

## Efektivitas Teknik Sociodrama dalam Mengatur Waktu Belajar Melalui Layanan Bimbingan Klasikal

Apriani Harahap<sup>a,1</sup>, Nurhafni Siregar<sup>b,2</sup>, Erwita Ika Violina<sup>c,3</sup>, Sekar Ayu Anjarani Sipayung<sup>d,4</sup>

<sup>a</sup> Universitas Muslim Nusantara Al-Wasliyah, Kota Medan, Sumatera Utara, 20147

<sup>b</sup> Universitas Muslim Nusantara Al-Wasliyah, Kota Medan, Sumatera Utara, 20147

<sup>c</sup> Universitas Negeri Medan, Kota Medan, Sumatera Utara, 20221

<sup>d</sup> Universitas Muslim Nusantara Al-Wasliyah, Kota Medan, Sumatera Utara, 20147

<sup>1</sup> [aprianiharahap.2903@gmail.com](mailto:aprianiharahap.2903@gmail.com), <sup>2</sup> [nurhafni.siregar@umnaw.ac.id](mailto:nurhafni.siregar@umnaw.ac.id), <sup>3</sup> [erwitaika@unimed.ac.id](mailto:erwitaika@unimed.ac.id), <sup>4</sup> [sekarayuanjarani06@gmail.com](mailto:sekarayuanjarani06@gmail.com)

\* Apriani Harahap, Email : [aprianiharahap.2903@gmail.com](mailto:aprianiharahap.2903@gmail.com)



Received 10 – 06 – 2025; accepted 26 – 06 – 2025; published 30 – 06 – 2025

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan klasikal melalui teknik sociodrama dalam meningkatkan manajemen diri siswa dalam mengatur waktu belajar. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII-7 SMP Negeri 1 Tanjung Morawa yang berjumlah 33 orang. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam tiga siklus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui teknik sociodrama, siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya pengelolaan waktu dan mampu menerapkan strategi belajar yang lebih terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang jelas dalam motivasi belajar siswa. Pada tahap pre-test, 54,5% siswa berada dalam kategori motivasi belajar yang rendah. Setelah pelaksanaan Siklus I, persentase tersebut menurun menjadi 21,2%, dan pada Siklus II, angka ini kembali menurun hingga mencapai 0%. Di sisi lain, siswa dengan motivasi belajar tinggi meningkat dari 18,2% pada pre-test menjadi 42,4% di Siklus I, dan mengalami pertumbuhan yang signifikan menjadi 75,8% di Siklus II. Penggunaan tehnik sociodrama terbukti efektif dalam membantu siswa memahami pentingnya manajemen waktu melalui peran dan simulasi situasi nyata, serta meningkatkan kesadaran diri dan rasa tanggung jawab.

### ABSTRACT

*This research aims to determine the effectiveness of classical guidance services through sociodrama techniques in enhancing students' self-management in regulating their study time. The subjects of the study are 33 students from class VIII-7 of SMP Negeri 1 Tanjung Morawa. This research employs the Classroom Action Research (CAR) method in three cycles. The results indicate that through sociodrama techniques, students become more aware of the importance of time management and are able to apply more structured learning strategies. The findings show a clear improvement in students' motivation to learn. In the pre-test phase, 54.5% of students were in the low motivation category. After the implementation of Cycle I, this percentage decreased to 21.2%, and in Cycle II, this figure further decreased to 0%. On the other hand, students with high learning motivation increased from 18.2% in the pre-test to 42.4% in Cycle I, and experienced significant growth to 75.8% in Cycle II. The use of sociodrama techniques proved effective in helping students understand the importance of time management through roles and simulations of real situations, as well as enhancing self-awareness and a sense of responsibility.*

### KATAKUNCI

Bimbingan klasikal  
Teknik Sociodrama  
Manajemen Waktu  
Belajar

### KEYWORDS

Classical Guidance,  
Sociodrama technique,  
Learning Time  
Management

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



## 1. Pendahuluan

Salah satu kendala yang sering dialami oleh peserta didik dalam proses pembelajaran adalah kurangnya kemampuan dalam mengelola diri, khususnya dalam mengatur waktu belajar. Akibatnya, peserta didik cenderung kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar dan tidak memiliki motivasi belajar yang cukup. Rendahnya motivasi belajar ini umumnya disebabkan oleh ketidakmampuan dalam manajemen diri, sehingga waktu yang dimiliki sering terbuang sia-sia.

