

259/S/PPB.30.04/2019

**HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN WAKTU DENGAN PRESTASI  
BELAJAR SISWA ATLET**

(Studi Korelasional di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling



oleh

Arzia Dwi Putri Anwar  
NIM 1401150

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2019**

**Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar Siswa Atlet  
(Studi Korelasional di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)**

Oleh

Arzia Dwi Putri Anwar

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Arzia Dwi Putri Anwar 2019

Universitas Pendidikan Indonesia

April 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

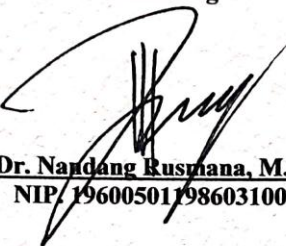
**HALAMAN PENGESAHAN**

**ARZIA DWI PUTRI ANWAR**  
NIM 1401150

**HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN WAKTU DENGAN PRESTASI  
BELAJAR SISWA ATLET**  
(Studi Korelasional di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

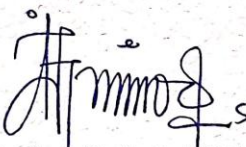
**Disetujui dan disahkan oleh:**

**Pembimbing I**



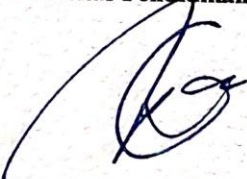
**Dr. Nandang Kusmana, M.Pd**  
NIP. 196005011986031004

**Pembimbing II**



**Dr. Ipah Saripah, M.Pd**  
NIP. 197710142001122001

**Mengetahui,**  
**Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan**  
**Fakultas Ilmu Pendidikan**  
**Universitas Pendidikan Indonesia**



**Dr. Nurhuda, M.Pd.**  
NIP 19600725 198601 1 001

# HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN WAKTU DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA ATLET

(Studi Korelasional di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

Oleh

Arzia Dwi Putri Anwar – arziadwiputrianwar@yahoo.co.id  
1401150

## ABSTRAK

Prestasi belajar dan manajemen waktu merupakan satu kesatuan dari faktor keberhasilan siswa dalam mencapai prestasinya di sekolah. Penelitian bertujuan mengkaji hubungan antara manajemen waktu dengan prestasi belajar siswa atlet Kelas X, XI, XII di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi yang melibatkan 77 orang subjek penelitian. Hasil penelitian menunjukkan kecenderungan umum manajemen waktu berada pada kategori cukup efektif, dengan perolehan skor tertinggi pada aspek kontrol pada waktu. Kecenderungan umum prestasi belajar siswa atlet melalui nilai raport berada pada kategori cukup. Hasil pengujian korelasi menggunakan *Spearman's rho* menunjukkan hasil dengan nilai ( $r_{xy}$ ) sebesar -0,209 dengan arah negatif, dan memiliki nilai signifikansi  $p=0,034 < 0,05$  yang artinya terdapat hubungan yang tidak searah dan signifikan antara manajemen waktu dengan prestasi belajar. Hubungan yang tidak searah pada penelitian dapat dijelaskan apabila manajemen waktu siswa atlet tinggi maka prestasi belajar siswa atlet rendah, begitupun sebaliknya apabila prestasi belajar siswa atlet tinggi, maka manajemen waktu siswa atlet rendah. Hasil pengujian koefisien determinasi menunjukkan manajemen waktu memberikan kontribusi sebesar 1,7689% terhadap prestasi belajar. Temuan penelitian berimplikasi terhadap perlunya peningkatan manajemen waktu dan prestasi belajar secara beriringan melalui layanan bimbingan dan konseling menggunakan teknik bimbingan kelompok guna untuk mengoptimalkan kemampuan siswa atlet dalam manajemen waktu dan prestasi belajarnya.

**Kata Kunci:** Prestasi Belajar, Manajemen Waktu

**CORRELATION BETWEEN TIME MANAGEMENT WITH LEARNING  
ACHIEVEMENTS OF ATHLETE LEARNERS**  
(Correlational Study in SMA Negeri 6 Bandung Academic Year 2018/2019)

