

**ANALISIS PEMANFAATAN WAKTU SENGGANG
DALAM PENGEMBANGAN DIRI SISWA
DI SMAN 6 KEPAHANG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana (S.1)
Dalam Bimbingan Konseling Pendidikan Islam



OLEH:

**LINDA SAFITRI
(20641025)**

**BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) CURUP
2024**

HALAMAN PENGAJUAN SKRIPSI

Hal : Pengajuan Skripsi

Kepada
Yth, Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Curup

Di
Curup

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah mengadakan pemeriksaan dan perbaikan seperlunya maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara LINDA SAFITRI mahasiswa IAIN yang berjudul berjudul: *ANALISIS PEMANFAATAN WAKTU SENGGANG DALAM PENGEMBANGAN DIRI SISWA DI SMAN 6 KEPAHLANG* sudah dapat diajukan dalam sidang munaqasyah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Demikian permohonan ini kami ajukan. Terima Kasih.

Wassalam,
Curup, 25 Juni 2024

Pembimbing I



Dr. Dewi Purnama Sari, M. Pd.
NIP. 19750919 200501 2 004

Pembimbing II



Dr. Dina Hajja Ristianti, M. Pd., Kons.
NIP. 19821002 200604 2 002

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang Bertanda Tangan Dibawa Ini:

Nama : Linda Safitri

NIM : 20641025

Fakultas : Tarbiyah

Program studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini tidak mengandung karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak ada karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diajukan atau dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan referensinya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima hukuman atau sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Curup, Juni 2024

Penulis


Linda Safitri
NIM.20641025



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) CURUP
FAKULTAS TARBIYAH

Jl. DR. AK. GANI No.01 KOTAK POS 108 TELP (0732) 21010 – 217759 FAX 21010
Homepage <http://www.iaincurup.ac.id> Email : admin@iaincurup.ac.id Kode Pos 39119

PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA

Nomor : 1069 /In. 34 /F.TAR/I/PP.00.9/ 07 /2024

Nama : **Linda Safitri**
NIM : **2064102425**
Fakultas : **Tarbiyah**
Prodi : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**
Judul : **Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang Dalam Pengembangan Diri Siswa Di SMAN 6 Kepahiang**

Telah di Munaqasyahkan dalam sidang terbuka Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup, pada

Hari/Tanggal : **Senin, 01 Juli 2024**
Pukul : **15.00-16.30 Wib**
Tempat : **Ruang 01 Gedung Munaqasyah Fakultas Tarbiyah IAIN Curup**

Dan telah diterima untuk melengkapi sebagai syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam bidang ilmu Tarbiyah

TIM PENGUJI

Ketua,

Dr. Dewi Purnama Sari, M.Pd.
NIP. 197509192005012004

Penguji I,

Sekretaris,

Dr. Dina Hajja Ristianti, M.Pd., Kons.
NIP. 198210022006042002

Penguji II,

Dr. Sutarto, S.Ag., M.Pd

NIP. 197409212000031003

Amanah Rahma Ningtyas, M.Pd

NIP. 19900401202321246

Mengetahui,
Dekan

Dr. Sutarto, S.Ag., M.Pd

NIP. 197409212000031003



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **ANALISIS PEMANFAATAN WAKTU SENGGANG DALAM PENGEMBANGAN DIRI SISWA DI SMAN 6 KEPAHANG**. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad Saw, keluarga, dan sahabatnya hingga hari akhir.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini, terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr Idi Warsah, M. Pd.I., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.
2. Bapak Dr. Sutarto, S. Ag., M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Curup
3. Bapak Febriansyah, M. Pd, selaku kepala prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

4. Ibu Dr. Dewi Purnama Sari, M. Pd, selaku pembimbing I yang sudah banyak membimbing serta mengarahkan penulis, terimakasih atas dukungan, doa, waktu, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Dina Hajja Ristianti, M. Pd., Kons, selaku pembimbing II yang sudah banyak membimbing serta mengarahkan penulis, terimakasih atas dukungan, doa, waktu, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen IAIN Curup yang telah memberikan ilmunya selama berkuliah di IAIN Curup.
7. Kepala Sekolah beserta dewan guru dan siswa/i SMAN 6 kepahiang yang telah memberikan izin dan membantunya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis juga sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Demikian semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi penulis dan pembaca. *Aamiin Ya Rabbal' alamin.*

Wassalamualaikum Wr. Wb

Curup, Juni 2024
Penulis,

Linda Safitri
NIM. 20641025

MOTTO

**“TERUSLAH TERBANG WALAUPUN
SAYAPMU PATAH SATU”**

“ALLAH TIDAK MEMBEBANI SESEORANG MELAINKAN SESUAI
DENGAN KESANGGUPANNYA....”

Q.S AL-BAQARAH: 286

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah alhamdulillahirobbil aalaamiin, bersyukur atas semua nikmat yang diberikan oleh Allah SWT. dan sebagai bukti, hormat dan kasih sayang kupersembahkan karya sederhanaku ini:

1. Kepada yang terkasih mamaku almh. Nurul Ngaini yang selalu menjadi sosok yang paling dirindukan kehadirannya dan pelukannya namun hanya bisa kukirimkan al-fatihah. Tulisan ini aku persembahkan spesial untuk mamak, sudah kekejar gelar pertama dikeluarga ini. Banyak maaf aku sampaikan karena banyak impianmu yang tak dapat kuwujudkan. Beribu terimakasih sudah melahirkanku di dunia ini, sampai jumpa di alam kekal nanti. Salam rindu dari anak perempuanmu.
2. Kepada cinta pertamaku, ayahku Boiman. Terimakasih untuk semua perjuanganmu, kasih sayangmu, keringatmu dan perjuangamu. Hanya banyak kata terimakasih aku sampaikan kepada ayah, kusertakan doa semoga ayah panjang umur selalu agar dapat terus menemani perjalanan hidupku.
3. Kepada adik kecilku yang kini sudah besar, Dina Destri Yanti. Terimakasih sudah selalu membantuku dan sabar menahan keegoisanku, yang selalu menguatkan dan yang selalu bangga dengan pencapaian-pencapaianku yang tak berarti itu. Terimakasih sudah hadir menemani aku didunia ini.
4. Kepada kedua adek bungsuku, Choki dan Bella. Terimakasih sudah hadir ditengah kami, terimakasih sudah sering menemaniku begadang.

5. Kepada kakaku Bayu Ade Saputra dan keluarga kecilnya mbak Tari dan adek Zaid, terimakasih semangatnya.
6. Kepada kakaku yang jauh disana, Ahmad Fauzi. Terimakasih untuk kasih sayangnya dan semangatnya.
7. Teruntuk bibi-bibiku dan om-omku yang tak dapat kusebut satu persatu, terimakasih sudah selalu menguatkan diri ini.
8. Kepada para sepupuku, Selvita, Lola dan Putri. Terimakasih untuk dorongannya agar cepat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada mbak Yen dan Kinara terimakasih untuk bantuan telinganya yang mau mendengarkan keluh kesah kehidupan ini.
10. Kepada Reza dan Vinny, terimakasih untuk semua doa dan semangatnya untuk penyelesaian skripsi ini.
11. Seluruh teman seperjuangan BKPI Fams'2020
12. Terakhir, kepada diriku sendiri, Linda Safitri. Terimakasih sudah bertahan sampai ditahap ini. Tetaplah menjadi kuat untuk banyak harapan yang dirimu pikul. Ini adalah awal dari semuanya, mari kembali menguatkan kaki serta pundak dan pikiran untuk kehidupan selanjutnya.

ABSTRAK

Linda Safitri (20641025): **Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang Dalam Pengembangan Diri Siswa Di Sman 6 Kepahiang**. Skripsi, Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri, 2024

Pada umumnya setiap siswa mempunyai waktu senggang dimana mereka bebas melakukan kegiatan apapun yang mereka inginkan. Fenomena yang muncul dari penelitian ini menggambarkan bahwa siswa di tingkatan pendidikan menghadapi tantangan dalam mengoptimalkan waktu senggang mereka untuk pengembangan diri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui jenis aktivitas yang siswa lakukan untuk mengisi waktu senggangnya, alasan dari pemilihan aktivitas tersebut serta mengetahui dampak aktivitas tersebut terhadap pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data pada penelitian ini didapatkan dari sumber utama yaitu siswa/i SMAN 6 Kepahiang. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan juga dokumentasi. Teknik analisa data menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penyimpulan data serta teknik keabsahan data menggunakan menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di SMAN 6 Kepahiang didapatkan hasil bahwa, 1) Aktivitas/kegiatan siswa dalam mengisi waktu senggang, ada kegiatan yang bertujuan seperti bermain *handphone* untuk mengakses aplikasi belajar, membaca baik dengan buku langsung maupun melalui aplikasi baca, latihan fisik, serta menonton film/series untuk belajar. Tetapi ada juga kegiatan yang tidak bertujuan, seperti bermain *handphone* untuk mengakses game atau berselancar di sosial media sekedar mencari hiburan. 2) Alasan siswa memilih aktivitas/kegiatan tersebut ada yang digunakan sebagai wadah menyalurkan hobi, minat serta bakat yang dimiliki. Tetapi ada juga yang hanya digunakan sekedar untuk menghabiskan waktu saja daripada tidak melakukan kegiatan apapun. 3) Dampaknya kepada siswa yang mengisi waktu senggang dengan aktivitas/kegiatan yang memiliki tujuan bermanfaat untuk pengembangan potensi dirinya, sementara siswa yang mengisi waktu senggangnya dengan aktivitas/kegiatan yang tidak bertujuan akan terlena yang menyebabkan tidak menjalankan kewajibannya sebagai seorang siswa sehingga tentu akan menghambat proses belajarnya.

Kata Kunci : *Waktu Senggang, Pengembangan Diri*

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan Pembimbing	i
Pernyataan Bebas Plagiasi	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar	iv
Motto	vi
Persembahan	vii
Abstrak	ix
Daftar Isi.....	x
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Batasana Masalah	13
C. Rumusan Masalah	13
D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian.....	13
BAB II. LANDASAN TEORI.....	16
A. Waktu Senggang	16
1. Pengertian Waktu Senggang.....	16
2. Manfaat Waktu Senggang	20
3. Bentuk Aktivitas Waktu Senggang	24
4. Permasalahan dalam Pemanfaatan Waktu Senggang	29
5. Faktor Pemilihan Aktivitas Waktu Senggang	30
B. Pengembangan Diri	32
1. Pengertian Pengembangan Diri	32
2. Tujuan Pengembangan Diri	34
3. Manfaat Pengembangan Diri	37
4. Bentuk Kegiatan Pengembangan Diri	40
5. Upaya Pengembangan Diri	41
C. Penelitian Releven	45

BAB III. METODELOGI PENELITIAN	47
A. Jenis Penelitian	47
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	48
C. Jenis Dan Sumber Data	49
D. Teknik Pengumpulan Data	50
E. Teknik Keabsahan Data	52
F. Teknik Analisis Data	53
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Profil Sekolah	55
B. Hasil Temuan Penelitian	61
C. Pembahasan	86
BAB V. PENUTUP	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan di Indonesia, mengalami berbagai tantangan dalam meningkatkan kualitas pendidikan dan pengembangan diri siswa. Pengembangan diri yang dimaksud adalah pengembangan segala potensi yang ada pada diri sendiri, dalam usaha meningkatkan potensi berfikir dan berprakarsa serta meningkatkan kapasitas intelektual yang diperoleh dengan jalan melakukan berbagai aktivitas.¹ Pengembangan diri dalam aspek pendidikan adalah suatu proses pembentukan potensi, bakat, sikap, perilaku dan kepribadian seseorang melalui pembelajaran dan pengalaman yang dilakukan berulang-ulang sehingga meningkatkan kapasitas atau kemampuan diri sampai pada tahap otonomi (kemandirian).²

Semua siswa berhak mendapatkan kesempatan yang sama untuk mengembangkan dirinya. Semua siswa berhak mengoptimalkan bakat, minat dan potensinya.³ Dengan memberikan ruang yang cukup bagi setiap siswa untuk mengeksplorasi dan mengembangkan diri, mereka dapat tumbuh menjadi

¹ M Miftah Arief, *Pendidikan Pengembangan Diri Melalui Pembiasaan* (Jawa Timur: Literasi Nusantara, 2020). Hlm. 15

² Windy Novia Sari dkk., "Proses Pengembangan Diri Dalam Aspek Pendidikan," *Sindoro: Cendikia Pendidikan 2*, no. 5 (2024): 21–30.

³ Angga Pratama, "Peran guru BK dalam membantu perencanaan pengembangan karier siswa melalui layanan informasi," *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI)* 4, no. 2 (2023), Hlm.

individu yang lebih percaya diri dan mandiri. Melalui dukungan yang tepat dari lingkungan sekolah dan keluarga, siswa dapat mengeksplorasi berbagai minat dan bakat mereka, sehingga dapat meraih potensi maksimal dalam menghadapi berbagai tantangan di masa depan.

Kegiatan pengembangan diri pula merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling berkenaan dengan masalah pribadi dan kehidupan sosial, kegiatan belajar, dan pengembangan karir, serta kegiatan ekstrakurikuler yang dipilih sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan sekolah. Untuk satuan pendidikan khusus, pelayanan konseling menekankan peningkatan kecakapan hidup sesuai dengan kebutuhan khusus peserta didik. Dalam pelaksanaannya, tentu ada kekhasan tersendiri di masing-masing sekolah berdasarkan kondisi lingkungan dan kebiasaan yang ada.⁴

Sebagaimana yang tercantum dalam peraturan Menteri Pendidikan Nasional nomor 22 tahun 2006 tentang Standar isi dinyatakan bahwa pengembangan diri merupakan salah satu komponen struktur kurikulum setiap satuan pendidikan, di mana disebutkan bahwa pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus diajarkan oleh guru. Pengembangan diri bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah/madrasah.

⁴ Moh Takwil, "Model program pengembangan diri dalam mengembangkan potensi siswa di sekolah menengah pertama negeri 3 peterongan jombang," *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam* 10, no. 2 (2020): 151.

Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan atau dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan pengembangan diri dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling yang berkenaan dengan masalah diri pribadi dan kehidupan sosial, belajar, dan pengembangan karir peserta didik.⁵

Berdasarkan hal di atas bahwa bahwa pengembangan diri bukanlah mata pelajaran yang harus diasuh oleh guru namun pada pelaksanaan pengembangan dirinya difasilitasi oleh konselor, guru atau tenaga kepedidikan. Kegiatan pengembangan diri tidak selalu seperti kegiatan belajar mengajar yang mana harus saling bertatap muka di dalam kelas namun dikondisikan sesuai dengan kegiatan yang diikuti. Pengembangan diri yang diikuti sebaiknya selaras dengan minat dan bakat yang dimiliki siswa namun tidak melarang jika itu diluar minat dan bakat mereka.

Pentingnya pengembangan diri bagi siswa adalah untuk membantu mereka mengembangkan potensi, mengasah kemampuan, dan meningkatkan kompetensi, serta mempersiapkan mereka menghadapi tantangan di masa depan. Selain itu, pengembangan diri berperan penting dalam membentuk karakter positif dan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Melalui proses ini, siswa dapat lebih mudah menemukan minat dan bakat yang dimiliki serta mengarahkan mereka pada pencapaian tujuan hidup yang lebih jelas.⁶ Jika siswa

⁵ Pusat Kurikulum Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Nasional, Model dan Contoh Pengembangan Diri Sekolah Menengah Pertama (Jakarta: Departement Pendidikan Nasional, 2007), 2.