Manajemen diri saat belajar adalah kemampuan siswa untuk mengatur, merencanakan, dan mengawasi waktu dan aktivitas belajarnya secara mandiri. Siswa yang kurang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik sering mengalami penurunan dalam pencapaian akademis dan kelelahan dalam belajar (Iskandar, 2012). Layanan bimbingan kelas dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan ini. Salah satu metode yang diterapkan adalah sosiodrama, yaitu cara simulasi sosial yang membantu siswa memahami peran dan tanggung jawab mereka dalam situasi kehidupan sehari-hari (Yusuf, 2010). Manajemen diri juga memberi dukungan kepada individu untuk tetap konsentrasi, konsisten, dan mampu mengatur diri dengan efektif ketika menghadapi stres atau tantangan saat mengambil keputusan. Di sisi lain, kematangan emosi memberikan kemampuan bagi seseorang untuk mengendalikan emosinya sehingga tidak terpengaruh oleh suasana hati, dan juga dapat bersikap tenang serta rasional dalam memilih. Kedua hal ini merupakan dasar yang krusial dalam menciptakan keputusan yang tidak hanya masuk akal, tetapi juga cerdas. (M. Kusasi, 2013)

Setiap individu dalam kehidupannya, baik sebagai pribadi maupun saat berada dalam kelompok atau organisasi, pasti menghadapi berbagai pilihan. Dari banyaknya pilihan yang ada, seseorang harus memilih satu keputusan yang dianggap paling sesuai. Untuk memastikan bahwa keputusan yang diambil merupakan yang terbaik, diperlukan pertimbangan yang tepat, termasuk evaluasi terhadap keuntungan dan kerugian dari setiap pilihan yang tersedia. (Masayu Endang Apriyanti dan Syahid, 2021)

Namun, dalam kenyataannya banyak orang mengalami kesulitan ketika melakukan pengambilan keputusan, terutama dalam konteks suatu organisasi atau tempat kerja. Masalah ini biasanya timbul karena keterbatasan dalam memahami inti persoalan, kurangnya keterampilan analisis, dan tekanan situasional yang mempengaruhi objektivitas keputusan. Oleh karena itu, seseorang perlu memiliki kemampuan untuk mengelola diri agar bisa menghadapi kehidupannya di masa yang akan datang.

Waktu adalah aset paling berharga yang kita miliki. Waktu selalu berjalan maju, tidak dapat dihentikan, disimpan, atau dibeli kembali. Karena sifatnya yang terbatas dan tidak dapat diganti, kehilangan waktu sama dengan kehilangan sebagian dari hidup kita. Kesadaran akan nilai waktu muncul saat kita menyadari bahwa umur manusia di dunia sangat singkat. Oleh sebab itu, waktu perlu dikelola dengan baik dan dimanfaatkan secara optimal. Seseorang seharusnya dapat mengatur waktunya secara teratur dan konsisten, bukannya dikuasai oleh waktu itu sendiri. Dengan cara ini, setiap detik dalam hidup bisa dimanfaatkan dengan baik. (Siska Novra Elvina, 2019)

Untuk itu, Penelitian ini mengajarkan para siswa dari kelas VIII-7 di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa agar dapat mengelola diri mereka dalam menggunakan waktu untuk belajar dan menghargai waktu yang tersedia, sehingga mereka dapat lebih berkonsentrasi pada proses pembelajaran dan tidak merasa menyesal di masa depan karena tidak dapat mengatur diri dengan baik. Dalam penelitian ini, untuk memberi siswa pengalaman langsung tentang konsekuensi yang mungkin timbul jika mereka tidak dapat mengatur waktu dengan baik, diterapkan teknik sosiodrama.