By

Arzia Dwi Putri Anwar – arziadwiputrianwar@yahoo.co.id  
1401150

**ABSTRACT**

*Learning achievement and time management is a unity of the success factors of students in achieving their achievements in school. The research aimed to examine the relationship between time management and learning achievement of students of class X, XI, XII athletes in 6 Bandung Senior High School Academic Year 2018/2019. The study used quantitative approach with a correlation method involving 77 participants. The results showed that the general trend of time management was in the category of being quite effective, with the highest score on the time-control aspect. The general trend of learning achievement of athlete students in the report card aspect was in the sufficient category. The results of testing the correlation using Spearmans rho showed results with a value ( $r_{xy}$ ) of -0.209 with a negative direction and has a significance value  $p = 0.034 < 0.05$ , which means that there is a relationship that is not in the same direction and significant between time management and learning achievement. Relationships that are not unidirectional in this study can be explained that when time management of athletes is high, student achievement is low, and conversely, if learning achievement athletes is high, then time management is low. The test results of the coefficient of determination indicated that time management contributed 1.7689% to learning achievement. The research findings have implications for the need to improve time management and learning achievement simultaneously through guidance and counseling using group guidance techniques to optimize the ability of athletes' students in time management and learning achievement.*

**Key Words:** *Learning Achievements, Time Management*

## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
<i>ABSTRACT</i> .....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Struktur Organisasi Penelitian.....	7
BAB II KONSEP PRESTASI BELAJAR, MANAJEMEN WAKTU, DAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING .....	8
2.1 Konsep Prestasi Belajar.....	8
2.2 Konsep Manajemen Waktu .....	12
2.3 Hubungan Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar .....	18
2.4 Konsep Layanan Bimbingan dan Konseling .....	20
2.5 Keterkaitan Prestasi Belajar, Manajemen Waktu, dan Layanan Bimbingan dan Konseling.....	24
2.6 Penelitian Terdahulu .....	25
BAB III METODE PENELITIAN .....	28
3.1 Pendekatan Penelitian .....	28
3.2 Metode Penelitian.....	28
3.3 Partisipan.....	29
3.4 Populasi Penelitian .....	29
3.5 Pengembangan Instrumen Penelitian .....	30
3.6 Uji Coba Instrumen Penelitian .....	33
3.7 Teknik Pengumpulan Data .....	38
3.8 Teknik Analisis Data .....	44
3.9 Prosedur Penelitian.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....	47
4.2 Pembahasan .....	53
4.3 Implikasi Hasil Penelitian bagi Layanan Bimbingan dan Konseling.....	66
4.4 Keterbatasan Penelitian .....	81
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	82

5.1	Kesimpulan.....	82
5.2	Rekomendasi .....	83
	Daftar Rujukan .....	86
	Lampiran .....	91

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi .....	28
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Manajemen Waktu (Sebelum Uji Validitas).....	31
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Manajemen Waktu .....	34
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Manajemen Waktu (Sesudah Uji Validitas) .....	34
Tabel 3.5 Kriteria Nilai <i>alpha Cronbach</i> .....	35
Tabel 3.6 Kriteria <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i> .....	36
Tabel 3.7 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas .....	36
Tabel 3.8 Contoh Uji Ketepatan Skala (Manajemen Waktu) .....	36
Tabel 3.9 Kategori Manajemen Waktu Peserta Didik .....	39
Tabel 3.10 Pengkategorian Prestasi Belajar.....	41
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Manajemen Waktu Siswa Atlet SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 .....	47
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Aspek Manajemen Waktu Siswa Atlet SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 .....	48
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Siswa .....	49
Tabel 4.4 Hubungan Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar Siswa Atlet .....	50
Tabel 4.5 Hasil Perhitungan Koefisien Determinasi.....	51
Tabel 4.8 Rencana Kegiatan ( <i>Action Plan</i> ) Bimbingan dan Konseling dengan Strategi Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Siswa Atlet di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019.....	77



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Hubungan Antar Variabel .....	27
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A ADMINISTRASI PENELITIAN .....	92
1. Surat Keterangan Pengangkatan Dosen Pembimbing .....	93
2. Surat Permohonan Izin Mengadakan Penelitian .....	94
3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian .....	95
4. Lembar Bimbingan Skripsi .....	96
5. Surat Rekomendasi Uji Sidang .....	98
6. Surat Rekomendasi Uji Plagiarsm.....	99
LAMPIRAN B INSTRUMEN PENELITIAN .....	100
1. Hasil <i>Judgement</i> Instrumen .....	101
2. Instrumen Setelah Uji Kelayakan.....	102
LAMPIRAN C DATA PENELITIAN dan PERHITUNGAN .....	108
1. Data Penelitian .....	109
2. Uji Validitas .....	116
3. Uji Reliabilitas.....	118
4. Hasil Pengolahan Data .....	119
5. Uji Skala.....	121
LAMPIRAN D PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK.....	132
1. Hasil <i>Judgement</i> Program .....	133
2. Rencana Pelaksanaan Layanan.....	135
LAMPIRAN E DOKUMENTASI dan RIWAYAT HIDUP .....	140
1. Dokumentasi Kegiatan .....	141
2. Riwayat Hidup.....	142