⁶ I. Made Mahaardhika dkk., "Pengembangan potensi diri dan perencanaan karir siswa SMK PGRI 3 Denpasar melalui bimbingan karir," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Widya Mahadi* 3, no. 1 (2022): hlm. 189.

tidak memanfaatkan waktu senggangnya dengan baik, mereka mungkin akan terjerumus dalam pergaulan yang tidak baik. Tanpa aktivitas yang positif dan bermanfaat, siswa bisa lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan sekitarnya, seperti terlibat dalam kenakalan remaja, penggunaan narkoba, atau perilaku menyimpang lainnya. Hal ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka, tetapi juga dapat merusak reputasi dan hubungan mereka dengan keluarga serta teman-teman yang positif. Selain itu, pergaulan yang tidak baik dapat menghambat perkembangan karakter, keterampilan, dan potensi akademis mereka

Menyediakan sarana fasilitas merupakan salah satu upaya untuk dapat meningkatkan pengembangan diri siswa. Adanya sarana dan fasilitas umum yang mendukung potensi siswa dapat menumbuhkan minat remaja terhadap pengembangan diri remaja, sedangkan memfasilitasi berbagai kegiatan positif remaja adalah langkah yang tepat yang dapat dilakukan. Minat dan bakat remaja yang diasah secara berkelanjutan dapat berpotensi menghasilkan prestasi.⁷

Salah satu aspek penting dalam pengembangan diri siswa adalah pemanfaatan waktu senggang yang efektif. Setiap orang mempunyai waktu untuk melakukan aktivitas produktif atau hiburan, seperti halnya siswa dengan jadwal akademik yang padat, ekstrakurikuler dan belajar tambahan (les). Karena padatnya jadwal, siswa mempunyai waktu khusus sepulang sekolah untuk menghibur diri dengan berbagai kegiatan yang menyenangkan.⁸

⁷ Inayatur Arifiyanti dan Purwanita Setijanti, "Ruang publik sebagai optimalisasi pengembangan diri remaja dengan pendekatan psikologi arsitektur: Surabaya Youthcenter," *Jurnal Sains dan Seni ITS* 10, no. 2 (2022): G60.

⁸ Rika Sari Nuuryanti, Rahmadi Rahmadi, dan Syamsul Arifin, "Pemanfaatan waktu luang di luar jam sekolah pada peserta didik sekolah menengah pertama negeri di kabupaten barito kuala," *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 3, no. 1 (2022): 14.

Waktu senggang, atau yang biasa disebut sebagai "*free time*," merujuk pada waktu yang tersedia bagi peserta didik yang belum terpakai untuk kegiatan yang telah dijadwalkan atau yang sudah ada. Konsep waktu senggang ini dapat berbeda-beda tergantung pada perspektif dan pendapat individu yang menilainya. Meskipun ada berbagai pendapat mengenai definisi dan konsep waktu senggang, intinya adalah waktu yang tersedia bagi peserta didik selain dari waktu yang mereka gunakan untuk kegiatan sebagai pelajar. Terkadang, pemahaman tentang waktu senggang dikaitkan dengan tidak melakukan apa-apa atau bersifat malas, namun sebenarnya tidak demikian.⁹

Waktu senggang dipahami sebagai waktu yang digunakan selain kegiatan rutin sehari-hari yang hendaknya dimanfaatkan dengan baik. Waktu senggang dapat diisi dengan berbagai kegiatan yang dilakukan berdasarkan keinginan masing-masing individu. Dengan memanfaatkan waktu senggang secara baik, seseorang dapat meningkatkan kualitas hidupnya dan mencapai kesejahteraan yang lebih baik.¹⁰

Seseorang yang malas cenderung hanya membuang-buang waktu tanpa melakukan sesuatu yang bermanfaat. Mereka tidak memahami arti pentingnya waktu dan cenderung bermalas-malasan. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk memahami betapa berharganya waktu senggang yang dimiliki

⁹ Anak Agung Putri Maharani, I. Nyoman Suparsa, dan Kadek Maysi, "Pemanfaatan waktu luang pada anak-anak di desa dauh puri kauh di masa pandemi covid-19," dalam *Prosiding Seminar Regional Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020, 2020*, <https://ejournal.unmas.ac.id/index.php/ProsidingCovid-19/article/view/1988>.

¹⁰ Nadia Afrila Yolani, Tri Umari, dan Khairiyah Khadijah, "Pemanfaatan Waktu Luang Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siswa SMA N Bernas Provinsi Riau," *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* 4, no. 6 (2022): 10799–807.

dan mengisinya dengan kegiatan-kegiatan yang positif dan produktif. Dengan demikian, kita dapat menghindari dampak negatif dari penundaan pekerjaan dan memperoleh gaya hidup yang lebih sehat dan berarti.

Nikmat yang seringkali dilalaikan oleh manusia adalah nikmat sehat dan waktu senggang, hal ini selaras dengan sabda Nabi Muhammad shallallahu ‘alaihi wa sallam, yang artinya, “Ada dua kenikmatan yang banyak manusia tertipu, yaitu nikmat sehat dan waktu senggang”. (HR. Bukhari no. 6412, dari Ibnu ‘Abbas). Seseorang tidaklah dikatakan memiliki waktu senggang hingga badannya juga sehat, dan barangsiapa memiliki dua hal tersebut yaitu waktu senggang dan sehat hendaknya ia bersemangat dan jangan sampai tertipu dengan meninggalkan rasa syukur pada Allah atas nikmat yang telah diberikan.

Sebagai manusia penting untuk mensyukuri nikmat sehat dan waktu senggang yang seringkali diabaikan oleh banyak orang. Hadist yang disebutkan menegaskan bahwa kedua nikmat tersebut seringkali tidak disadari nilainya oleh manusia. Sehat dan waktu srnggang yang dimiliki seseorang seharusnya menjadi motivasi untuk bersyukur kepada Allah dan tidak disia-siakan. Dengan memahami dan mengaplikasikan nilai-nilai dalam hadis tersebut, diharapkan manusia dapat lebih bijak dalam mengelola dan memanfaatkan nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT.

Dengan demikian, pemanfaatan waktu senggang yang baik memerlukan perencanaan yang matang dan kemampuan mengelola waktu dengan baik. Dengan melakukan kedua hal tersebut, kita dapat memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya dan meningkatkan produktivitas serta kualitas hidup kita.

Waktu senggang tanpa diisi dengan kegiatan yang positif akan menimbulkan berbagai persoalan. Pengisian waktu senggang dengan baik dan cara yang sesuai dengan umur remaja, masih merupakan masalah bagi kebanyakan remaja. Beberapa akibat tersebut antara lain:

1. Kebosanan, waktu senggang yang tidak diisi dengan kegiatan yang menarik dapat menyebabkan kebosanan. Kebosanan dapat mengarah pada penurunan motivasi dan produktivitas diri.
2. Kurangnya pengembangan diri, ketika waktu senggang tidak dimanfaatkan dengan baik, peluang untuk belajar hal-hal baru dan mengembangkan diri menjadi terbatas. Ini dapat menghambat pertumbuhan pribadi dan profesional seseorang.
3. Masalah kesehatan mental juga dapat timbul dari menyia-nyiakan waktu senggang dapat menyebabkan stres dan kecemasan. Kegiatan yang tidak produktif juga dapat meningkatkan risiko depresi dan masalah kesehatan mental lainnya. Penggunaan waktu senggang yang tidak efektif dapat berdampak negatif pada kualitas hidup secara keseluruhan. Individu mungkin merasa kurang puas dengan hidup mereka jika tidak memiliki kegiatan yang memenuhi dan memuaskan.
4. Mengisi waktu senggang dengan kegiatan sosial dapat membantu meningkatkan keterampilan komunikasi dan hubungan interpersonal. Tidak melakukannya dapat mengakibatkan kurangnya keterampilan sosial dan isolasi sosial.¹¹

¹¹ Stebbins, R. A. (2015). *Serious leisure: A perspective for our time*. Transaction Publishers.

Waktu seringkali terlihat sebagai sesuatu yang sederhana, tetapi sebenarnya memiliki manfaat yang sangat besar dalam kehidupan kita. Setiap detiknya sangat berharga, dan jika tidak dimanfaatkan dengan baik, kita akan merugi. Waktu yang telah berlalu tidak akan bisa dikembalikan atau diulang lagi, sehingga membuatnya menjadi lebih berharga dari emas. Setiap detik yang kita miliki merupakan kesempatan untuk melakukan hal-hal yang positif dan produktif. Dengan memanfaatkan waktu dengan baik, kita dapat mencapai berbagai hal yang diimpikan. Sebaliknya, jika kita menyalahgunakan waktu, kita akan kehilangan peluang untuk melakukan hal-hal yang dapat meningkatkan kualitas hidup kita. Kesadaran akan berharganya waktu dapat menjadi motivasi bagi kita untuk menggunakan waktu dengan lebih efektif. Dengan menghargai setiap detik yang kita miliki, kita akan lebih bersemangat untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi diri kita sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk selalu mengingat nilai dan manfaat waktu, serta menggunakannya sebaik mungkin dalam kehidupan sehari-hari.¹²

Peranan guru bimbingan konseling di sekolah sangat sentral, yaitu sebagai komponen yang memberikan pelayanan kepada peserta didik untuk membantunya menuju arah kemandirian, sesuai dengan potensi yang dimiliki, pelayanan bimbingan konseling dapat dikelompokkan pada pengembangan diri bidang akademik, non akademik, serta psikologis. Guru bimbingan dan konseling/konselor memiliki tugas, tanggungjawab, wewenang dalam

¹² Sri Setyaningsih, Marhaeni Dwi Satyarini, dan Eko Heri Widiastuti, "Pemanfaatan Waktu Senggang pada Liburan dengan Kegiatan Produktif bagi Pelajar," *Manggali* 4, no. 1 (2024): 168–76.

pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling terhadap peserta didik. Tugas guru bimbingan dan konseling/konselor terkait dengan pengembangan diri peserta didik yang sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, dan kepribadian peserta didik di sekolah/madrasah.

Artinya tujuan di bentuknya Bimbingan Konseling di sekolah/madrasah adalah untuk membantu para murid mengatasi permasalahan di kehidupan social dan lingkungannya dengan baik, membantu meningkatkan semangat murid dalam proses belajar di sekolah, membantu memberikan arahan kepada murid mengenai kelanjutan studi, membantu memperbaiki dan mengatasi sikap-sikap yang kurang baik di kehidupan bersosial di sekolah maupun luar sekolah.¹³

Guru BK berperan penting dalam membimbing siswa dalam hal manajemen waktu. Guru BK memberikan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya mengatur waktu dengan baik, mengalokasikan waktu untuk berbagai kegiatan dan menghindari pemborosan waktu yang tidak produktif. Guru BK membantu siswa untuk mengembangkan keterampilan perencanaan waktu yang efektif.¹⁴

Peran guru BK dalam membimbing siswa adalah agar sadar akan waktu senggang yang dimiliki serta mampu mengatur waktu senggang yang dimilikinya, sehingga dengan ketercapaian itu ia dapat tumbuh dan berkembang

¹³ Henni Syafriana Nasution dan Abdillah Abdillah, *Bimbingan Konseling: Konsep, Teori Dan Aplikasinya* (Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI), 2019).

¹⁴ Azur Aini Harahap, Fauziah Nasution, dan S. Irwan, "Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Membimbing Manajemen Waktu Mengerjakan UKBM (Unit Kegiatan Belajar Mandiri) Di MAN 3 Medan," *PEMA (JURNAL PENDIDIKAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT)* 3, no. 2 (2023): 10–18.

sebagai individu yang mandiri. Siswa adalah individu yang unik. Artinya, tidak ada dua individu yang sama. Di samping itu setiap individu juga adalah makhluk yang sedang berkembang. Irama perkembangan mereka tentu tidaklah sama juga. Perbedaan itulah yang menuntut guru harus berperan sebagai pembimbing.

Pemanfaatan waktu luang juga sangat berpengaruh pada keberhasilan atau prestasi siswa, karena didalamnya terdapat beberapa faktor yang sangat berpengaruh, selain itu juga teori motivasi sangat berperan untuk siswa agar dapat menggunakan atau memanfaatkan waktu senggang mereka, karena dorongan dalam diri juga sangat berperan untuk memanfaatkan waktu serta mengetahui bagaimana mengatur waktu.

Dalam layanan bimbingan kelompok materi yang dapat dibahas berbagai hal yang amat beragam yang berguna bagi siswa, diantara banyak materi yang dipaparkan termasuk didalamnya materi tentang pengembangan diri dan waktu senggang.¹⁵ Hal ini menunjukkan bahwa betapa pentingnya kedua hal tersebut. Bukan hanya penting untuk pertumbuhan pribadi, tetapi juga untuk menciptakan masyarakat yang lebih berkualitas dan berdaya saing. Oleh karena itu, sangat disarankan bagi setiap individu untuk mengalokasikan waktu senggangnya dengan bijak untuk kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas diri dan memberikan dampak positif bagi lingkungan sekitar.

Pentingnya memanfaatkan waktu senggang untuk belajar bagi siswa SMA sangatlah krusial, karena di masa ini kepribadian mereka sudah terbentuk

¹⁵ Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling*.

dan mereka mampu berpikir logis untuk memilih yang terbaik bagi diri mereka. Dengan memanfaatkan waktu senggang untuk belajar, siswa akan merasakan banyak manfaat yang signifikan. Manfaat dari penggunaan waktu senggang akan terasa jika digunakan sesuai dengan kebutuhan, memungkinkan siswa mengoptimalkan waktunya secara efektif. Waktu senggang bisa menjadi momen berharga untuk mengembangkan keterampilan dan minat di luar kegiatan akademis, membantu mereka mengembangkan potensi diri secara menyeluruh. Sebaliknya, jika waktu senggang tidak dimanfaatkan dengan baik, siswa bisa terjerumus dalam pergaulan yang tidak baik dan rentan terhadap pengaruh negatif seperti kenakalan remaja, penggunaan narkoba, atau perilaku menyimpang lainnya. Ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka, tetapi juga dapat merusak reputasi, hubungan sosial, dan menghambat perkembangan karakter serta potensi akademis mereka.¹⁶

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan Pratik Pengalaman Lapangan Sekolah (PPL-S), hasil pengolahan Alat Ungkap Masalah (AUM) Umum) yang dilakukan oleh peneliti di SMAN 6 Kepahiang bahwa banyak siswa memiliki waktu senggang dan dapat menggunakan waktu senggang tersebut dengan kegiatan yang produktif, namun tak sedikit siswa yang belum tau dan mengerti untuk mengisi waktu senggang dengan kegiatan produktif seperti apa.

¹⁶ Nadia Afrila Yolani, Tri Umari, dan Khairiyah Khadijah, "Pemanfaatan Waktu Senggang Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siswa SMA N Bernas Provinsi Riau," *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* 4, no. 6 (2022): 10799–807.