Menurut Nur Salim dan Suradi dalam (Hamid, 2018), sosiodrama adalah cara yang sering digunakan dalam aktivitas kelompok, di mana setiap peserta menjalankan peran tertentu sesuai dengan situasi sosial yang diambil dari pengalaman nyata. Melalui aktivitas bermain peran ini, anggota kelompok diajak untuk memahami dan mencari solusi atas masalah sosial yang dibahas. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, diharapkan siswa ikut berpartisipasi dalam sosiodrama di dalam kelompok yang telah dibentuk.

Pandangan ini sejalan dengan Roestiyah (dalam Ulfa, 2019) yang menyatakan bahwa sosiodrama memberikan peluang bagi kelompok untuk menjelajahi nilai-nilai, memahami perilaku sosial, serta mengembangkan kreativitas individu dalam menghadapi dinamika sosial.

Penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Lestari (2020) menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dapat meningkatkan empati dan kesadaran diri siswa mengenai perilaku dan tanggung jawab mereka.

Melalui peran yang dimainkan dalam sosiodrama, siswa belajar untuk mengidentifikasi dan memperbaiki pola perilaku yang kurang efektif, termasuk dalam hal pengelolaan waktu belajar.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan sebuah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam tiga fase. Tiap fase memiliki empat langkah: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 33 siswa kelas VIII-7 di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa. Data diperoleh melalui observasi, kuesioner mengenai manajemen waktu, catatan anekdot, dan wawancara singkat. Analisis data dilakukan dengan memanfaatkan metode kuantitatif.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini bersifat kuantitatif. Sugiyono (dalam Rusita, 2016) menyatakan bahwa tujuan dari penelitian kuantitatif adalah untuk mengevaluasi populasi atau sampel tertentu, di mana pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimen. Menurut Creswell (Panorama, 2017), pra-eksperimen adalah metode di mana peneliti mempelajari satu kelompok utama dan memberikan perlakuan atau intervensi selama periode penelitian. Sugiyono (2016) menggambarkan populasi sebagai area generalisasi yang terdiri dari subjek-subjek yang memiliki karakteristik dan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti, sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan.

Dalam penelitian yang berfokus pada empati ini, populasi yang diteliti mencakup seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa, Deli Serdang, Sumatera Utara, dengan jumlah total 33 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Sugiyono dalam (Ariyani, 2018) menjelaskan bahwa purposive sampling merupakan metode penentuan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah ditentukan sebelumnya.

## 3. Results and Discussion

### 3.1. Pre- Test

Perencanaan, sebelum pelaksanaan tindakan, peneliti melakukan identifikasi masalah melalui observasi awal dan pengisian angket motivasi belajar oleh siswa kelas VIII-7. Dari hasil angket tersebut diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki motivasi belajar yang rendah. Peneliti merancang skenario tindakan dengan menggunakan layanan bimbingan klasikal dan teknik sosiodrama yang relevan dengan konteks siswa. Materi dan lembar observasi juga disiapkan.

Tindakan belum dilakukan pada tahap ini. Peneliti masih dalam tahap menyusun strategi dan merancang instrumen serta teknis pelaksanaan layanan. Kegiatan meliputi koordinasi dengan guru BK, penyusunan jadwal, serta pengembangan skenario sosiodrama untuk tahap pelaksanaan nanti.

Observasi awal dilakukan terhadap perilaku siswa di kelas dan luar kelas terkait kedisiplinan belajar, keterlibatan dalam kegiatan belajar, dan pengaturan waktu. Sebagian besar siswa tampak kurang teratur dalam menyelesaikan tugas, cenderung menunda, serta menunjukkan sikap pasif dalam diskusi kelas.