## DAFTAR RUJUKAN

### 1. Buku dan Artikel Jurnal

- Ahmadi, Abu dan Supriyono, Widodo. (TT). Psikologi Belajar 151.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2012. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bayliss, E. A. et al (2007). *Supporting self-management for patients with complex medical needs: recommendations of a working group*. Discussion Paper, 3, hlm. 167-175.
- Blandford, E. (2005). *Requirements of time management tools for outpatient physiotherapy practice*. Health informatics journal, 11 (3) hlm. 179-199.
- Chase. J. et al. (2013). *Time Management Strategies for Research Productivity*. Journal of Nursing Research, hlm. 155-176.
- Chen, C. et al. (2008). *Hierarchical Federation Community and Time Management. The Society for Modeling and Simulation International*, 84 (7), hlm. 373-383.
- Creswell, J. (2012). *Educational research*. (second edition). Boston : Pears Education.
- Dale, M. 2003. *Developing Management Skills, Techniques For Improving Learning Performance*. (terjemahan: Ramelan). Jakarta: Gramedia..
- Davidson, J. 2002. *Manajemen Waktu : Kuasai Keahlian yang Anda Perlukan dalam 10 Menit*. Yogyakarta : Penerbit Andi.
- Depdiknas. (2007). *Penataan pendidikan profesional konselor dan layanan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal*. Jakarta: Depdiknas.
- Dewantara, G Anugraha. (2018). *Hubungan tingkat pencapaian prestasi olahraga dengan prestasi akademik siswa SMP N 1 Borobudur Kecamatan Borobudur Kabupaten Magelang*. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta.
- Dipipi-Hoy. C. et al. (2009). *Effects of Time Management Instruction on Adolescents' Ability to Self-Manage Time in a Vocational Setting*. The Journal of Special Education, 43, hlm. 145-159.

- Djalal, MF. (1986). *Penilaian Dalam Pengajaran Bahasa Asing*. Malang: P3T IKIP Malang.
- Ernita, Tiara, Fatimah, dan Adawiah, R. (2016). *Hubungan cara belajar dengan prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran PKn pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Banjarmasin*. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 6 (11).
- Forsberg, L. (2009). *Managing time and childcare in dual-earner families*. *Acta sociologica*, 52 (2) hlm. 162-175.
- Forsyth, D. & Catley B. (2007). *Time Management and the Full-Time Sportperson: Increasing Individual Perceptions of Time Control*. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2 (3).
- Furqon, (2014). *Statistika Terapan untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta cv.
- Gea, A.A. (2014). *Time management: Menggunakan waktu secara efektif dan efisien*. *Humaniora*, 5 (2), hlm. 777-785.
- Haynes, M.E. (2010). *Time management, third edition (Manajemen waktu edisi ketiga)*. Jakarta: Indeks.
- Handayanti, A.R. (2016). *Hubungan manajemen waktu dengan prestasi belajar mahasiswa program studi D IV bidang pendidik semester III di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta*. (Naskah Publikasi). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah. Yogyakarta.
- Hawkins, K.B., Lany Florian, & Martyn Rouse. (2007). *Achievement and inclusion in schools*. New York: Routledge.
- Hi Syafi'i, A.S.A. (2009). *Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar kimia siswa kelas X MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Yogyakarta.
- Kartadinata, Sunaryo. (2011). *Menguak tabir Bimbingan dan Konseling sebagai upaya Pedagogis*. Bandung:UPI Press
- Kendal, E. et al. (2011). *Self-Managing Versus Self-Management: Reinvigorating The Socio-Political Dimensions of Self-Management*. *Research Paper*, hlm. 87-98.
- Macan, T. H. (1994). *Time management: Test of a Process Model*. *Journal of Applied Psychology*, 82, (4), 760-768.
- Muangman, D. (1980). *Adollescent Fertility Study In Thailand*. ICARP Search.
- Mulyadi. (2015). *Perbedaan prestasi belajar siswa kelas olahraga dengan kelas regular di SMA N Pengasih Kabupaten Kulon Progo*. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta.