Fenomena yang muncul dari penelitian ini menggambarkan bahwa siswa di tingkatan pendidikan menghadapi tantangan dalam mengoptimalkan waktu senggang mereka untuk pengembangan diri. Hal ini mengakibatkan potensi waktu senggang yang seharusnya menjadi waktu yang berharga untuk pengembangan diri menjadi terbuang begitu saja. Fenomena ini mencerminkan adanya kesenjangan antara potensi yang dimiliki siswa untuk pengembangan diri dengan penggunaan waktu senggang yang tidak efektif. Sementara itu, terdapat sejumlah siswa yang telah mampu dengan mandiri menentukan kegiatan yang ingin mereka lakukan untuk mengisi waktu senggang.

Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dengan sebagian siswa lainnya, yang mungkin masih kesulitan dalam menemukan kegiatan waktu senggang yang sesuai dengan minat bakat mereka. Hal ini menunjukkan perlu adanya upaya pendidikan yang lebih baik untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya memanfaatkan waktu senggang dengan baik. Melalui pemahaman ini, diharapkan siswa dapat lebih aktif dalam mencari kegiatan yang bermanfaat untuk pengembangan diri mereka.

Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi apa kegiatan yang dilakukan siswa dalam menggunakan waktu senggangnya, apa yang menjadi alasan siswa memilih kegiatan tersebut, dan bagaimana kegiatan tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan pengembangan diri siswa. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan rekomendasi untuk pengelolaan

waktu senggang SMAN 6 Kepahiang, sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan dan pengembangan diri siswa.

Berdasarkan uraian diatas, adanya perbedaan-perbedaan memanfaatkan waktu senggang diantara siswa dengan tingkatan sekolah yang sama. Hal inilah yang akan diungkap pada penelitian ini, untuk melihat kegiatan mereka dalam pemanfaatan waktu senggangnya untuk kegiatan apa, apa yang menjadi alasan mereka memilih kegiatan tersebut dan apa dampak yang mereka rasakan dari pilihan aktivitas pemanfaatan waktu senggang tersebut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang Siswa di SMAN 6 Kepahiang”**

B. Fokus Penelitian

Mengingat banyaknya persoalan-persoalan dalam kajian ini, maka penulis hanya memfokuskan pada Pemanfaatan Waktu Senggang Dalam Pengembangan Diri Siswa di SMAN 6 Kepahiang kelas X dan XII.

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis dapat mengemukakan masalah sebagai berikut :

1. Apa saja jenis aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang dalam pemanfaatan waktu senggang?
2. Apa yang menjadi alasan pemilihan aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang dalam pemanfaatan waktu senggang?

3. Bagaimana dampak aktivitas mengisi waktu terhadap pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Dari rumusan masalah yang ada, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pemanfaatan waktu senggang siswa di SMAN 6 Kepahiang
2. Untuk mengetahui alasan pemilihan aktivitas pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang
3. Untuk mengetahui dampak pemanfaatan waktu senggang terhadap pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini mempunyai manfaat. Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilakukan, baik bagi peneliti maupun orang lain serta dalam rangka pengembangan ilmu, adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah dan memperkaya wawasan, serta hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan kegiatan pemanfaatan waktu senggang yang positif.

2. Manfaat Secara Praktis

a. Bagi Kepala Sekolah

Sebagai bahan informasi dan masukan kepada kepala sekolah untuk mengarahkan guru BK dalam memberikan layanan bimbingan konseling dalam pemanfaatan waktu senggang siswa.

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Sebagai bahan masukan dan saran pemanfaatan waktu senggang yang positif.

c. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang gambaran langsung dilapangan sebagai guru bimbingan dan konseling disekolah. Sebagai persiapan peneliti untuk jadi guru bimbingan dan konseling yang profesional, selain itu bagi mahasiswa kedepannya yang meneliti dengan permasalahan yang sama, kiranya menjadi acuan yang berguna.

BAB II

KAJIAN TEORI DAN PENELITIAN RELEVAN

A. Waktu Senggang

1. Pengertian Waktu Senggang

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, waktu adalah seluruh rangkaian ketika proses; perbuatan atau keadaan berada atau berlangsung, lamanya, saat yang tertentu melakukan sesuatu, kesempatan, tempo, peluang, ketika saat dan hari. Sedangkan senggang adalah tersenggang atau lapang (tentang waktu); tidak sibuk.¹⁷ Sehingga waktu senggang dapat diartikan sebagai rentang waktu yang tersenggang atau lapang, di mana seseorang tidak sibuk dengan aktivitas tertentu.

Menurut Dumazedier, waktu senggang adalah kegiatan atau aktivitas dimana individu dapat memanjakan dirinya atas keinginannya sendiri misalnya dengan beristirahat, hiburan, menambah pengetahuan atau dengan meningkatkan keterampilan diri sebagai selingan dari pekerjaan atau tugas profesionalnya. Dilanjutkan menyatakan bahwa waktu senggang adalah aktivitas terlepas dari kewajiban pekerjaan, keluarga dan masyarakat yang mana individu dapat melakukan segala sesuatu sesuai keinginannya untuk relaksasi, pengalihan, atau memluas partisipasi sosialnya yang spontan, pelaksanaan kreativitas secara bebas. Dikedua

¹⁷ "Kamus Besar Bahasa Indonesia.pdf," t.t.

pengertian tersebut menekankan bahwa waktu senggang adalah waktu yang digunakan untuk melakukan kegiatan yang disukai atau disenangi oleh individu diluar kegiatan bekerjanya.¹⁸

Waktu senggang disebut sebagai waktu yang dapat mengekspresikan makna simbolis dalam status sosial yang diketahui, yang dapat menjadi instrument untuk merebut makna dalam status sosial yang diinginkan.¹⁹ Waktu senggang disebut sebagai waktu ketika seseorang melepaskan semua hubungan atau kewajiban baik untuk dirinya, orang lain, atau diri sendiri, digunakan secara bebas namun positif untuk beristirahat, menghibur diri, menambah pengetahuan, atau mengembangkan keterampilan.

Torkildsen di dalam bukunya *Leisure and Receration Management*, waktu senggang didefinisikan sebagai:

a. Waktu senggang sebagai waktu (*Leisure as Time*).

Waktu senggang didefinisikan sebagai waktu setelah kebutuhan praktis hidup terpenuhi, artinya waktu senggang setelah semua kebutuhan ringan terpenuhi. Dimana terdapat lebih banyak waktu untuk melakukan segala sesuatu sesuai keinginan yang bersifat positif. Waktu senggang sebagai waktu adalah waktu dimana seseorang dapat memilih di antara pilihan-pilihan yang tersedia.

¹⁸ George Torkildsen, *Leisure and Recreation Management*, 5th ed. (Britania Raya: Routledge: Taylor and Francis Geoup, 2005).

¹⁹ Aswandi, "Realitas Komodifikasi Waktu Senggang," *Ad-Dariyah: Jurnal Dialektika, Sosial dan Budaya* 2, no. 2 (27 Desember 2021): 79–94, <https://doi.org/10.55623/atd.v2i2.84>.

b. Waktu senggang sebagai aktivitas (*Leisure as Activity*).

Waktu senggang sebagai aktivitas adalah waktu yang dimanfaatkan untuk kegiatan yang bersifat mendidik dan menghibur. Waktu senggang terdiri dari berbagai kegiatan yang dapat dinikmati masyarakat sesuai dengan kemauannya sendiri, baik untuk bersantai, menambah pengetahuan, mengembangkan minat sendiri, maupun kegiatan sepulang kerja atau untuk meningkatkan partisipasi sukarela dalam kehidupan bermasyarakat dan tugas sosial.

c. Waktu senggang sebagai suasana hati atau mental yang positif (*Leisure as State of Being or An end In Itself*).

Waktu senggang adalah suatu keadaan yang memberikan kesempatan kepada individu untuk berdamai dengan dirinya sendiri dan membebaskan apa yang ingin dilakukannya. Dalam waktu senggang hanya ada satu kriteria penting yaitu kondisi kebebasan yang dirasakan.

d. Waktu senggang sebagai rekreasi (*Leisure as Recreation*).

Waktu senggang merupakan sesuatu yang mempunyai arti luas dan digunakan untuk relaksasi, rekreasi dan pengembangan diri. Waktu senggang adalah suatu kegiatan atau pengalaman yang dipilih seseorang untuk memenuhi keinginan pribadinya, terutama untuk kepuasan diri.

e. Waktu senggang sebagai sebuah cara hidup (*Leisure as A Way Of Life*).

Waktu senggang adalah kehidupan yang relatif bebas dari kewajiban eksternal terhadap kebiasaan dan lingkungan fisik untuk

bertindak dengan ketulusan hati yang menyenangkan secara pribadi, intuitif, berharga, dan dapat dipercaya. Waktu senggang adalah gaya hidup yang digunakan secara bebas yang memberikan kepuasan dan ketenangan diri.²⁰

Waktu senggang memiliki banyak makna, sesuai dengan tinjauannya, yaitu dimensi waktu, dimensi kebebasan pilihan cara pengisiannya, dan dimensi fungsinya:

- a. Berdasarkan dimensi waktu, waktu senggang dijabarkan sebagai waktu yang tersisa setelah melaksanakan kegiatan-kegiatan mencari nafkah, melaksanakan kewajiban-kewajiban, mempertahankan hidup atau eksistensi, seperti makan, tidur, mandi, dan lain-lain. Oleh karena itu, waktu senggang merupakan waktu yang tidak digunakan untuk “bekerja”.
- b. Berdasarkan segi cara pengisian, waktu senggang yaitu waktu yang dapat dilakukan melalui kegiatan pilihan sendiri atau waktu dimana penggunaannya dan pemanfaatannya secara bebas dan sesukanya sendiri. Pada saat waktu senggang orang dapat memilih melakukan kegiatan rekreasi, memilih melanjutkan pekerjaan atau melanjutkan tugas lain, melanjutkan tidur yang tertunda karena harus berangkat kerja, dan memilih tidak melakukan apapun.

²⁰ Uksan, Arifuddin, *Pendidikan Karakter Bangsa Dan Bela Negara*, (CV Jejak: Jejak Publisher, 2022), hlm 144-145

- c. Berdasarkan segi fungsi atau pemanfaatan, waktu senggang yaitu waktu yang dimanfaatkan untuk sarana dalam mewujudkan potensi (aktualisasi diri), sarana meningkatkan mutu atau kualitas diri melalui kursus-kursus, latihan pengembangan diri dan sebagainya, kegiatan terapi untuk orang yang mengalami gangguan emosi (misalnya orang depresi), kompensasi pekerjaan yang tidak menyenangkan atau tidak sesuai dengan minat, sebagai kegiatan menghindari sesuatu, serta sebagai selingan, hiburan, rekreasi atau penyegaran Kembali.²¹

Dari pengertian waktu senggang di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa waktu senggang merupakan rentang waktu dimana seseorang tidak terikat dengan aktivitas tertentu dan dapat melakukan kegiatan yang disukai atau disenangi. Waktu senggang dapat dimanfaatkan untuk beristirahat, menghibur diri, menambah pengetahuan, atau mengembangkan keterampilan sebagai selingan dari kegiatan bekerjanya. Dengan demikian, penting bagi individu untuk memanfaatkan waktu senggang dengan baik untuk meningkatkan kesejahteraan dan pengembangan diri mereka.

2. Manfaat Mengisi Waktu Senggang

Orang yang menggunakan waktu secara efisien akan memperoleh banyak keuntungan, misalnya mereka dapat menyelesaikan pekerjaannya tepat waktu, sehingga ada waktu untuk memulihkan kebugaran fisik dan

²¹ Muji Lestari dan Dita Yuliastrid, "Pemanfaatan Waktu Senggang Untuk Aktivitas Rekreasi Bagi Karang Taruna Desa Tahunan Kecamatan Sale Kabupaten Rembang" 09, no. 03 (2021).

mental, rekreasi, dan interaksi sosial. Manfaat mengisi waktu senggang yaitu menurut Soetarlinah Sukadji (dalam Triatmoko) yaitu:

- a. Bisa meningkatkan kesejahteraan jasmani
- b. Meningkatkan kesegaran mental dan emosional
- c. Membuat kita mengenali kemampuan diri sendiri
- d. Mendukung konsep diri serta harga diri
- e. Sarana belajar dan pengembangan kemampuan
- f. Pelampiasan ekspresi dan keseimbangan jasmani, mental, intelektual, spiritual, maupun estetika
- g. Melakukan penghayatan terhadap apa yang anda sukai tanpa tidak mempedulikan segi materi

Manfaat mengisi waktu senggang bisa dirasakan bila pemanfaatan waktu senggang sesuai dengan kebutuhan. Berikut akan dipaparkan mengenai manfaat pentingnya waktu senggang untuk kesehatan jasmani, kesehatan rohani, sosialisasi diri dimasyarakat, kestabilan ekonomi, dan kesuksesan manajemen.²²

- a. Waktu senggang untuk kesehatan jasmani

Dalam hal ini dengan waktu senggaang akan bisa menikmati kesegaran kembali, sebagaimana keadaan urat syaraf bebas dari ketegangan. Pemanfaatan waktu senggang untuk meningkatkan kesehatan diantaranya:

²² Asad, Yusuf Michael, *Sukses Bersama Waktu*, (Jakarta: Cendikia Sentra Muslim, 2003)

- 1) Membiasakan berolahraga
- 2) Makan makanan ringan yang akan memberikan semangat
- 3) Mengendurkan urat-urat syaraf dengan bersantai
- 4) Menjauhi tempat keramaian yang dapat menimbulkan kebisingan di sekitar tempat beraktifitas

b. Waktu senggang untuk kesehatan rohani

Seseorang bisa berinteraksi dengan dua objek yaitu objek ekstern dan objek intern. Individu yang melakukan sesuatu maka akan berkonsentrasi pada realita luar yang memberi efek pada tindakannya tersebut. Jika hal itu terjadi maka seseorang akan mengalami gangguan jiwa. Aktivitas kejiwaan agar individu paham dan membiasakannya sehingga memiliki kesehatan yang baik, yaitu:

- 1) Autokritik atau introspeksi diri
- 2) Memberi solusi terhadap problema dan hambatan
- 3) Menentukan tujuan yakni menyusun tujuannya atau tujuan yang baru
- 4) Membuat rencana baru dan mengganti rencana lama
- 5) Mencari pengalaman baru

c. Waktu senggang untuk sosialisasi diri di masyarakat

Dalam interaksi sosial baik skala individu maupun kelompok sebagaimana membutuhkan waktu senggang yang dapat memperbaharui potensi dan kesiapan berinteraksi dengan yang lainnya.

Pentingnya waktu senggang yang sesuai dan cukup untuk merealisasikan keharmonisan sosial dalam hubungan sosial, yaitu:

- 1) Menilai hubungan sosial dengan mengevaluasi yang berkembang antara dia dan orang yang ada disekelilingnya sesuai dengan opininya
 - 2) Menilai strata sosial yang dimiliki seseorang dalam satu komunitas
 - 3) Memprediksi masa depan
 - 4) Merencanakan masa depan
 - 5) Menyiapkan media aplikasi yang sesuai
- d. Waktu senggang untuk kestabilan ekonomi

Seseorang yang menggunakan waktu senggang maka ia dapat mengevaluasi kondisi ekonominya, yaitu dengan mengevaluasi pemasukan dan pengeluaran serta menekan pengeluaran.