Hasil refleksi awal menunjukkan perlunya pendekatan yang komunikatif dan representatif agar siswa dapat memahami pentingnya mengelola waktu dengan baik. Oleh karena itu, peneliti menetapkan bahwa teknik sosiodrama dipilih karena diyakini mampu menstimulasi kesadaran siswa melalui permainan peran dan pengalaman emosional.

Berikut ini adalah pengamatan awal yang dilakukan oleh peneliti sebelum penelitian dimulai, sebelum pelaksanaan layanan bimbingan klasikal melalui dengan teknik sosiodrama dari 33 Siswa yang menjadi subjek penelitian yang dapat ditunjukkan sebagai berikut:

Tabel. 1 Data Siklus sebelum dilakukan penelitian

Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Tinggi	6 siswa	18,2%
Sedang	9 siswa	27,3%
Rendah	18 siswa	54,5%

Dapat dilihat dari Pre-test bahwa siswa memiliki motivasi dalam belajar sangat rendah sehingga mereka tidak mampu memanajemen diri mereka agar konsisten dalam belajar yang dimana terdapat pada tabel bahwa ada 18 siswa dengan presentase 54,5 % yang memiliki motivasi belajar yang rendah berbanding terbalik dari jumlah siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi hanya 6 siswa dengan presentase 18,2 % dan yang sedang hanya 9 siswa dengan presentase 27,3 % saja. Mereka belum memahami pentingnya pengelolaan waktu belajar. Mayoritas siswa belum memiliki kebiasaan membuat jadwal belajar dan sering menunda-nunda tugas.

### Siklus I

Siklus I dilaksanakan berdasarkan temuan awal yang menunjukkan bahwa banyak siswa masih mengalami kesulitan dalam mengelola diri, khususnya dalam mengatur waktu untuk belajar. Kondisi ini berpengaruh terhadap rendahnya semangat belajar siswa di kelas. Oleh karena itu, dalam siklus pertama ini, diadakan serangkaian tindakan melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan metode sosiodrama, yang dirancang agar siswa dapat mengerti pentingnya pengaturan waktu yang baik. Tahapan dalam siklus ini mencakup perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi yang akan dijelaskan sebagai berikut:

Perencanaan (Planning) pada tahap ini, peneliti merancang tindakan untuk meningkatkan manajemen diri siswa dalam mengatur waktu belajar. Adapun langkah-langkah yang direncanakan meliputi:

**Tabel 2.** Kegiatan Tahap Perencanaan

No.	Langkah-langkah yang direncanakan
1.	Mengidentifikasi permasalahan melalui observasi awal dan pre-test terkait motivasi belajar serta kemampuan manajemen waktu siswa.
2.	Menyusun perangkat layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik sosiodrama sebagai pendekatan utama.
3.	Menentukan indikator keberhasilan, yaitu peningkatan jumlah siswa dengan kategori motivasi belajar tinggi dan penurunan pada kategori rendah.
4.	Menyiapkan skenario sosiodrama yang relevan dengan permasalahan siswa, seperti tokoh siswa yang malas belajar, suka menunda tugas, dan tidak memiliki jadwal belajar.
5.	Membentuk kelompok diskusi reflektif setelah sosiodrama untuk memperdalam pemahaman siswa.

Tindakan (Acting), yang dilakukan dalam siklus ini adalah:

**Tabel 3.** Kegiatan Tahap Tindakan

No.	Tindakan yang dilakukan
1.	Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan teknik sosiodrama kepada seluruh siswa.
2.	Siswa diberi kesempatan memerankan situasi nyata tentang pengelolaan waktu yang buruk dan bagaimana cara mengubahnya.
3.	Setelah sosiodrama, dilakukan sesi diskusi terbimbing untuk merefleksikan nilai-nilai dan pesan dari drama yang telah dimainkan.
4.	Guru BK memberikan arahan tentang cara menyusun jadwal belajar dan membagi waktu antara kegiatan sekolah dan di rumah.