- Mccune, M. (2015). *Life 101: Time management*. Edhorizons, hlm 29.
- Monty P. Satiadarma. (2002). *Dasar-Dasar psikologi olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Nasution. 2010. *Berbagai Pendekatan dalam Proses Belajar dan Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Novianti, P, Yossy. (2017). *Pengaruh manajemen waktu terhadap hasil belajar siswa kelas XII IPS mata pelajaran ekonomi MAN Kota Blitar*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim: Malang.
- Nugraheni, E.P. (2015). *Peningkatan kemampuan manajemen waktu melalui layanan penguasaan konten teknik self management pada siswa SMP Negeri 2 Dempet Demak*. (Skripsi). Universitas Muria Kudus, Kudus.
- Nurhidayati, D, Diana. (2016). *Peningkatan pemahaman manajemen waktu melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving pada siswa*. Psikopedagogia vol 5 No 1. Universitas Ahmad Dahlan: Sumatera Selatan.
- Pedler, M., Burgoyne, J., dan Boydell, T. (1991). *The learning company. A strategy For Sustainable Development*. London: Mc.Graw-Hill.
- Pillai Radhakrishna, R. et al. (2015). *Role of Self- managing Leadership in Crisis Management: An Emperical Study on the Effectiveness of Rajayoga*. Article IIm Kozhikode Society & Management Review, 4(1), hlm. 15-37.
- Puspitasari, Widya. (2013). *Hubungan antara manajemen waktu dan dukungan sosial dengan prestasi akademik mahasiswa yang bekerja*. Jurnal Psikologi, 2(1).
- Rahmawati, Wuri. (2017), *Pengaruh manajemen waktu belajar dan motivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar siswa kelas V di SDN Tamanagung 2 Mutilan Magelang Jawa Tengah Semester II Tahun Ajaran 2016/2017*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga: Yogyakarta.
- Rusyadi, Hasan Sofyan. (2012). *Hubungan antara manajemen waktu dengan prestasi belajar pada mahasiswa*. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Sabelis, Ida. (2001). *Time management paradoxes and patterns*. *Time and Society*, 10 (2/3) hlm. 387-400.
- Saifudin , Azwar. (1996). *Pengantar Psikologi Intelegensi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Santya, K.R. (2016). *Studi Deskriptif Manajemen Waktu Mahasiswa Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*. (Skripsi). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, Yogyakarta.

- Santrock, J. W. (2010). *Life-span development 13<sup>th</sup>*. Jakarta: Erlangga.
- Saputra, Yoga. (2016). *Survei pretasi olahraga dan prestasi akademik atlet peraih medali POPDA SMP Kontigen Cilacap Tahun 2016*. (Skripsi). Universitas Negeri Semarang: Semarang.
- Sarwono, S. W. (2006). *Psikologi Remaja (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rajagrafindo persada.
- Setiawati, Linda dan Sudira Putu. (2015). *Faktor faktor yang mempengaruhi prestasi belajar praktik kejuruan siswa SMK program studi keahlian teknik komputer dan informatika*. Jurnal pendidikan vokasi, 5 (3) hlm. 327.
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suherman, Uman. (2009). *Manajemen bimbingan dan konseling*. Bandung: Rizqi Press.
- Syah, M. (2003). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Syah, M. (2011). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Suminoto, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi model rasch untuk penelitian ilmu-ilmu sosial*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Thomack, B. (2012). *Time Management for Today's Workplace Demands*. Professional Practice, 60 (5).
- Wilkinson. L. (2008). *Self-Management for children with high-functioning autism spectrum disorders*. Intervention in school and clinic, 43, hlm. 150-157.
- Wiells. M. (2010). *Time-management for Preclinical Safety Professionals*. Editorial, 38 hlm.675-680.
- Wibowo, Basuki. (2002). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Winkel, W.S. (2009). *Psikologi pengajaran*. Jakarta: PT Media Abadi.
- Young, J. W. (2010). *50 Ways of time managing; Children's must know (50 Cara mengatur waktu)*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

## **2. Peraturan Perundangan**

- Undang-Undang RI NO 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab VII pasal 21 ayat 1 dan 2.

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 5 tentang hak dan kewajiban warga Negara ayat (4), pasal 12 ayat (1) b, pasal 32 ayat (1).

### **3. Sumber Online dan Bentuk lain**

Yustiana, Yusi. R. (2000). Manajemen diri. [online]. Tersedia di:  
[http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR. PSIKOLOGI PEND DAN BIMBINGAN/  
196611151991022  
YUSI RIKSA YUSTIANA/SAP, RPP/MANAJEMEN DIRI.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/196611151991022/YUSI_RIKSA_YUSTIANA/SAP,_RPP/MANAJEMEN DIRI.pdf).