- e. Waktu senggang untuk kesuksesan manajemen

Waktu senggang dipergunakan untuk berkomunikasi dengan orang lain, bekerja sama dengan mereka, bersama-sama memikul tanggung jawab dan bangkit bersama mereka akan dapat meminimalisir ketegangan. Waktu senggang dipergunakan juga menyusun strategi manajemen baru sehingga bisa mengoreksi diri dan mengatur pekerjaan.²³

Dari manfaat waktu senggang di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa menggunakan waktu secara efisien membawa banyak keuntungan,

²³ Asad, Yusuf Michael, *Sukses Bersama Waktu*, (Jakarta: Cendikia Sentra Muslim, 2003)

seperti menyelesaikan pekerjaan tepat waktu yang memungkinkan waktu untuk pemulihan fisik dan mental, rekreasi, dan interaksi sosial. Manfaat mengisi waktu senggang mencakup peningkatan kesejahteraan jasmani, kesegaran mental dan emosional, pengenalan kemampuan diri, dukungan konsep diri dan harga diri, serta sebagai sarana belajar dan pengembangan kemampuan. Selain itu, pemanfaatan waktu senggang dapat meningkatkan kesehatan jasmani dengan olahraga dan relaksasi, kesehatan rohani melalui introspeksi dan perencanaan, serta sosialisasi yang harmonis dalam masyarakat. Dalam hal ekonomi, waktu senggang membantu mengevaluasi dan mengatur kondisi finansial, sementara dalam manajemen membantu dalam komunikasi dan penyusunan strategi baru. Manfaat-manfaat ini dapat dirasakan bila waktu senggang dimanfaatkan sesuai kebutuhan.

3. Bentuk Aktivitas Waktu Senggang

Waktu senggang dapat diisi oleh para siswa dengan berbagai kegiatan yang bersifat positif dan bermanfaat agar waktu yang dilalui para siswa tidak sia-sia. Kita sering menyaksikan orang yang menyia-nyiakan waktunya duduk sepanjang siang dan malam dihadapan meja-meja permainan. Halal dan haram tidak lagi mereka perhatikan, bahkan mereka sampai lupa mengingat Allah, lupa menunaikan shalat, serta lupa kewajiban-kewajiban agama dan kehidupan. Waktu yang kosong tidak akan berlalu begitu saja, sudah barang tentu akan terisi oleh kebaikan atau keburukan. Barangsiapa yang jiwanya tidak sibuk dengan kebenaran akan

terisi dengan kebatilan. Maka berbahialah orang yang mengisi waktu senggangnya dengan kebaikan dan kebenaran, dan celakalah orang yang mengisi waktu senggangnya dengan kejahatan dan kerusakan.

Seiring dengan itu Dewa Ketut Sukardi mengatakan : Bagi para siswa waktu senggang (senggang) itu tetap ada, dan semestinya disisihkan, waktu senggang itu dapat dimanfaatkan untuk kegiatan-kegiatan yang positif di luar kegiatan rutin. Banyak lagi kegiatan positif yang dapat dilakukan para peserta didik dalam mengisi waktu senggang seperti, bergaul, mengikuti bimbingan belajar, berkumpul dengan keluarga dan kegiatan lainnya secara beraturan”.²⁴

Selain itu kegiatan yang dapat dilakukan untuk mengisi waktu senggang antara lain : ²⁵

a. *Relaxation Activity* (Kegiatan Relaksasi)

Menurut Soetarlinah Sukadji kegiatan relaksasi diantaranya kegiatan relaksasi aktif misalnya: membetulkan alat rumah tangga atau berbenah rumah, memperbaiki sepeda motor. Kegiatan tersebut sifatnya produktif cenderung meningkatkan keterampilan dan harga diri. Selain itu bisa melakukan relaksasi pasif dengan cara menonton televisi, mendengarkan musik, dan membaca tulisan ringan. Namun terlalu banyak melakukan kegiatan relaksasi pasif akan membuat kehilangan waktu untuk kegiatan yang lebih produktif.

²⁴ Melda Krisna Dasvita, *Pemanfaatan Waktu Senggang Bagi Peserta Didik Di SMA Pratiwi 1 Padang*. Jurnal Waktu Senggang

²⁵ Ari Setiyani. (2012). Mengisi Waktu Senggang Pada Siswa SMA Negeri 1 Ngemplak. Jurnal Waktu Senggang, Hal. 17

b. *Entertainment Activity* (Kegiatan Hiburan)

Fine, Mortimer, & Robert, menyebutkan bahwa kegiatan hiburan atau rekreasi dapat mempromosikan penguasaan keterampilan, seperti olahraga partisipasi, hobi, dan kesenian atau mungkin lebih murni rekreasi seperti bermain video game, melamun atau nongkrong dengan teman-teman

c. *Personal Development Activity* (Kegiatan Pengembangan Diri)

Pengembangan diri termasuk kegiatan yang meningkatkan kesadaran dan identitas, mengembangkan bakat dan potensi, membangun modal manusia, dan memfasilitasi kerja, meningkatkan kualitas hidup dan berkontribusi pada realisasi mimpi dan aspirasi serta pengembangan rohani.

Irby dan Tolman mengatakan ada beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai bentuk kegiatan diwaktu senggang, diantaranya:²⁶

a. Bermain dan rekreasi

Sangat penting dalam menentukan tujuan yang positif bagi individu dalam mendefinisikan kegiatan waktu senggang. Waktu menjadi perhatian penting untuk menentukan bagaimana waktu tersebut harus digunakan dan mengapa harus dijaga. Mengolah fisik atau kebiasaan yang berhubungan dengan olahraga dan rekreasi, merupakan bagian dari keterampilan sosial dan menjalin relasi melalui kegiatan

²⁶ Merita Irby & Joel Tolman. *Rethinking Leisure Time: Expanding Opportunities for Young People & Communities*. World Youth Report 2003.

tersebut. Hal seperti ini merupakan suatu bentuk masukan penting untuk kegiatan remaja dalam menjaga kesehatan. Bermain dan rekreasi bagi remaja, meskipun didefinisikan secara berbeda dalam budaya di seluruh dunia, namun memiliki nilai intrinsik.

Hills & Argyle menyebutkan bahwa kegiatan rekreasi dapat berupa pasif atau aktif. Misalnya, menonton pertandingan olahraga di TV akan dianggap partisipasi pasif, sedangkan yang berpartisipasi dalam pertandingan olahraga akan dianggap partisipasi aktif. kegiatan rekreasi menghasilkan suasana hati yang positif, dan banyak kesenangan yang berasal kegiatan ini dan dari kegiatan tersebut mampu menumbuhkan hubungan sosial.²⁷

b. Pembelajaran dan pengembangan

Waktu senggang merupakan kesempatan untuk pengembangan dan pemenuhan kebutuhan. Larson berpendapat bahwa masa remaja, termasuk waktu senggang selama periode ini, harus diartikan dan dipahami sebagai waktu persiapan untuk kehidupan keluarga, pekerjaan, kewarganegaraan yang baik, belajar seumur hidup dan pemenuhan pribadi. Hal ini juga memberikan kesempatan untuk pengembangan komunitas dan masyarakat.

²⁷ Nawijn & Veenhoven. *Happiness Through Leisure*. Positive Leisure Science: From Subjective Experience to Social Contexts, DOI 10.1007/978-94-007-5058-6_1, Springer Science+Business Media Dordrecht 2013, chapter 11, p 193-209.

c. Berkontribusi

Remaja memainkan peran penting dalam mempertahankan keluarga mereka, masyarakat dan negara. Hal ini menunjukkan bahwa kebijakan waktu yang dimiliki oleh remaja, dapat mewakili kekuatan yang berpotensi kuat untuk pembaharuan, kontribusi dan perubahan. Di seluruh dunia, remaja telah membuktikan bahwa waktu senggang yang mereka miliki dijadikan sebagai kesempatan, tidak hanya untuk pengembangan individu tetapi juga untuk berkontribusi dan melakukan perubahan, berpartisipasi secara sukarela dalam membangun masyarakat dan pengembangan masyarakat di berbagai daerah.

Dari hal di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa waktu senggang bagi siswa dapat dimanfaatkan dengan berbagai kegiatan positif dan bermanfaat agar tidak terbuang sia-sia. Orang yang tidak mengisi waktu senggangnya dengan kebaikan cenderung terjerumus dalam aktivitas negatif. Menurut Dewa Ketut Sukardi, siswa seharusnya menyisihkan waktu senggang untuk kegiatan produktif seperti bergaul, mengikuti bimbingan belajar, dan berkumpul dengan keluarga. Kegiatan relaksasi, hiburan, dan pengembangan diri, seperti memperbaiki alat rumah tangga, menonton televisi, berolahraga, dan mengikuti hobi, membantu meningkatkan keterampilan, harga diri, dan kesejahteraan fisik serta mental. Penggunaan waktu senggang secara bijak juga berkontribusi pada pengembangan pribadi, sosial, dan komunitas, serta memberikan kesempatan bagi remaja untuk berkontribusi positif dalam masyarakat.

4. Permasalahan dalam Pemanfaatan Waktu Senggang

Permasalahan yang biasa ditemukan dalam pemanfaatan waktu senggang ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya:

- a. Remaja cenderung tidak menyukai pemanfaatan waktu senggang dengan sesuatu yang menurutnya menuntut pemikiran dan beban target. Strategi yang bisa diambil oleh orang tua atau guru adalah dengan memberikan kegiatan yang diminati oleh anak tersebut. Sekolah bisa menyiapkan sarana prasarana (ekstrakurikuler) dan permainan yang bisa dimanfaatkan siswa untuk bermain. Di rumah, orang tua bisa juga menyediakan alat permainan yang disukai anak.
- b. Waktu senggang dianggap remaja sebagai waktu untuk melakukan apapun yang disenanginya semata.
- c. Bagi orang tua waktu senggang adalah waktu yang harus dimanfaatkan untuk sesuatu yang bermanfaat dan produktif dari sudut pandang orang tua, bukan dari sudut pandang anak.
- d. Orang tua menganggap bahwa waktu senggang adalah waktu sia-sia sehingga rehatnya anak di waktu senggang dianggap tidak memanfaatkan waktu secara maksimal. Ketika anak selonjoran ditempat tidur dengan membaca buku komik atau novel, sedang main game, jalan-jalan atau sekedar menonton televisi, maka cenderung kita menganggap mereka telah membuang waktu.

Dari hal di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa permasalahan dalam pemanfaatan waktu senggang remaja sering disebabkan oleh beberapa

faktor, seperti kecenderungan remaja untuk menghindari kegiatan yang menuntut pemikiran dan target, serta anggapan bahwa waktu senggang adalah kesempatan untuk melakukan apa saja yang mereka sukai. Orang tua dan guru sering kali memiliki pandangan bahwa waktu senggang harus diisi dengan aktivitas yang bermanfaat dan produktif, dari sudut pandang mereka, bukan dari sudut pandang remaja. Selain itu, ada juga persepsi bahwa waktu senggang adalah waktu sia-sia jika digunakan untuk kegiatan yang dianggap kurang produktif seperti membaca komik, bermain game, atau menonton televisi. Untuk mengatasi masalah ini, penting bagi orang tua dan sekolah untuk menyediakan sarana dan prasarana yang sesuai dengan minat remaja agar mereka dapat mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang bermanfaat dan menyenangkan.

5. Faktor Pemilihan Aktivitas Waktu Senggang

Berikut beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan aktivitas waktu senggang:

a. Faktor Internal

Faktor internal dalam pemilihan aktivitas waktu senggang dipengaruhi antara lain usia/kedewasaan, keinginan diri, kurang motivasi, adaptasi dan mengikuti *trend*. Seiring bertambahnya usia, orang ingin menikmati hidup dengan bebas sesuai keinginannya. Contohnya masa transisi remaja dari anak-anak lebih suka menghabiskan waktu senggangnya dengan kegiatan terstruktur dan juga

bersenang-senang bersama anggota keluarga. Remaja tengah lebih memilih menghabiskan waktu senggangnya bersama teman-teman seusianya dan menghabiskan waktu bersama keluarga hanya pada waktu-waktu tertentu saja. Kehendak diri sendiri merupakan motivasi individu untuk bertindak. Kurangnya motivasi untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat.²⁸

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi pemilihan aktivitas di waktu senggang antara lain lingkungan sosial, tingkat sosial ekonomi dan lingkaran pertemanan. Lingkungan sosial sangat mempengaruhi kehidupan. Tingkat sosial ekonomi mengacu pada kekayaan, kekuasaan, kehormatan dan tingkat pendidikan. Remaja dari kelas sosial atas mengisi waktu senggangnya dengan aktivitas yang lebih terorganisir atau terstruktur, sedangkan remaja dari kelas sosial bawah menggunakan aktivitas yang tidak terstruktur atau bebas melakukan apa pun yang diinginkannya.²⁹

Dari hal di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa ada faktor yang mempengaruhi pemilihan aktivitas yang dilakukan oleh siswa, baik dari faktor internal maupun eksternal.

²⁸ Siti Umi Hanifah dan Amika Wardana, "Perubahan Cara Pemanfaatan Waktu Senggang Mahasiswa Alumni Pondok Pesantren Di Yogyakarta," *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi* 11, no. 2 (2022): 75–83.

²⁹ Siti Umi Hanifah dan Amika Wardana

B. Pengembangan Diri

1. Pengertian Pengembangan Diri

Pengembangan diri berarti mengembangkan bakat yang dimiliki, mewujudkan impian-impian, meningkatkan rasa percaya diri, menjadi kuat dalam menghadapi percobaan, dan menjalani hubungan yang baik dengan sesamanya. Hal ini dapat dicapai melalui upaya belajar dari pengalaman, menerima umpan balik dari orang lain, melatih kepekaan terhadap diri sendiri maupun orang lain, mendalami kesadaran, dan mempercayai usaha hati.³⁰

Pengembangan diri merujuk pada proses pengembangan semua potensi yang dimiliki individu untuk meningkatkan kemampuan berpikir, berinisiatif, dan kapasitas intelektual melalui berbagai aktivitas. Pengembangan diri juga mencakup pengembangan bakat, mewujudkan impian, meningkatkan rasa percaya diri, kekuatan dalam menghadapi tantangan, dan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Ini dapat dicapai dengan belajar dari pengalaman, menerima umpan balik dari orang lain, meningkatkan kesadaran diri, dan mempercayai usaha internal.³¹

Pengembangan diri adalah peningkatan potensi yang dimiliki individu, termasuk kemampuan berpikir dan berinisiatif, serta peningkatan kapasitas intelektual melalui berbagai aktivitas. Ini juga mencakup kegiatan yang bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa untuk

³⁰ Tarsis Tarmudji, *Pengembangan Diri*, (Yogyakarta: Liberty Yogyakarta, 1998), hal. 29

³¹ M Miftah Arief, *Pendidikan Pengembangan Diri Melalui Pembiasaan* (Jawa Timur: Literasi Nusantara, 2020).

mengembangkan dan mengekspresikan diri mereka sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat mereka, yang sesuai dengan lingkungan sekolah.³²

Pengembangan diri adalah proses di mana individu membentuk dan mengoptimalkan potensi, bakat, sikap, perilaku, dan kepribadian mereka melalui pembelajaran dan pengalaman berulang. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kapasitas atau kemampuan diri hingga mencapai tingkat kemandirian. Proses ini merupakan perjalanan yang menyeluruh, dimulai dari pengambilan keputusan hingga mencapai kesuksesan dalam mencapai kemandirian dan mencapai potensi diri yang sebenarnya. Perubahan dan pertumbuhan ini bertujuan untuk memungkinkan individu menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat mereka tinggal.³³

Dalam konteks pendidikan, pengembangan diri merujuk pada kegiatan di luar kurikulum reguler yang merupakan bagian penting dari program sekolah/madrasah. Kegiatan ini bertujuan membentuk karakter peserta didik melalui pelayanan konseling terkait dengan masalah pribadi dan sosial, pembelajaran dan pengembangan karier, serta kegiatan ekstrakurikuler. Tujuannya adalah untuk mengoptimalkan potensi peserta didik agar dapat mengelola diri dan menghadapi berbagai tantangan dengan adaptif dan konstruktif, baik dalam lingkungan keluarga maupun

³² Alhamuddin, *Politik Kebijakan Pengembangan Kurikulum Di Indonesia*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019), hlm.87.