Observasi (Observing), Hasil observasi pada siklus I menunjukkan:

**Tabel 4.** Kegiatan Tahap Observasi

No.	Hasil observasi pada siklus I
1.	Sebelum tindakan (pre-test), sebanyak 18 siswa (54,5%) berada pada kategori motivasi belajar rendah.
2.	Setelah tindakan siklus I, jumlah siswa yang berada pada kategori rendah menurun menjadi 7 siswa (21,2%).

3. Jumlah siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi meningkat dari 6 siswa (18,2%) menjadi 14 siswa (42,4%).
4. Diskusi kelompok menunjukkan keterlibatan aktif dan munculnya kesadaran siswa terhadap pentingnya pengelolaan waktu.
5. Siswa mulai membuat jadwal belajar dan menerapkan kebiasaan belajar yang lebih teratur.

Refleksi (Reflecting), Dari refleksi pelaksanaan siklus I, dapat disimpulkan table dibawah ini:

**Tabel 5. Kegiatan Tahap Refleksi**

No.	Hasil observasi pada siklus I
1.	Teknik sosiodrama efektif dalam menumbuhkan kesadaran siswa tentang pentingnya manajemen diri dan waktu.
2.	Perubahan signifikan terlihat dari peningkatan motivasi belajar dan perubahan perilaku dalam mengatur waktu.
3.	Namun, masih terdapat siswa (21,2%) yang berada pada kategori rendah, sehingga perlu dilakukan siklus lanjutan dengan penguatan pada evaluasi mandiri dan konsistensi pelaksanaan jadwal belajar.
4.	Rencana ke depan adalah menyempurnakan pendekatan melalui pemantauan pribadi (self-monitoring), penugasan individu, dan pemberian umpan balik berkala.
5.	Teknik sosiodrama efektif dalam menumbuhkan kesadaran siswa tentang pentingnya manajemen diri dan waktu.

**Tabel 6. Kondisi Siklus I setelah melakukan Sosiodrama di kelas**

Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Tinggi	14 siswa	42,4%
Sedang	12 siswa	36,4%
Rendah	7 siswa	21,2%

Pada siklus I, setelah mengikuti Layanan Bimbingan Klasikal melalui Teknik Sosiodrama dalam Meningkatkan Manajemen Diri dalam Mengatur Waktu Belajar pada Siswa Kelas terjadi peningkatan pemahaman dan keterlibatan siswa. Dapat dilihat pada tabel data pre-test yang dimana yang awalnya motivasi belajar rendah terdapat 18 orang dengan presentase 54,5 % di pada siklus I sudah menurun menjadi 7 siswa dengan presentase 21, 2 %. Dan pada tingkat tinggi juga memiliki peningkatan yang signifikan yang dimana pada siklus I hanya 6 siswa dengan presentase 18,2% menjadi 14 siswa dengan presentase 42,4% dan untuk siswa dengan presentase sedang memiliki peningkatan yang dari awal pre-test 9 siswa dengan presentase 27,3% meningkat menjadi 12 siswa dengan presentase 36, 4%.

Perubahan ini terjadi melalui peran-peran yang dimainkan, siswa mulai menunjukkan kesadaran akan pentingnya waktu. Mereka mulai menyusun jadwal belajar dan membagi waktu antara kegiatan sekolah dan rumah. Diskusi kelompok juga semakin aktif dan reflektif.

## Siklus II

Berdasarkan penilaian dari pelaksanaan Siklus I, terungkap bahwa banyak siswa menunjukkan perkembangan dalam hal semangat belajar dan manajemen waktu. Namun, masih ada beberapa siswa yang termasuk dalam kelompok motivasi belajar sedang dan rendah, sehingga diperlukan tindakan lebih lanjut. Oleh karena itu, pada Siklus II ini, peneliti merancang dan melaksanakan intervensi tambahan dengan pendekatan yang lebih menyeluruh menggunakan metode sosiodrama. Diharapkan, intervensi ini mampu meningkatkan kesadaran dan rasa tanggung jawab siswa dalam mengatur waktu belajar mereka, serta mendorong peningkatan semangat belajar secara keseluruhan.

