksi adalah kedalaman dan sejauh materi yang muncul dibicarakan dalam kelompok.

**c) Panjang dan Durasi dari Kelompok**

Panjang dan durasi kelompok psikoedukasi dapat sangat bervariasi, dari satu sesi berlangsung 1 hingga 2 jam.

**d) Tanggung Jawab Pemimpin**

Pemimpin kelompok psikoedukasi memiliki tanggung jawab utama untuk menentukan tujuan dan sasaran, membentuk kelompok, memilih kegiatan, dan memantau fungsi kelompok.

### **e) Keparahan Masalah**

Tidak semua masalah kelompok psikoedukasi difokuskan dengan cara konseling dan kelompok terapi. Meskipun beberapa kelompok konseling dipandang sebagai pencegahan kelompok, gagasan bahwa terdapat masalah potensial untuk membantu memberikan kelompok-kelompok menjadi fokus permasalahan.

## **5) Kompetensi Pemimpin Kelompok**

Kompetensi pemimpin kelompok ditentukan oleh banyak faktor, termasuk berikut:

- a) Pengetahuan tentang dinamika kelompok
- b) Konseling dasar, komunikasi, dan keterampilan kepemimpinan kelompok
- c) Pengetahuan tentang isu-isu pertumbuhan dan perkembangan manusia
- d) Pengetahuan dan keterampilan Spesialis, misalnya, dalam penyalahgunaan zat, pembangunan karir, atau gangguan characterological
- e) Pelatihan
- f) Pengawasan pengalaman dan/atau bidang klinis.

## **6) Tahapan-tahapan dalam Kelompok Psikoedukasi**

Berikut ini ada empat tahap untuk pelaksanaan kegiatan kelompok psikoedukasi yang akan membantu pemimpin kelompok untuk berpikir dari sebuah perencanaan yang memiliki tahap-tahap dan komponen berikut.<sup>32</sup>

### **a) Tahap Awalan**

Tahap pertama untuk kelompok psikoedukasi dapat ditandai dengan rasa antisipasi, kegembiraan, ketakutan, kebingungan. Pada tahap ini pemimpin kelompok melakukan pengumpulan informasi sebelum melakukan kegiatan kelompok psikoedukasi dengan melihat kondisi peserta, rencana penelitian, demografi dan data peserta lain. Pemimpin kelompok dapat memastikan bahwa fasilitas memadai, bahan dan perlengkapan, jadwal dan agenda yang telah disiapkan. Langkah berikutnya adalah untuk sesi pembukaan yang baik yaitu menyambut peserta dengan memperkenalkan personil yang akan bekerja dengan kelompok, dan benar-benar meninjau tujuan dan jadwal. Membuka dialog dengan mendengarkan saran dari peserta. Pemimpin kelompok harus menanyakan apakah

---

<sup>32</sup> Ibid, p. 71

tujuan yang dinyatakan memenuhi harapan dan kebutuhan.

#### **b) Tahap Konflik atau Kontroversi**

Pada tahap ini pemimpin dan anggota kelompok saling mendiskusikan proses kegiatan yang akan dilakukan. Pada tahap ini penyaringan anggota kelompok yang akan mengikuti kelompok psikoedukasi. Pemimpin kelompok menghindari terjadinya konflik atau gangguan yang akan terjadi selama proses kegiatan. Keterampilan pemimpin kelompok seperti mendengarkan, bertanya dan memfasilitasi, serta membuat perbedaan dapat membuat kegiatan di dalam kelompok akan berjalan dengan baik.

#### **c) Tahap Kerja atau Kohesi**

Tahap kerja ini ditandai dengan kerjasama dan kekompakkan. Anggota kelompok tertarik dan mendukung satu sama lain. Mereka juga bersedia untuk bekerja pada tugas dan tidak merasa terganggu. Isu yang muncul pada tahap ini lebih berkaitan dengan bekerja melalui kesalahpahaman dan perbedaan pendapat dan mempertahankan hubungan dibandingkan dengan menang / kalah, dan menghindari konflik.