³³ M. Rosyid Alfazani, "Faktor pengembangan potensi diri: Minat/kegemaran, lingkungan dan self disclosure (Suatu kajian studi literatur manajemen pendidikan dan ilmu sosial)," *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 2, no. 2 (2021): 586–97.

masyarakat. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa program pengembangan diri adalah usaha untuk mengembangkan minat dan bakat kreativitas. Tanpa program ini, kemungkinan minat dan bakat kreativitas seseorang tidak akan berkembang atau bahkan hilang. Oleh karena itu, program ini perlu diatur dengan baik agar minat dan bakat kreativitas individu dapat tumbuh secara optimal.³⁴

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pengembangan diri yaitu suatu proses yang dilakukan untuk meningkatkan potensi, bakat, minat serta kemampuan yang dimiliki oleh individu. Tujuannya untuk mengoptimalkan potensi, bakat, minat yang sudah ada pada diri individu. Sebab tanpa adanya pengembangan diri, tentunya kemampuan yang sudah dimiliki tersebut hanya akan stuck atau bahkan menurun.

2. Tujuan Pengembangan Diri

Perkembangan menurut perspektif psikologi, pengembangan diri sangat berhubungan erat dengan potensi diri yang dioptimalkan secara efektif dan kontinu atau dilaksanakan secara berkelanjutan secara disiplin. Sedangkan manusia memiliki sebuah potensi yang perlu digali lebih dalam

³⁴ Sudirman Anwar, *Management Of Students Development (Perspektif Al-Qur'an & As-Sunnah)*, (Riau: Yayasan Indragiri, 2015), hlm.2-3

tentu melalui tahapan-tahapan latihan yang dilakukan, potensi itu akan lahir jika diaktualisasikan dalam kehidupan.³⁵

Secara umum tujuan pengembangan diri yaitu untuk memberi kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan diri sendiri sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, kondisi dan perkembangan siswa dengan memperhatikan kondisi sekolah. Menurut perspektif islam yaitu sebagai usaha untuk menjadikan anak didik sebagai manusia yang beradab, berperilaku baik dan mampu beradaptasi dan mengikuti perkembangan zaman tanpa harus melepaskan identitas ketauhidannya. Sebagaimana Sabda Rasulullah SAW: “*Mendidik mereka menjadi beradab*” (HR.Abu Dawud).³⁶

Adapun tujuan pengembangan diri sebagai berikut: ³⁷

a. Tujuan Umum

Pengembangan diri secara umum bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan masyarakat, kebutuhan siswa dan pembelajaran, potensi, bakat, minat, kondisi dan perkembangan siswa dengan memperhatikan kondisi sekolah atau madrasah.

³⁵ Arief, Miftah, *Pendidikan Pengembangan Diri Melalui Pembiasaan: Optimalisasi Pendidikan Pembiasaan & Psikologi Perkembangan*, (Jawa Timur: Literasi Nusantara, 2020), hlm. 28

³⁶ Sudirman Anwar, *Management Of Students Development (Perspektif Al-Qur'an & As-Sunnah)*, (Riau: Yayasan Indragiri, 2015), hlm.20

³⁷ Sofan Amri, *Peningkatan Mutu Pendidikan Sekolah Dasar dan Menengah dalam Teori Konsep dan Analisis*, (Jakarta: PT.Prestasi Pustakarya, 2013), hlm.211.

b. Tujuan Khusus

Pengembangan diri secara khusus bertujuan menunjang pendidikan siswa dalam mengembangkan bakat, minat, kreativitas, kompetensi maupun kebiasaan dalam kehidupan, kemampuan kehidupan keagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir, kemampuan pemecahan masalah dan juga kemandirian.

Dari pemaparan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan pengembangan diri adalah bahwa setiap individu memiliki potensi yang perlu digali dan diaktualisasikan dalam kehidupan. Secara umum, tujuan pengembangan diri adalah memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkembang sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, dan perkembangan mereka, dengan memperhatikan kondisi sekolah. Secara khusus, pengembangan diri bertujuan mendukung pendidikan siswa dalam berbagai aspek, termasuk bakat, kreativitas, kompetensi, kehidupan keagamaan, sosial, pembelajaran, karir, pemecahan masalah, dan kemandirian.

3. Manfaat Pengembangan Diri

Adapun manfaatnya adalah sebagai berikut:

- a. Pelaksanaan pengembangan diri dalam perspektif Islam akan membangun sebuah konsep diri yang sempurna baik individual maupun untuk orang lain.

- b. Pelaksanaan pengembangan diri dalam perspektif Islam akan memberikan jalan kepada sumber utama yaitu Al-Qur'an dan Hadits.
- c. Pelaksanaan pengembangan diri dalam perspektif Islam akan membuat kita memiliki Filter (penyaring) terhadap perusak-perusak diri yang bertentangan dengan semangat Al-Qur'an dan Sunnah sehingga segera mengambil sikap.
- d. Pelaksanaan pengembangan diri dalam perspektif Islam akan mengantarkan kita selalu bangga menjadi umat islam dan mempraktikkan teori pengembangan diri dalam kehidupan sehari-hari.³⁸

Pengembangan diri dapat memberikan manfaat yang luar biasa bagi individu dalam berbagai aspek kehidupan, antara lain:³⁹

a. Meningkatkan Keterampilan

Pengembangan diri dapat membantu meningkatkan keterampilan dan pengetahuan individu dalam berbagai bidang, baik profesional maupun pribadi. Hal ini dapat membuka peluang karir baru, meningkatkan kinerja kerja, serta memperluas jaringan relasi.

b. Meningkatkan Kepuasan Diri

Dengan melakukan pengembangan diri, individu dapat merasa lebih percaya diri dan memiliki rasa percaya diri yang lebih besar dalam mengambil keputusan. Hal ini dapat membantu meningkatkan kepuasan diri dan memotivasi individu untuk mencapai tujuan mereka.

³⁸ Sudirman Anwar, *Management Of Students Development (Perspektif Al-Qur'an & As-Sunnah)*, (Riau: Yayasan Indragiri, 2015), hlm.21

³⁹ PPM School Of Management. (2023, 30 Maret). Manfaat Pengembangan Diri. 28 Maret 2024, <https://ppmschool.ac.id/manfaat-pengembangan-diri/>

c. Menambah Wawasan

Pengembangan diri dapat membantu individu menambah wawasan dan memahami dunia dengan cara yang lebih baik. Hal ini dapat membantu individu memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang kehidupan, membantu meningkatkan kualitas hidup mereka, serta membantu mereka mencapai kesuksesan.

d. Meningkatkan Kualitas Hidup

Dengan meningkatkan keterampilan dan pengetahuan, individu dapat mengoptimalkan kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas sehari-hari dan memecahkan masalah. Hal ini dapat membantu meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

e. Mengatasi Stres

Pengembangan diri juga akan membantu individu mengatasi stres dan memperbaiki kesehatan mental. Dengan mempelajari teknik-teknik manajemen stres dan meningkatkan kemampuan untuk mengatasi tantangan hidup, individu dapat merasa lebih tenang dan lebih mampu menghadapi situasi yang menantang.

f. Meningkatkan Hubungan

Pengembangan diri bisa membantu individu meningkatkan keterampilan interpersonal dan membantu mereka memperbaiki hubungan dengan orang lain. Hal ini dapat membantu memperbaiki kualitas hubungan pribadi dan profesional.

g. Meningkatkan Kreativitas

Pengembangan diri juga dapat membantu meningkatkan kreativitas individu, membantu mereka berpikir di luar kotak, dan menciptakan solusi yang inovatif. Hal ini dapat membantu individu menjadi lebih kreatif dan lebih mampu memecahkan masalah dengan cara yang berbeda dan lebih efektif.

Dari hal di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengembangan diri dalam perspektif Islam memberikan manfaat besar, seperti membangun konsep diri yang sempurna, memberikan akses ke sumber utama Al-Qur'an dan Hadits, serta menyediakan filter terhadap perusak diri yang bertentangan dengan semangat Al-Qur'an dan Sunnah. Pengembangan diri ini juga menumbuhkan kebanggaan sebagai umat Islam dan mempraktikkan teori pengembangan diri dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum, manfaat pengembangan diri meliputi peningkatan keterampilan, kepuasan diri, wawasan, dan kualitas hidup, serta membantu mengatasi stres, meningkatkan hubungan interpersonal, dan meningkatkan kreativitas. Semua ini berkontribusi pada pengembangan individu yang lebih percaya diri, terampil, dan mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan dengan lebih baik.

4. Bentuk Kegiatan Pengembangan Diri

Menurut Sulistyowati, bentuk-bentuk pelaksanaan kegiatan pengembangan diri adalah sebagai berikut:⁴⁰

- a. Kegiatan Rutin, yaitu memasukkan kegiatan yang dilakukan secara reguler, baik di kelas maupun di sekolah, yang bertujuan untuk membiasakan anak mengerjakan sesuatu dengan baik. Seperti: upacara bendera, senam, ibadah khusus keagamaan bersama, keberaturan, pemeliharaan kebersihan dan kesehatan diri.
- b. Kegiatan Spontan, yaitu kegiatan pengembangan diri yang tidak ditentukan tempat dan waktunya seperti: membiasakan mengucapkan salam, membiasakan membuang sampah pada tempatnya, membiasakan antri.
- c. Kegiatan Keteladanan, yaitu kegiatan pengembangan diri yang mengutamakan pemberian contoh dari guru dan pengelola pendidikan yang lain kepada peserta didik seperti dalam bentuk perilaku sehari-hari seperti: berpakaian rapi, berbahasa yang baik, datang tepat waktu.
- d. Kegiatan Terprogram, yaitu kegiatan pembelajaran pengembangan diri yang diprogramkan dan direncanakan secara formal baik di dalam kelas maupun diluar kelas maupun sekolah yang bertujuan memberikan wawasan tambahan pada anak tentang unsur-unsur baru dalam

⁴⁰ M. Rosyid Alfazani, "Faktor pengembangan potensi diri: Minat/kegemaran, lingkungan dan self disclosure (Suatu kajian studi literatur manajemen pendidikan dan ilmu sosial)," *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 2, no. 2 (2021): 586–97.

kehidupan bermasyarakat yang penting untuk perkembangan anak. Seperti: Workshop dan Kunjungan (*Outing Class*).

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa bentuk pelaksanaan kegiatan pengembangan diri terbagi menjadi 4 yang terdiri dari kegiatan rutin, kegiatan spontan, kegiatan keteladanan dan juga kegiatan terprogram.

5. Upaya Pengembangan Diri

Kegiatan ekstrakurikuler dan layanan bimbingan konseling merupakan dua upaya yang dapat dilakukan individu untuk mengembangkan dirinya di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler memberikan dukungan kepada siswa untuk mengembangkan minat dan bakatnya, serta bimbingan dan konseling merupakan sarana untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi siswa.⁴¹

a. Program Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk pengembangan diri di sekolah. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), ekstra yaitu tambahan, diluar yang resmi. Sedangkan kurikuler yaitu bersangkutan dengan kurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran yang

⁴¹ Moh Takwil, "Model Program Pengembangan Diri dalam Mengembangkan Potensi Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Peterongan Jombang," *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam* 10, no. 2 (29 Desember 2020): 149–68, <https://doi.org/10.54180/elbanat.2020.10.2.149-168>.

diselenggarakan dan dilaksanakan secara khusus oleh pendidik dan/atau tenaga kependidikan sekolah/madrasah yang kompeten untuk memfasilitasi pengembangan diri peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat.⁴²

Kegiatan ekstrakurikuler dapat dikelompokkan ke dalam beberapa jenis, seperti: a) Krida, yang mencakup kegiatan kepramukaan, Latihan Dasar Kepemimpinan Siswa (LDKS), Palang Merah Remaja (PMR), dan Pasukan Pengibar Bendera Pusaka (PASKIBRAKA); b) Karya Ilmiah, yang meliputi Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), aktivitas untuk meningkatkan pemahaman ilmiah dan kemampuan akademis, serta penelitian; c) Latihan dan Lomba, seperti pengembangan bakat olahraga, seni, budaya, cinta alam, jurnalistik, teater, dan kegiatan keagamaan; dan d) Seminar, lokakarya, pameran, atau bazaar, yang mencakup berbagai topik seperti karier, pendidikan, kesehatan, perlindungan HAM, keagamaan, seni, dan budaya.⁴³

Fungsi kegiatan ekstrakurikuler adalah sebagai berikut:

- 1) Pengembangan, untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas peserta didik sesuai dengan potensi, bakat, dan minat mereka.

⁴² Yunus Aris Wibowo dkk., "Pengembangan Bakat dan Kreativitas Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler di MI Muhammadiyah Sabrang Lor, Trucuk, Klaten," *Buletin KKN Pendidikan* 2, no. 1 (2020): 1–7.

⁴³ Muhaimin, dkk, *Pengembangan Model Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pada Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008).

- 2) Sosial, untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik.
- 3) Rekreatif, untuk menciptakan suasana rileks, menghibur, dan menyenangkan bagi peserta didik yang mendukung proses perkembangan.
- 4) Persiapan karier, untuk mempersiapkan peserta didik dalam menghadapi karier mereka di masa depan.⁴⁴

b. Program Bimbingan dan Konseling

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), bimbingan yaitu tuntunan. Sedangkan konseling yaitu pemberian bimbingan oleh orang yg ahli kepada seseorang dengan menggunakan metode psikologis.⁴⁵ Bimbingan dan konseling merupakan suatu hubungan yang dilakukan dalam rangka memberikan bantuan kepada individu (peserta didik) secara tatap muka (face to face) dalam bentuk pengarahan dan nasihat kepada seseorang untuk memecahkan suatu masalah atau mencapai tujuan tertentu yang dilakukan secara sengaja dan berkelanjutan. Bimbingan dan konseling memungkinkan peserta didik mengenal dan menerima diri serta mengenal dan menerima lingkungannya secara positif dan dinamis.

⁴⁴ Ina Magdalena, Fitri Ramadanti, dan Nurul Rossatia, "Upaya pengembangan bakat atau kemampuan siswa sekolah dasar melalui ekstrakurikuler," *Bintang : Jurnal Pendidikan dan Sains* 2, no. 2 (2020): 230–43.

⁴⁵ "Kamus Besar Bahasa Indonesia.pdf."