Rencana disusun berdasarkan penilaian Siklus I yang menunjukkan masih terdapat 7 siswa (21,2%) yang memiliki motivasi belajar rendah. Peneliti merancang langkah-langkah selanjutnya dengan memperbaiki skenario sosiodrama agar lebih cocok dengan keadaan siswa, menambah kegiatan refleksi

tertulis, memperkuat pemantauan individu, serta menyusun instrumen observasi yang lebih baik. Tujuan yang ditetapkan adalah tidak ada siswa yang terklasifikasi dalam kategori rendah serta peningkatan jumlah siswa yang masuk dalam kategori tinggi.

Tindakan, Pelaksanaan dilakukan dengan bimbingan di kelas melalui sosiodrama yang mengungkap tema relevan seperti penundaan belajar dan akibatnya. Siswa berperan aktif, berdiskusi, dan merencanakan pembelajaran pribadi mereka. Guru BK memberikan motivasi serta mengawasi pelaksanaan rencana yang telah dibuat oleh para siswa.

Tahap Observasi, hasil observasi pada siklus 2 menunjukkan perubahan yang signifikan ditandai dengan beberapa hal diantaranya:

**Tabel 7. Hasil Observasi Siklus 2**

No.	Hasil observasi pada siklus 2
1.	Jumlah siswa dengan motivasi rendah menurun menjadi 0.
2.	Kategori sedang berkurang menjadi 8 siswa (24,2%).
3.	Kategori tinggi meningkat menjadi 25 siswa (75,8%).
4.	Siswa tampak lebih disiplin, lebih percaya diri, dan lebih antusias dalam berdiskusi serta melaporkan kemajuan dalam belajar.

Refleksi, Sosiodrama terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap pengelolaan waktu. Perubahan perilaku terlihat jelas, mulai dari inisiatif untuk membuat jadwal hingga konsistensi dalam pelaksanaan jadwal tersebut. Karena tujuan telah tercapai, siklus tidak dilanjutkan. Penggunaan teknik sosiodrama disarankan untuk dijadikan strategi rutin dalam layanan bimbingan di kelas.

**Tabel 8. Kondisi Kemampuan Mengatur Waktu Belajar Siklus II**

Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Tinggi	25	75,8%
Sedang	8	24,2%
Rendah	0	0%

Pada Siklus II, hampir seluruh siswa menunjukkan perkembangan yang nyata dalam kemampuan mereka dalam mengatur waktu untuk belajar. Mereka telah berhasil menyusun rencana belajar yang teratur, melaporkan kemajuan mereka melalui diskusi kelompok, dan memperlihatkan tingkat tanggung jawab yang lebih baik terhadap pekerjaan sekolah.

Perubahan yang positif ini dapat dilihat dari perbandingan data antara Siklus I dengan Siklus II. Pada Siklus I, terdapat 7 siswa (21,2%) yang tergolong dalam kategori motivasi belajar rendah. Namun, setelah mengikuti bimbingan klasikal dengan metode sosiodrama, pada Siklus II jumlah siswa yang termasuk dalam kategori motivasi belajar rendah menurun menjadi 0 siswa.

Selain itu, angka siswa dengan motivasi belajar dalam kategori sedang juga berkurang, dari 12 siswa (36,4%) di Siklus I menjadi 8 siswa (24,2%) di Siklus II. Penurunan ini menunjukkan adanya perbaikan, karena sebagian besar siswa berhasil naik ke kategori motivasi belajar tinggi.

Sedangkan siswa yang berada dalam kategori motivasi belajar tinggi mengalami peningkatan yang sangat signifikan, dari 14 siswa (42,4%) di Siklus I menjadi 25 siswa (75,8%) di Siklus II. Data ini menunjukkan bahwa bimbingan klasikal dengan teknik sosiodrama terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar serta keterampilan pengelolaan waktu siswa.