#### **d) Tahap Pengakhiran atau Terminasi**

Pada tahap pengakhiran, pemimpin kelompok menyiapkan anggota untuk tahap pengakhiran dan mengarahkan anggota ke dalam tahap pengakhiran. Mengakhiri kegiatan kelompok sesuai dengan rencana dan tujuan yang sudah dikemukakan sebelumnya tanpa adanya kegiatan yang belum diselesaikan. Pemimpin dan anggota kelompok saling mengungkapkan perasaan selama kegiatan kelompok berlangsung.

### **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang dilakukan oleh Saguni dalam penelitiannya yang berjudul “Efektivitas Metode Problem Based Learning, Cooperative Learning tipe Jigsaw, dan Ceramah Sebagai Problem Solving dalam Mata Kuliah Perencanaan Pembelajaran”, menunjukkan bahwa metode *Problem Based Learning* lebih efektif jika dibandingkan dengan metode *Cooperative Learning* tipe *Jigsaw* dan ceramah dalam meningkatkan prestasi belajar mahasiswa pada mata kuliah Perencanaan Pembelajaran. Fatimah juga berpendapat bahwa mahasiswa yang diajar dengan metode *Problem Based Learning* memiliki kemampuan

pemecahan masalah yang lebih tinggi daripada yang diajar dengan metode *Cooperative Learning* tipe *Jigsaw* dan metode ceramah.<sup>33</sup>

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nurlela dalam penelitiannya berjudul “Pengaruh Pendekatan Problem Based Learning terhadap Hasil Belajar IPA tentang sifat-sifat Benda Siswa kelas III SD di Wilayah Binaan VII Kecamatan Tebet Jakarta Selatan.”<sup>34</sup> Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data empiris tentang ada tidaknya pengaruh problem based learning terhadap hasil belajar IPA pada siswa kelas III. Teknik yang digunakan teknik simple random sampling. Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan uji-t dapat diketahui bahwa  $t_{hitung} = 6,19$  dan  $t_{tabel} = 1,67$  pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Karena  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , maka  $H_0$  (hipotesis nol) ditolak dan  $H_1$  (hipotesis kerja) diterima yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan. Selain itu Puspitasari melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial dengan Prestasi

---

<sup>33</sup> Saguni, Fatimah. *Efektivitas Metode Problem Based Learning, Cooperative Learning tipe Jigsaw, dan Ceramah Sebagai Problem Solving dalam Mata Kuliah Perencanaan Pembelajaran*. Jurnal. (Palu: STAIN Datokarama. Juni 2013. Th. XXXII, No. 2)

<sup>34</sup> Nurlela, Siti. *Pengaruh Pendekatan Problem Based Learning terhadap Hasil Belajar IPA tentang Sifat-sifat Benda siswa kelas III SD di Wilayah Binaan VII Kecamatan Tebet Jakarta Selatan*. Skripsi (Jakarta: FIP UNJ, 2011), h. 60

Akademik Mahasiswa yang Bekerja”<sup>35</sup>, menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara manajemen waktu dengan prestasi akademik, artinya semakin tinggi manajemen waktu maka semakin tinggi nilai akademik sebaliknya semakin rendah manajemen waktu maka semakin rendah pula prestasi akademik. Selain itu Mulyani juga melakukan penelitian mengenai manajemen waktu dengan judul “Hubungan antara Manajemen Waktu dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa”<sup>36</sup>, dan hasilnya menunjukkan arah hubungan yang positif antara manajemen waktu dengan *self regulated learning*. Korelasi antara manajemen waktu dengan *self regulated learning* diperoleh koefisien  $r = 0,925$  dengan signifikansi atau  $p = 0,000$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara manajemen waktu dengan *self regulated learning* pada mahasiswa Universitas Negeri Semarang yang menyusun skripsi. Selain penelitian yang dilakukan oleh Tripina,<sup>37</sup> berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa “Pengembangan Buku Teks

---

<sup>35</sup> Puspitasari, Widya. *Hubungan antara Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial dengan Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja, Skripsi*, (Yogyakarta : Universitas Ahmad Dahlan)

<sup>36</sup> Mustika, Dwi Mulyani, *Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa, Skripsi*, (Semarang : Universitas Negeri Semarang, 2013)