Ruang lingkup bimbingan dan konseling di sekolah dapat dilihat dari beberapa perspektif, termasuk fungsi, sasaran, layanan, dan masalah yang dihadapi. Dalam hal fungsi, bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk memahami, mencegah, mengatasi, menjaga, dan mengembangkan potensi siswa. Dari segi sasaran, bimbingan dan konseling di sekolah ditujukan untuk semua siswa dengan tujuan agar setiap siswa mencapai perkembangan optimal melalui kemampuan untuk mengungkapkan, mengenali, dan menerima diri serta lingkungan, mengambil keputusan, mendapatkan arahan, dan mewujudkan potensi diri. Dalam pelayanan, bimbingan dan konseling mencakup berbagai jenis layanan seperti orientasi, informasi, penempatan, pembelajaran, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, serta kegiatan pendukung seperti aplikasi instrumen, pengumpulan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan rujukan kasus. Dari segi masalah, bimbingan dan konseling di sekolah mencakup empat bidang utama, yaitu masalah pribadi, sosial, belajar, dan karir.⁴⁶

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa upaya dalam pengembangan diri siswa dapat dilakukan dengan program ekstrakurikuler dan program bimbingan konseling. Kegiatan ekstrakurikuler mendukung pengembangan minat dan bakat melalui berbagai jenis aktivitas seperti kepramukaan, olahraga, seni, dan karya

⁴⁶ Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 9-14.

ilmiah, serta membantu siswa mempersiapkan karier mereka. Program ini berfungsi untuk pengembangan kemampuan, tanggung jawab sosial, rekreasi, dan persiapan karier siswa. Sementara itu, bimbingan dan konseling memberikan tuntunan dan nasihat melalui metode psikologis, membantu siswa mengenal dan menerima diri serta lingkungan mereka secara positif dan dinamis. Bimbingan ini mencakup layanan orientasi, informasi, konseling perorangan, bimbingan kelompok, dan menangani masalah pribadi, sosial, belajar, serta karier, sehingga siswa dapat mencapai perkembangan optimal dan mewujudkan potensi diri mereka.

C. Penelitian Relevan

Untuk menghindari duplikasi, peneliti melakukan penelusuran terhadap penelitian-penelitian terdahulu. Dari hasil penelusuran penelitian terdahulu, hasil penelitian yang relevan sebelumnya yang sesuai dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh :

1. Skripsi yang disusun oleh **Latipah Hannum**, Mahasiswi UIN Sumatera Utara pada tahun 2017 dengan Judul Meningkatkan Pemanfaatan Waktu Luang Melalui Layanan Informasi Pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Mu'allimin Univa Medan. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang waktu senggang (luang). Adapun perbedaannya skripsi ini yaitu metode yang digunakan dan fokus penelitiannya. Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan fokus pemanfaatan waktu luang melalui layanan

informasi. Sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan fokus pada pengembangan diri siswa.

2. Skripsi ini disusun oleh **Halimatussadiyah Nasution**, mahasiswi UIN Sumatera Utara pada tahun 2019 dengan judul Peranan Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Membimbing Siswa Memanfaatkan Waktu Senggang Di Mts. PAB 1 Helvetia Deli Serdang. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang waktu senggang. Dan adapun perbedaannya yaitu pada penelitian tersebut dilakukan untuk melihat peran guru BK dalam membimbing siswa memanfaatkan waktu senggangnya. Sedangkan pada penelitian peneliti itu untuk melihat bagaimana pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa.
3. Jurnal yang disusun oleh **Nur Ina Fildzha Zahia, Wahyu Hidayat, dan Sudirman**, mahasiswa Pascasarjana, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tahun 2023 dengan judul Pemanfaatan Waktu Luang Peserta Didik Kelas IX di luar Jam Sekolah dalam Meningkatkan Kemampuan BTQ.⁴⁷ Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang waktu senggang (luang). Dan ada pun perbedaannya adalah pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pemanfaatan waktu senggang siswa di luar jam sekolah dalam meningkatkan kemampuan BTQ-nya. Sedangkan pada penelitian peneliti yaitu untuk mengetahui pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa.

⁴⁷ Nur Ina Fildzha Zahia dan Wahyu Hidayat, "Pemanfaatan Waktu Luang Peserta Didik Kelas IX Di Luar Jam Sekolah Dalam Meningkatkan Kemampuan BTQ," *Dialektika: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2, no. 1 (2023): 19–30.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif, yakni data yang diperoleh berupa informasi, uraian dalam bentuk bahasa yang sederhana dan dikaitkan dengan data yang ada untuk mendapatkan kejelasan terhadap suatu kebenaran atau sebaliknya, sehingga memperoleh gambaran baru ataupun menguatkan gambaran yang sudah ada sebelumnya.⁴⁸

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci dengan hasil yang lebih menekankan makna dari pada *generalisasi*.⁴⁹

Pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan deskriptif. Pendekatan deskriptif ini digunakan untuk menghasilkan data berupa kata-kata tertulis atau lisan dari objek yang diamati.

Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif untuk memudahkan deskripsi hasil penelitian dalam bentuk alur cerita atau teks naratif, sehingga lebih mudah dipahami. Dengan menggunakan metode ini, peneliti dapat membangun kedekatan antara objek penelitian atau informan dengan peneliti saat mereka berpartisipasi dalam penelitian, sehingga informasi yang diperoleh

⁴⁸ Riyanto, "Metodologi Penelitian Pendidikan", (Cet. Ke II.), (Surabaya: SIC,2001), h. 23

⁴⁹ Sugiyono.2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

merupakan fakta yang sesuai dengan keadaan di lapangan. Selain itu, metode penelitian ini dapat memberikan jawaban terhadap rumusan masalah yang telah diajukan.

Penelitian kualitatif yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami bagaimana pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang. Dengan cara mendeskripsikan dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khususnya yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode yang ilmiah.⁵⁰

B. Lokasi Dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian yaitu tempat atau objek untuk dilakukannya suatu penelitian. Adapun lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu di SMAN 6 Kepahiang yang berada di desa Taba Mulan, Kec. Merigi, Kab. Kepahiang.

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dilakukan terhitung dari tanggal 8 Mei sampai 8 Juli 2024.

⁵⁰ Moh Kasiram, Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif, (Malang:UIN Malang Press: 2008), Hal. 151.

C. Jenis Dan Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua jenis sumber data yang memperkuat hasil penelitian penulis pada skripsi ini yaitu:

1. Data Primer

Data primer yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data primer yaitu data yang belum tersedia dan harus diperoleh dari sumber aslinya.⁵¹ Pada penelitian ini, data primer merupakan data yang diperoleh dari informan secara langsung melalui wawancara untuk menunjang keakuratan data, dimana informan utamanya adalah siswa/i SMAN 6 Kepahiang. Informan didapatkan melalui hasil AUM Umum dan keterangan dari wali kelas serta rekomendasi dari guru BK.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan informasi yang diperoleh dari pihak lain dan tidak diperoleh secara langsung oleh peneliti dari subjek penelitiannya. Sumber data sekunder meliputi bahan-bahan kepustakaan seperti teori yang berkaitan dengan masalah yang diteliti, termasuk buku, skripsi, dan jurnal yang mengenai pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa di SMAN 6 Kepahiang.

⁵¹ M. Nasir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Galia Indonesia, 1998), h. 122

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang sangat strategis dalam penelitian karena membantu dalam memperoleh data yang diperlukan. Tanpa pengetahuan tentang teknik-teknik ini, peneliti mungkin tidak akan dapat mengumpulkan data yang memenuhi standar yang telah ditetapkan.⁵²

Untuk mendapatkan informasi atau data di lapangan, peneliti beberapa teknik pengumpulan data diantaranya:

1. Observasi

Observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan gejala-gejala psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan.⁵³

2. Wawancara

Wawancara adalah suatu percakapan yang diarahkan pada suatu masalah tertentu; merupakan proses tanya jawab lisan, dimana dua orang atau lebih berhadap-hadapan secara fisik.⁵⁴ Percakapan dengan maksud tertentu oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) sebagai pengaju pemberi pertanyaan yang baik dan buruk dan diwawancarai (interviewee) sebagai pemberi jawaban atau pertanyaan itu.⁵⁵ Peneliti memberikan pertanyaan sesuai dengan pedoman wawancara yang sebelumnya sudah dipersiapkan oleh peneliti, hal ini dimaksudkan untuk efisiensi waktu

⁵² Lexy. J Moelong, Metodologi Penelitian Kualitatif.(Bandung; Remaja Rosdakarya, 1993), Hal. 4

⁵³ Imam Gunawan, Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), h. 143

⁵⁴ Imam Gunawan, Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), h. 160

⁵⁵ Basrowi dan Suwandi, Memahami Penelitian Kualitatif, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), h. 127.

karena sudah mengetahui hal-hal apa saja yang akan ditanyakan dan pertanyaan spontanitas diberikan kepada informan guna mempertegas jawabannya.

**KISI-KISI
INSTRUMEN PENELITIAN**

No.	Pertanyaan Penelitian	Aspek Yang Ditanyakan
1.	Jenis Aktivitas	- Jenis Kegiatan - Waktu - Manfaat - Hambatan
2.	Alasan Pemilihan	- Dasar Pertimbangan - Bakat dan Minat - Dukungan Orang Tua
3.	Dampak Aktivitas	- Pengaruh Yang Dirasakan - Manajmen Waktu - Proses Belajar

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang.⁵⁶ Teknik dokumentasi merupakan sesuatu cara pengumpulan data yang menghasilkan catatan–catatan penting yang berhubungan dengan masalah

⁵⁶ Basrowi dan Suwandi, Memahami Penelitian Kualitatif, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), h. 175

yang diteliti, sehingga akan diperoleh data yang lengkap, sah, dan bukan berdasarkan perkiraan. Metode dokumentasi dalam penelitian ini juga digunakan untuk memperoleh berbagai data atau informasi yang ada kaitannya dengan permasalahan yang diteliti.

E. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan ukuran kebenaran suatu data yang diperoleh dari hasil penelitian. Dalam penelitian kualitatif, data dianggap valid jika apa yang dilaporkan oleh peneliti sesuai dengan realitas yang terjadi pada objek penelitian. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁵⁷

Dalam penelitian ini untuk mendapatkan keabsahan data dapat diperoleh dari triangulasi. Peneliti menggunakan triangulasi sebagai berikut :

a. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Sumbernya utama yang diwawancarai adalah siswa-siswi SMAN 6 Kepahiang.

⁵⁷ Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabet, 2020

b. Trianggulasi teknik

Trianggulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Data diperoleh dengan wawancara, dan dokumentasi.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses penyederhanaan data menjadi proses yang lebih sederhana lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Oleh karena itu digunakan analisis data. Sifat analisis dalam penelitian kualitatif adalah penjabaran apa adanya fenomena yang terjadi disertai dengan penafsiran makna yang terkandung didalamnya.⁵⁸ Data-data diuraikan secara sistematis, rasional dan faktual sesuai dengan kenyataan yang ada. Selain itu, penulis membuat interpretasi cukup untuk memahami realitas permasalahan yang ada.

Menurut Miles dan Huberman dalam Sugiyono menyebut analisis data kualitatif dilakukan melalui 3 langkah, yaitu:⁵⁹

1. Pengumpulan Data (Data Collection)

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dengan observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi atau gabungan ketiganya (trianggulasi). Pengumpulan data dilakukan sehari-hari, mungkin berbulan-bulan, sehingga data yang diperoleh akan banyak. Pada tahap awal peneliti melakukan penjelajahan secara umum terhadap situasi sosial/obyek yang

⁵⁸ Lexy. J Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*.(Bandung; Remaja Rosdakarya, 1993), Hal. 4

⁵⁹ Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabet, 2020

diteliti, semua yang dilihat dan didengar direkam semua. Dengan demikian peneliti akan memperoleh data yang sangat banyak dan sangat bervariasi.

2. Reduksi Data (Data Reduction)

Semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data, Mereduksi data berarti merangkum, memilih dan memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

3. Penyajian Data (Data Display)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menampilkan data. Dalam penelitian kualitatif, data yang disajikan dalam bentuk teks yang bersifat naratif.

4. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (Conclusion Drawing/verification)

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil Sekolah

1. Sejarah SMA Negeri 6 Kepahiang

SMA Negeri 1 Merigi berdiri pada tahun 2008 yang berada di kecamatan Merigi, Kabupaten Kepahiang, Provinsi Bengkulu. Pada tahun 2008 sekolah ini menerima pertama kali siswa yang pada saat itu sebanyak 9 siswa. SMAN 1 Merigi terus berbenah dan berkembang, jumlah peserta didik terus bertambah sesuai dengan keadaan pada saat itu. Pada Tahun 2018 seluruh sekolah jenjang Tingkat Atas beralih ke Provinsi sesuai dengan SK Gubernur No.2 Tahun 2018 dan tahun 2018 SMAN 1 Merigi berubah nomen klaturnya menjadi SMAN 6 Kepahiang hingga saat ini. Sama dengan SMA pada umumnya di Indonesia masa pendidikan sekolah di SMA Negeri 6 Kepahiang di tempuh dalam waktu tiga tahun ajaran, mulai dari kelas X sampai kelas XII. Berdirinya SMA Negeri 6 Kepahiang dilatar belakangi oleh tingginya minat masyarakat yang ingin anaknya melanjutkan kesekolah menengah atas, SMA Negeri 6 Kepahiang pada tahun 2008 yang dikepalai/dipimpin oleh Plt Ibu Dra. Maryani Y (2008-2009) kemudian pada Tahun 2010 Ibu Dra. Maryani Y menjadi Kepala Sekolah definitif (SMA Negeri 1 Merigi)

Secara geografis SMA Negeri 6 Kepahiang berada di perbatasan Kabupaten Rejang Lebong dan Kepahiang, hanya berjarak dari tapal batas

lebih kurang 300 m. Semakin hari SMA Negeri 6 Kepahiang semakin berkembang, dan mencetak siswa/i yang berprestasi, kemudian pada tahun 2013-2015 kepemimpinan kepala sekolah di gantikan oleh Bapak Dr. Hartono, S.Pd., M.Pd disaat inilah berbagai bantuan mengalir dari pemerintah yang tentu saja sangat membantu perkembangan langkah SMA Negeri 6 Kepahiang. Pada tahun 2017, sekolah ini menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) sebelumnya Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK). Kurikulum yang pernah di gunakan oleh SMAN. 6 Kepahiang hingga saat ini, Kurikulum 13 (K13) dan Kurikulum Merdeka Mandiri (KM Mandiri).

Kurikulum Merdeka Mandiri dilaksanakan Mulai Tahun 2022 Kelas X dan Kurikulum K13 Masih di gunakan Kelas XI dan XII, insyallah pada tahun 2023/2024 Kurikulum merdeka dilaksanakan 2 jejang Kelas X dan Kelas XI. Kepemimpinan (Kepala Sekolah) SMA Negeri 6 Kepahiang yaitu :

- a) Ibu Dra. Maryani Y (2008-2013)
- b) Bapak Dr. Hartono, S.Pd. M.Pd (2013-2015)
- c) Ibu Aminah Tuzzuhro, S.Pd.MM (2015-2020)
- d) Ibu Renni Yourneli A, S.Pd. M.Pd (2020 s.d sekarang)

Perkembangan SMAN 6 Kepahiang terus berbenah diri, dalam kepemimpinan Ibu Renni Yourneli A, M. Pd, SMAN 6 Kepahiang terjadi perubahan yang cukup signifikasi dimana ada beberapa gedung dibangun berupa Gedung UKS, Gedung Labor Komputer dan Gedung guru. Sehingga Jumlah fasilitas sudah memenuhi Standar suatu sekolah.