Teknik sosiodrama membantu siswa memvisualisasikan dampak buruk dari penundaan belajar dan memperkuat niat mereka untuk berubah. Hasil ini sejalan dengan Yusuf (2010) yang menyatakan bahwa sosiodrama dapat menumbuhkan kesadaran diri dan tanggung jawab personal.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam 3 siklus, dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan klasikal terbukti efektif untuk meningkatkan manajemen diri siswa, khususnya dalam hal pengaturan waktu belajar, serta meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII-7 di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa.

Pada tahap awal (pre-test), terdapat 18 siswa (54,5%) yang termasuk dalam kategori motivasi belajar rendah, sementara hanya 6 siswa (18,2%) yang masuk dalam kategori tinggi. Setelah pelaksanaan Siklus I, jumlah siswa dengan motivasi belajar rendah berkurang secara signifikan menjadi 7 siswa (21,2%), sementara yang berada pada kategori tinggi meningkat menjadi 14 siswa (42,4%).

Peningkatan yang lebih besar terlihat pada Siklus II, di mana siswa dengan motivasi belajar rendah berkurang menjadi 0 siswa, sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi meningkat menjadi 25 siswa (75,8%). Perubahan ini menunjukkan bahwa siswa tidak hanya menyadari pentingnya manajemen waktu, tetapi juga mulai menerapkannya dengan membuat jadwal belajar, berpartisipasi dalam diskusi kelompok, dan meningkatkan tanggung jawab terhadap tugas sekolah.

Teknik sosiodrama memberikan kesempatan bagi siswa untuk memahami situasi sehari-hari yang sering mereka alami, sekaligus mendorong empati, refleksi, dan kesadaran tentang pentingnya perubahan perilaku. Dengan memainkan peran dan merasakan langsung dampak dari manajemen waktu yang tidak baik secara simulatif, siswa menjadi lebih termotivasi untuk melakukan perubahan positif dalam kehidupan mereka yang sebenarnya.

Oleh karena itu, penerapan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan klasikal sangat dianjurkan sebagai pendekatan yang menyenangkan, komunikatif, dan reflektif untuk membantu siswa dalam meningkatkan manajemen diri dan motivasi belajar mereka.

#### Saran

Terima kasih kepada Universitas Muslim Nusantara Al-Wasliyah yang telah membimbing saya dalam perkuliahan sehingga saya mampu menyelesaikan penelitian ini, dan terima kasih kepada SMP negeri 1 Tanjung Morawa terkhususnya kelas VII-7. Yang telah memberikan saya kesempatan untuk melakukan penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat kepada pembaca dan penelitian ini semoga dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya.

#### Referensi

- Apriyanti, M. E., & Syahid. (2021). Peran manajemen waktu dan kedisiplinan dalam mempengaruhi hasil belajar optimal. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, Vol. IX(1), Januari–April, 1–12.
- Ariyani,. R. I. (2018). Kefektivan Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VIII di SMPN 8 Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Universitas Artikel Nusantara PGRI Kediri*, 4.
- Elvina, S. N. (2019). Teknik Self Management dalam Pengelolaan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi yang Efektif. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2), 123–138.
- Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 1.
- Iskandar, A. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Julyana, D. D., & Lianawati, A. (2020). Berlatih alokasi waktu dalam self management efektif meningkatkan manajemen belajar siswa. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 229–235.

- Kusasi, M. (2013). Pengaruh manajemen diri dan kematangan emosi terhadap pengambilan keputusan. *Jurnal Psikostudia, Universitas Mulawarman*, 2(1), 16–27.
- Lestari, I. (2020). "Penerapan Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Empati dan Tanggung Jawab Siswa." *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 5(1), 55–62.
- Panorama, M. (2017). *Pendekatan Praktis Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Idea Press Yogyakarta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta
- Yusuf, S. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.