<sup>37</sup> Tripina. *Pengembangan Buku Teks Bidang Bimbingan Sosial Berbasis Masalah untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Mengatasi Masalah Konflik Interpersonal. Skripsi* (Jakarta: FIP UNJ, 2014), h. 160

Guru BK Bidang Bimbingan Sosial Berbasis Masalah untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Mengatasi Masalah Konflik Interpersonal” menunjukkan bahwa model pengembangan pembelajaran berbasis masalah ini sangat sesuai dalam buku teks ini.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Fatimah Saguni, Siti, Widia, Mustika dan Tripina dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis masalah berdampak positif bagi perkembangan logika berpikir peserta didik dalam menyelesaikan suatu masalah yang diterapkan di sekolah, di kampus maupun dalam kehidupan sehari-hari, dan juga manajemen waktu sangat berpengaruh positif bagi peningkatan prestasi akademik mahasiswa.

### **C. Kerangka Berpikir**

Kesadaran mahasiswa akan manfaat waktu sangat sedikit. Seringnya menunda-nunda pekerjaan, kurang disiplinnya mahasiswa mengenai kehadiran dengan datang tepat waktu, itu menjadi permasalahan yang seharusnya diubah. Waktu yang seharusnya dapat dimanfaatkan dengan baik, namun banyak sekali mahasiswa yang malah membuang waktunya dengan sia-sia. Padahal dengan menggunakan waktu yang baik maka kepercayaan individu dihadapan orang banyak akan lebih baik, dan prestasi akademik itu juga sangat berpengaruh dengan pengelolaan waktu, adanya hubungan positif yang

sangat signifikan antara manajemen waktu dengan prestasi akademik, artinya semakin tinggi manajemen waktu maka semakin tinggi nilai akademik sebaliknya semakin rendah manajemen waktu maka semakin rendah pula prestasi akademik. Untuk itu belajar mengenai manajemen waktu sangat penting, agar mahasiswa dapat menyadari, menentukan, mempelajari dan menggunakan waktunya sesuai keinginan dengan baik.

Banyak cara atau langkah-langkah yang dapat dilakukan mahasiswa dalam memahami pengelolaan waktu. Salah satunya dengan mengetahui tujuan yang ingin dicapai, merencanakan tujuan dan membuat kegiatan prioritas yang lebih penting. Dalam melakukan langkah-langkah tersebut, peneliti akan menggunakan metode pembelajaran berbasis masalah yang merupakan suatu pendekatan pembelajaran yang menggunakan masalah dunia nyata sebagai suatu konteks bagi mahasiswa untuk belajar tentang cara berpikir kritis dan keterampilan memecahkan masalah, serta untuk memperoleh pengetahuan dan konsep dari materi kuliah.

Pelaksanaan metode pembelajaran berbasis masalah (*Problem Based Learning*) dibutuhkan sebuah layanan yaitu layanan kelompok psikoedukasi. Kelompok psikoedukasi memiliki masing-masing karakteristik, seperti kelas dimana terdapat banyak peserta, prinsip-prinsip pengajaran yang diterapkan, materi yang disampaikan

dimaksudkan untuk dipelajari dan dipertahankan, dan pemimpin adalah ahli atau instruktur.

Diharapkan dengan penelitian ini permasalahan mahasiswa dalam pengelolaan waktu belajar, dapat mengantisipasi situasi yang dapat memboroskan waktu dan dapat mendelegasikan tugas secara efektif.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>38</sup> Secara teknik, hipotesis adalah pertanyaan-pertanyaan mengenai keadaan populasi yang akan diuji kebenarannya melalui data yang diperoleh dari sampel penelitian. Secara statistik, hipotesis merupakan pernyataan keadaan parameter yang akan diuji melalui statistik sampel.

Dari uraian tersebut, peneliti akan mengajukan hipotesis yaitu metode pembelajaran berbasis masalah melalui layanan kelompok psikoedukasi memberikan pengaruh untuk meningkatkan pengelolaan waktu pada mahasiswa Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta tahun 2014.

---

<sup>38</sup> Suharsimi, Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), p. 71