2. Geografis

SMA Negeri 6 Kepahiang terletak di perbatasan antaran Kabupaten Kepahiang dengan Kabupaten Rejang Lebong, tepatnya di Jl. Lintas Kepahiang Curup Kecamatan Merigi Kabupaten Kepahiang Provinsi Bengkulu. SMA Negeri 6 Kepahiang berada 21 km dari pusat Pemerintah Kabupaten dan 68 km dari Pusat Provinsi dengan kondisi sosial masyarakat di sekitar sekolah sangat Heterogen, mereka terbangun atas komonitas Petani, PNS, BUMN, Buruh dan Karyawan Swasta.

3. Sarana dan Prasanaran

Kondisi pendidikan di SMA Negeri 6 Kepahiang pada saat ini menurut tolak ukur Standar Nasional Pendidikan, secara umum dapat digambarkan sebagai berikut :

- a. Jumlah rombel 14 kelas dengan jumlah seluruh siswa 479 orang.
- b. Fasilitas penunjang yaitu 1 Gedung perpustakaan, 3 Gedung LAB IPA (Kimia, Fisika, Biologi), 1 Gedung Lab. Komputer, 1 Gedung Serba Guna, dan 1 Gedung Musholla.
- c. Mempunyai 1 ruang Kepala Sekolah, 1 ruang Guru, 1 ruang Tata Usaha, 1 ruang OSIS, 1 ruang Pramuka, 1 ruang UKS, 1 ruang Perpustakaan, dan 1 ruang BK/BP
- d. Fasilitas Tambahan Gedung Kamar Mandi /WC Siswa berjumlah 4 gedung dengan jumlah 16 ruang WC dan 1 kamar Mandi/WC diruang Perpustakaan, 1 kamar Mandi/WC diruang Kepala sekolah, 1 kamar

Mandi/WC diluar ruang gedung Kepala sekolah dan 1 kamar Mandi/WC di diruang guru.

Keadaan fisik sekolah di lingkungan SMA Negeri 6 Kepahiang mencakup fasilitas yang ada seperti bangunan Gedung, Lapangan olahraga masih memenuhi syarat dan masih luas dan Perlengkapan olahraga serta lain – lain yang digunakan untuk menunjang pencapaian tujuan belajar mengajar di sekolah.

4. Data Guru

Daftar pendidik dan tenaga kependidikan

No.	Nama	JK	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Jenis PTK
1	A. Ramlan Rinaldy	L	Curup	1974-07-14	Tenaga Administrasi Sekolah
2	Arizal Ahmad Jumardi	L	Bumi Sari	1995-03-24	Guru Mapel
3	Dina Fidelia	P	Curup	1985-02-12	Guru Mapel
4	Elisniati	P	Batu Ampar	1988-01-10	Guru Mapel
5	Elly Lilis Suryani	P	Bengkulu	1969-05-25	Guru Mapel
6	Emi Lusiana Dewi	P	Metro	1987-01-26	Guru Mapel
7	Fitri Yunita	P	Arga Makmur	1984-07-30	Guru Mapel
8	Heni Mariani	P	Pulo Geto	1986-03-27	Tenaga Administrasi Sekolah
9	Hera Fuspita Ramu	P	Curup	1983-01-15	Guru Mapel
10	Hesti Rahmi Wulandari	P	Curup	1989-11-21	Guru BK

11	Inder Melki	L	Talang Pito	1984-04-29	Guru Mapel
12	Jauharis Soltoni	L	Manna	1967-01-27	Guru Mapel
13	Leni Handayani	P	Lampung	1979-05-19	Guru Mapel
14	Lusiana Eka Puspita Sari	P	Manna	1986-02-02	Guru Mapel
15	Mahdalena	P	Pulo Geto	1983-08-31	Guru Mapel
16	Maria Ulfah	P	Pagar Alam	1982-06-28	Guru Mapel
17	Mariska	P	Curup	1979-04-22	Guru Mapel
18	Masyita Aprillia	P	Taba Mulan	1987-04-17	Tenaga Administrasi Sekolah
19	Mesti Noza Amalliya	P	Curup	1999-07-06	Tenaga Administrasi Sekolah
20	Parmo	L	Pasma	1971-12-17	Guru Mapel
21	Punawan Aprika	L	Nanjungan	1976-07-21	Guru Mapel
22	Putri Isnaini	P	Curup	1985-03-04	Guru Mapel
23	Rahayu Ningsih	P	Bukit Barisan	1981-06-12	Guru Mapel
24	Reinhard. P. Saragih	L	Curup	1989-03-31	Guru Mapel
25	Renni Youneli A	P	Gisting	1970-07-23	Kepala Sekolah
26	Riani Sugiyanti	P	Curup	1984-06-08	Guru Mapel
27	Sapdin Aidi	L	Karang Anyar	1969-08-17	Tenaga Administrasi Sekolah
28	Su'ainah	P	Landur	1974-12-09	Guru BK
29	Supiatni	P	Jawa Barat	1970-07-06	Guru Mapel
30	Titin Anggraini	P	Tanjung Alam	1997-05-29	Tenaga Administrasi Sekolah
31	Triani Eka Pitri	P	Belitar	1990-10-19	Guru BK

32	Tuti Ariani	P	Taba Mulan	1989-01-20	Tenaga Administrasi Sekolah
33	Wamilda	P	Muara Aman	1976-09-26	Guru Mapel
34	Yuli Erliyana	P	Brebes	1984-07-14	Guru Mapel
35	Yuli Hantoro	L	Gedung Tataan	1980-07-22	Guru Mapel

5. Data Peserta Didik

Untuk mengetahui keadaan siswa SMAN 6 Kepahiang dapat dilihat dari tabel berikut:

Jumlah Peserta Didik Berdasarkan Jenis Kelamin

Laki-laki	Perempuan	Total
191	288	479

Jumlah Siswa Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	L	P	Total
Tingkat 10	80	103	183
Tingkat 11	53	103	156
Tingkat 12	58	82	140
Total	191	288	479

B. Hasil Penelitian

Pada bab ini, peneliti akan menguraikan hasil dari penelitian yang peneliti dapatkan di SMAN 6 Kepahiang. Berdasarkan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi, guna memperoleh informasi dan data-data tentang bagaimana Pemanfaatan Waktu Senggang dalam Pengembangan Diri Siswa di SMAN 6 Kepahiang.

1. Jenis aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang dalam pemanfaatan waktu senggang

Untuk mengungkapkan apa saja jenis kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengisi waktu senggang peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa dengan beberapa pertanyaan. Wawancara yang telah dilakukan terhadap beberapa siswa SMAN 6 Kepahiang memberikan gambaran yang jelas mengenai jenis aktivitas yang mereka pilih untuk mengisi waktu senggang. Setiap siswa memiliki pilihan aktivitas yang berbeda, yang menunjukkan keragaman minat dan cara mereka dalam memanfaatkan waktu luang.

- a. Kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengisi waktu senggang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan beberapa kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam memanfaatkan waktu senggang, hasil tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Membaca

Berikut beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Ferlita mengatakan:

“Ferlita biasanya menghabiskan waktu dengan membaca novel, kalo ga Ferlita baca Alternate Universe (AU) di Twitter kalo ga di Tiktok, dan yang kedua adalah membaca di Webtoon.”⁶⁰

Siswa bernama Danil mengatakan:

"Dalam mengisi waktu senggang, saya sering menghabiskan waktu dengan membaca buku dan belajar.”⁶¹

Siswa bernama Suci mengatakan:

“Kalau Suci punya waktu senggang di rumah, biasanya Suci lebih suka membaca cerita di Tik Tok atau Wattpad. Suci sering menemukan cerita-cerita menarik dari berbagai penulis.”⁶²

Siswa bernama Nadila mengatakan:

“...Saya suka membaca buku, terutama buku cerpen atau novel atau juga terkadang buku tentang pengetahuan umum...”⁶³

Selanjutnya peneliti juga mewawancarai orang tua siswa sebagai orang yang melihat kegiatan yang dilakukan siswa di rumah. Adapun hasil wawancara peneliti dengan orang tua adalah sebagai berikut:

“Anak saya biasanya mengisi waktu senggangnya dengan membaca, baik membaca lewat buku atau membaca dari HP.”⁶⁴

⁶⁰ Ferlita, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-3)

⁶¹ Danil, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-2)

⁶² Suci, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-3)

⁶³ Nadilla, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (2-3)

⁶⁴ Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-2)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengisi waktu senggangnya adalah membaca. Kegiatan membaca inipun setiap siswa memilih referensi bacaan yang berbeda, diantaranya ada yang membaca di platform media sosial seperti *Twitter* dan *TikTok*, *Webtoon* serta *wattpad*, ada juga yang memilih membaca buku pengetahuan ataupun buku cerita dan novel.

2) Latihan fisik

Berikut beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Biasanya Aril mengisi waktu senggang itu dengan olahraga bu dan olahraga yang Aril jalani itu bermain Futsal.”⁶⁵

Siswa bernama Dafi mengatakan:

“Saya mengisi waktu senggang biasanya dengan latihan silat dan ...”⁶⁶

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengisi waktu senggangnya adalah latihan fisik. Kedua siswa ini menunjukkan mereka juga berupaya menjaga kebugaran fisik dan mengembangkan keterampilan dalam latihan fisik yaitu olahraga futsal dan latihan silat.

3) Menonton

⁶⁵ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-2)

⁶⁶ Dafi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1)

Berikut beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Untuk mengisi waktu senggang terutama di rumah biasanya saya nonton film atau *youtube* yang menggunakan bahasa inggris, atau dengerin musik yang bahasa inggris juga bu sama belajar di Duolingo (aplikasi belajar bahasa inggris)”⁶⁷

Siswa bernama Nabilla mengatakan:

“Kegiatan yang lebih sering bila lakukan pas waktu senggang nonton film/series bu...”⁶⁸

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengisi waktu senggangnya adalah menonton film, youtube atau series. Walaupun kegiatan kedua siswi ini sama-sama menonton, namun ada perbedaan antara kedua siswi tersebut. Rani mengungkapkan menonton yang menggunakan bahasa inggris, sedangkan Nabilla menonton dengan latar sejarah.

4) Bermain *Handphone*

Berikut beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Fadhia mengatakan:

“Kalo ado waktu senggang biasonyo kalo dak tidur istirahat paling main hp *scroll tiktok* atau media sosial lainnya bu.”⁶⁹

Siswa bernama Azila mengatakan:

“Kegiatan yang aku lakukan kalo ado waktu senggang biasonyo tidur tulah buk kek main hp *scroll tiktok*,

⁶⁷ Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-4)

⁶⁸ Nabilla, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-2)

⁶⁹ Fadhia, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-2)

facebook, instagram kek nengoki *story* orang ajo, itulah paling buk.”⁷⁰

Siswa bernama Bima mengatakan:

“Pas waktu senggang biasonyo aku main hp tulah bu, main *game* paling kalo dak *scroll* medsos bu sambil rebahan kan istirahat.....”⁷¹

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengisi waktu senggangnya adalah bermain *handphone*. Kegiatan yang dilakukan siswa melalui *handphone* yaitu bermain *game*, men-*scrolling* media sosial seperti *tiktok, facebook, instagram* maupun kegiatan lainnya.

Sejalan dengan hasil di atas, peneliti juga melakukan wawancara kepada ibu Su’ainah selaku guru BK di sekolah tersebut beliau mengatakan:

“....Berdasarkan pengamatan saya, siswa sering melakukan berbagai aktivitas seperti membaca, main *game, scroll* media sosial, olahraga, dan banyak kegiatan pilihan lainnya sesuai dengan keinginan siswa.”⁷²

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa setiap siswa memiliki preferensi aktivitas yang berbeda dalam memanfaatkan waktu senggangnya. Kegiatan yang mereka lakukan selain memperoleh hiburan, siswa juga mencari aktivitas yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka, yang pada akhirnya berkontribusi pada pengembangan diri mereka.

⁷⁰ Azila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-3)

⁷¹ Bima, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (1-3)

⁷² Su’ainah, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (2-4)

- b. Waktu kegiatan, dalam melaksanakan kegiatan waktu senggang. Pada umumnya kegiatan mengisi waktu senggang ini dilakukan pada waktu diluar kegiatan sekolah. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Nadilla mengatakan:

“Saya biasanya melakukan kegiatan itu pas malem hari setelah menyelesaikan tugas-tugas sekolah, bu. Misalnya, membaca buku sering saya lakukan sebelum tidur”⁷³

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Kegiatan waktu senggang itu Aril lakuin pas weekend, hari Sabtu dan Minggu, karena libur jadi punya banyak waktu senggang. Kalo ga pas ekstrakurikuler hari Jumat atau kalau hari biasa itu kalo mendekati ada tournament aja.”⁷⁴

Siswa bernama Nabila mengatakan:

“kalo untuk nonton film/series itu bener-bener di waktu senggang si bu soalnya bila tipikal orang yang kalo nonton film emang harus duduk 2 jam gak suka yang di pause-pause jadi bila emang nyari waktu senggang contohnya bila suka nonton itu di hari-hari libur sekolah contohnya sabtu-minggu atau memang saat libur sekolah panjang contohnya kayak libur semester bu, hari-hari kayak gitu biasa bila habisin buat nonton sedangkan untuk baca-baca bukunya bila lebih suka baca pas emang lagi ada jamkos di sekolah bu atau memang saat udah pulang sekolah dan saat bila udah beresin semua tugas jadi saat bila bosan bila alihin ke ipusnas/ijak buat ngelanjutin bacaan bila”⁷⁵

Siswa bernama Azila mengatakan:

“Kalo sudah ngerjokan tugas rumah bu, cek bersihkan tumah dulu cak itu. Kan wajib tu zila beberes jadi beberes rumah dulu baru yang lain.”⁷⁶

⁷³ Nadilla, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (5-7)

⁷⁴ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (3-5)

⁷⁵ Nabila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (4-12)

⁷⁶ Azila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (4-5)

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa waktu yang digunakan untuk mengisi waktu senggang bagi siswa terbagi dalam beberapa waktu, diantaranya di malam hari setelah menyelesaikan tugas-tugas sekolah, pada hari weekend dan juga pada periode libur semester. Perbedaan waktu ini dikarenakan ada beberapa kegiatan yang cenderung memerlukan banyak waktu dalam pelaksanaannya.

- c. Manfaat melaksanakan kegiatan. Dalam melakukan suatu kegiatan perlunya kita memilah apa manfaat yang didapatkan ketika melakukan kegiatan tersebut. Hal ini diharapkan supaya tidak menghabiskan waktu yang ada untuk kegiatan yang sia-sia saja. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Dafi mengatakan:

“..... untuk mengembangkan keterampilan bela diri dan menjaga kebugaran tubuh. Selain itu, saya juga ingin mencapai prestasi di bidang silat melalui kompetisi-kompetisi yang ada walaupun sampai saat ini belum pernah menang.”⁷⁷

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Jadi manfaatnya itu buat saya sendiri yaitu sebagai sarana saya refreshing dan juga selain itu untuk membantu saya meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris saya. Menambah kosakata bahasa Inggris saya dan juga belajar cara pengucapan bahasa Inggris yang baik dan benar, dan melatih saya mendengarkan orang mengucapkan bahasa Inggris dengan gaya bicara (aksen) yang berbeda-beda.”⁷⁸

⁷⁷ Dafi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (6-9)

⁷⁸ Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (8-13))

Siswa bernama Nadilla mengatakan:

“... baca buku membantu saya memperluas wawasan dan pengetahuan serta adanya hikmah atau pelajaran yang bisa saya dapatkan dari suatu bacaan tersebut. Kalo bernyanyi itu membantu saya meningkatkan kemampuan saya dalam bernyanyi bu, sekalian bisa buat ngeluapin pikiran saja bu.”⁷⁹

Siswa bernama Fadhia mengatakan:

“Untuk menghibur diri. Nengok video atau gambar-gambar cak itukan bu untuk melepas stress dari capeknyo sekolah setiap hari.”⁸⁰

Siswa bernama Azila mengatakan:

“Sebenarnya cuma refreshing ajo sih bu, dk tau lagi nak ngelakuin kegiatan apo untuk ngisi waktu senggang”⁸¹

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa banyak manfaat yang diperoleh siswa dari kegiatan mengisi waktu senggang. Dengan memanfaatkan waktu senggang tersebut hal-hal yang didapatkan yaitu meningkatkan keterampilan diri (self skill), menjaga kebugaran diri, dan juga bisa menambah wawasan dan pengetahuan serta sebagai sarana hiburan. Secara keseluruhan, pemanfaatan waktu senggang dengan baik dapat membantu siswa dalam mengembangkan dirinya serta memberikan peluang bagi siswa untuk mengeksplorasi minat dan bakat siswa begitu pula sebaliknya. Apabila siswa menyia-nyiakkan waktu senggangnya maka ia tidak akan mendapatkan hasil apapun dari kegiatan tersebut.

⁷⁹ Nadilla, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (9-13)

⁸⁰ Fadhia, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (6-7)

⁸¹ Azila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (6-7)

- d. Hambatan pelaksanaan kegiatan. Disini untuk melihat apa hambatan yang dialami siswa dalam melakukan kegiatan pemanfaatan waktu senggang. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Ferlita mengatakan:

“Hambatannya orang tua sering ngomel kalo Ferlita suka baca lama-lama soalnya sampe buat Ferlita minus (mata). Habis itu ya keterbatasan waktu soalnya banyak tugas yang harus dikerjakan, bu.”⁸²

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Hambatannyo kan kalo sekarang sering hujan yo, bu. Jadi kadang Aril atau kawan yang lain tu dak bisa datang pas jadwal latihan jadi sering kekurangan pemain.”⁸³

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Hambatannya sendiri karena saya masih ditahap belajar, jadi karena kosakata yang saya miliki belum sebanyak itu jadi kadang terganggu disana dan juga kan di sebuah film itu seseorang kadang berbicaranya terlalu cepat jadi kadang saya harus mengulang dibagian tertentu itu untuk tahu apa kalimat yang sedang diucapkannya.”⁸⁴

Siswa bernama Nabila mengatakan:

“Kalo hambatan untuk film/series nya lebih ke aksesnya si bu soalnya akses untuk film-film luar yang memang udah lama tayangnya itu gak semua nya ada di aplikasi streaming digital dan terkadang hambatannya juga diketersediaan subtitle nya bu jadi untuk film-film yang misalnya udah ingin banget bila tonton dan akhirnya ketemu di platform buat nontonnya malah gak ada subtitle nya sedangkan untuk baca bukunya lebih ke ketersediaan e-book si bu karena emang bila gak terlalu suka buat beli buku karena memang bila lebih suka buat baca versi e-book nya dibanding buku dalam bentuk fisiknya.”⁸⁵

⁸² Ferlita, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (11-13)

⁸³ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (9-11)

⁸⁴ Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (14-18)

⁸⁵ Nabila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (15-22)

Siswa bernama Suci mengatakan:

“Hambatan yang sering Suci alami adalah gangguan dari adik Suci. Adik Suci sering ikut-ikutan dan mengganggu kegiatan yang sedang Suci lakukan.....”⁸⁶

Siswa bernama Nadila mengatakan:

“Hambatan yang saya hadapi biasanya kaya keterbatasan waktu, apalagi pas tugas sekolah banyak, bu. Selain itu juga kan kadang sekolah sudah seharian ya bu jadi kadang sudah capek banget jadinya agak males ngelakuin itu, bu.”⁸⁷

Siswa bernama Fadhia mengatakan:

“Paling hambatannya kalo *scroll* cak itu sinyal hilang atau kuota habis samo paling agak dimarah orang rumah ajo sih bu kelamoan main hp nengok hp begitu.”⁸⁸

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa ada saja hambatan yang menyertai disetiap kegiatan yang dilakukan. Hambatan yang dialami juga tentunya beragam, mulai dari aspek kesehatan, aspek lingkungan atau cuaca, aspek waktu karena banyaknya tugas akademik, keterbatasan akses dan bahasa serta gangguan lingkungan lainnya. Secara keseluruhan, hambatan-hambatan ini mencerminkan tantangan yang dihadapi siswa dalam menyeimbangkan antara kegiatan akademik dan non-akademik, serta pentingnya dukungan lingkungan dan akses terhadap sumber daya yang memadai untuk memaksimalkan pemanfaatan waktu senggang.

⁸⁶ Suci, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (11-14)

⁸⁷ Nadilla, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (14-16)

⁸⁸ Fadhia, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (8-10)

2. Alasan pemilihan aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang dalam memanfaatkan waktu senggang

Setelah mengetahui kegiatan yang dilakukan siswa dalam memanfaatkan waktu senggang, perlu untuk digali apa alasan siswa memilih kegiatan tersebut. Alasan di balik pemilihan kegiatan ini sangat beragam dan mencerminkan kompleksitas kebutuhan, minat dan minat, serta dukungan orang tua.

Dalam penelitian ini, berbagai alasan yang mendasari pemilihan kegiatan oleh siswa SMAN 6 Kepahiang akan dieksplorasi melalui wawancara mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang bagaimana siswa memanfaatkan waktu senggang mereka dan faktor apa saja yang mempengaruhi keputusan mereka. Dengan memahami alasan-alasan tersebut, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang lebih komprehensif tentang pentingnya pemanfaatan waktu senggang dalam mendukung perkembangan diri siswa.

- a. Dasar pertimbangan, apa yang menjadi pertimbangan siswa memilih kegiatan tersebut. Tentunya banyak sekali alasan siswa memilih sebuah kegiatan, dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Ferlita mengatakan:

“Karena Ferlita suka banget sama Mark (Artis NCT) terus marki itu pengen jadi penulis tapi dia gabisa jadi penulis,

karena Ferlita suka sama dia jadi seenggaknya Ferlita bisa jadi penulis buat mewujudkan cita-cita Mark.”⁸⁹

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Hobi sih, bu. Karena Aril suka Futsal jadi Aril sering memanfaatkan kalo ada waktu untuk main Futsal sekalian untuk melatih skill Futsal Aril biar makin bagus, bu.”⁹⁰

Siswa bernama Dafi mengatakan:

“Saya memilih silat karena saya memang suka terhadap seni bela diri. Selain itu, saya juga ingin memiliki keterampilan bela diri untuk menjaga diri dan mengembangkan diri melalui kegiatan ini.”⁹¹

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Alasan saya memilih kegiatan itu karena ingin menambah pengetahuan dan kemampuan saya dibidang bahasa Inggris ini....”⁹²

Siswa bernama Nabila mengatakan

“Alasan bila buat milih nonton film/series lebih ke hiburan bu karena memang nonton film/series kan jadi hal yang menyenangkan buat mengisi waktu senggang, alasan bila juga memilih kegiatan nonton film/series karena menurut bila lewat kita menonton banyak pengetahuan yang kita dapat bu karena lewat menonton kita dapat mengetahui peristiwa sejarah atau menemukan hal-hal baru yang bahkan belum bila ketahui (contohnya bila tau peristiwa sejarah secara lebih lengkap dan tergambar itu lewat film Indonesia seperti Sang Pencerah, Soekarno, dan Kartini dan banyak lagi salah satunya film dari negara India bila jadi tau bahwa ada perempuan yang melakukan pemberontakan kepada kerajaan Inggris sekitar tahun 1800-an). Sedangkan untuk membaca buku alasan nya karena memang bila lebih suka menonton jadi disaat ada film yang memang diangkat dari novel dan bila ngerasa kepo nih bu apakah film ini ada kekurangan atau lebih di lebih-lebihkan dari novel itu makanya bila terkadang membaca nya lewat novel nya lagi itu bila lakukan saat bila nonton film little

⁸⁹ Ferlita, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (14-16)

⁹⁰ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (12-14)

⁹¹ Dafi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (13-15)

⁹² Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (19-20)

women karena bila ngerasa kayak agak janggal sama endingnya makanya bila coba baca novelnya”⁹³

Sejalan dengan hasil wawancara di atas, peneliti juga mewawancarai orang tuas serta guru BK dengan hasil sebagai berikut:

“Alasan anak saya membaca karena memang sedari dulu dia suka sekali membaca dan selalu ingin menambah pengetahuannya dari berbagai sudut pandang.”⁹⁴

“Alasan siswa melaksanakan kegiatan yang dipilihnya biasanya adalah hobi dan minat Pribadi. Ditambah dengan faktor teman sebaya, dan ketersediaan fasilitas menjadi alasan siswa melakukan kegiatan tersebut.”⁹⁵

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa dalam pemilihan kegiatan oleh siswa untuk mengisi waktu senggang mencerminkan beragam faktor yang dipertimbangkan dengan matang. Minat pribadi, inspirasi dari tokoh idola, hobi, pengembangan keterampilan, dan keinginan untuk memperoleh pengetahuan baru semuanya berperan dalam keputusan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa waktu senggang bagi siswa tidak hanya diisi dengan aktivitas santai tetapi juga dimanfaatkan untuk mencapai tujuan yang lebih dalam terkait pengembangan diri dan pengetahuan.

- b. Minat bakat. Kegiatan yang dilakukan hendaknya sesuai dengan minat bakat apa yang kita miliki, hal ini diharapkan saat melakukan kegiatan akan terasa lebih santai dan juga sekaligus untuk mengembangkan diri

⁹³ Nabila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (23-28)

⁹⁴ Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (3-5)

⁹⁵ Su'ainah, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (5-7)

pribadi. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Futsal memang hobi yang paling Aril minati, Aril juga percaya bahwa Aril memiliki bakat di bidang Futsal ini. Jadi setiap weekend kalo ada jadwal latihan pasti Aril usahakan datang kecuali ada hal yang emg bikin Aril dk bisa datang.”⁹⁶

Siswa bernama Danil mengatakan:

“Menurut saya sesuai dengan apa yang saya miliki atau bakat yang saya punya dan kemampuan yang saya miliki tersebut.”⁹⁷

Siswa bernama Dafi mengatakan:

“Ya, kegiatan memang dari kecil sudah minat silat. Saya selalu tertarik dengan seni bela diri, dan setelah beberapa kali mencoba saya merasa memiliki bakat di bidang ini.”⁹⁸

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Iya pastinya, karena sesuatu yang saya lakukan sudah tentu saya minati dan saya sangat ingin melakukan hal tersebut.”⁹⁹

Siswa bernama Nabila mengatakan:

“Menurut saya sendiri untuk bakat minat saya memang itu hal yang sesuai kemampuan saya sendiri karena saya memang saya memiliki hobi membaca novel sejak dulu atau dari bangku SMP.”¹⁰⁰

Siswa bernama Suci mengatakan:

“Ya, kegiatan-kegiatan tersebut adalah kegiatan positif dan juga termasuk dalam minat dan hobi Suci.”¹⁰¹

⁹⁶ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (15-17)

⁹⁷ Danil, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (16-17)

⁹⁸ Dafi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (16-18)

⁹⁹ Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (23-24)

¹⁰⁰ Nabila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (39-41)

¹⁰¹ Nadilla, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (17-18)

Berbeda dengan pendapat di atas, siswa bernama Ferlita mengatakan:

“Engga ke bakat sih sebenarnya, Cuma memang minatnya Ferlita aja suka baca. Kalo bakat mungkin kurang dibidang menulis, karena bakat Ferlita lebih condong ke desain.”¹⁰²

Dilanjutkan dengan penuturan diatas, siswa bernama Fadhia mengatakan:

“Sangat tidak sesuai sebenarnya bu tapi aku sendiri bingung apa yang menjadi bakat minat aku sendiri. Kegiatan ini cuma sebagai hiburan semata cak itu buk.”¹⁰³

Sejalan dengan hasil wawancara di atas, peneliti juga mewawancarai guru BK dengan hasil sebagai berikut:

“Tentunya kegiatan yang mereka pilih dan lakukan tersebut sesuai dengan minat dan bakat mereka.....”¹⁰⁴

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa kegiatan yang sesuai dengan minat dan bakat siswa tidak hanya memberikan kepuasan tetapi juga berkontribusi pada pengembangan dirinya. Pemilihan kegiatan berdasarkan minat dan bakat memungkinkan siswa untuk merasa lebih santai dan terlibat dalam aktivitas tersebut, sekaligus memberikan kesempatan untuk mengasah keterampilan dan potensi mereka secara optimal. Hal ini menegaskan pentingnya memperhatikan minat dan bakat dalam pemanfaatan waktu senggang untuk mendukung perkembangan pribadi siswa.

¹⁰² Ferlita, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (17-19)

¹⁰³ Fadhia, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (13-15)

¹⁰⁴ Su'ainah, utipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (8-9)

c. Dukungan orang tua. Dalam menjalani suatu kegiatan sangat diperlukan dukungan dari orang tua. Hal ini adalah untuk menunjang kelancaran siswa dalam menjalankan kegiatan tersebut. Butuhnya *support* orang tua akan membuat anak merasa bahwa orang tua mendukung dan bangga atas apa yang dikerjakannya. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Alhamdulillah, kegiatan Futsal Aril mendapatkan dukungan penuh dari orang tua, bu. Mereka selalu memberikan semangat jadi Aril merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk terus mengembangkan skill Aril di Futsal ini.”¹⁰⁵

Siswa bernama Dafi mengatakan:

“Sangat sangat mendukung, sangat sangat disupport. Mereka selalu memberikan saya semangat dan mendukung setiap latihan serta kompetisi yang saya ikuti.”¹⁰⁶

Siswa bernama Nabila mengatakan:

“Untuk dukungan orang tua sudah pasti tentunya karena menurut saya hal-hal yang saya lakukan di waktu senggang adalah hal-hal yang positif. Jadi memang orang tua saya saat saya mendapatkan nilai-nilai yang bagus atau memang hal-hal yang memang sesuai dengan yang mereka mau, mereka akan memberikan saya *reward* yaitu lewat membelikan saya sebuah novel.”¹⁰⁷

Siswa bernama Suci mengatakan:

“Termasuk mendapat dukungan orang tua. Mereka mendukung selagi kegiatan yang Suci lakukan buka kegiatan menyimpang.”¹⁰⁸

¹⁰⁵ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (18-20)

¹⁰⁶ Dafi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (19-21)

¹⁰⁷ Nabila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (42-46)

¹⁰⁸ Suci, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (19-21)

Berbeda dengan pendapat di atas, beberapa siswa mengatakan:

“50% sih, 50% nya lagi ga boleh buat baca karena dibatesin soalnya Ferlita matanya minus (mata) gara-gara keseringan baca buku apalagi sering sama tiduran kalo ga gelap-gelapan jadinya sering ga diizinin baca.”¹⁰⁹

“Terkadang ada salah satu dari kegiatan tersebut ada yang tidak mendapat dukungan dari orang tua namun ada juga yang mendapat dukungan dari orang tua.....”¹¹⁰

“Idak sih bu. Aku sering jugo dimarah kalo kelamoan main *game*, main hp. Tapi kalo istirahat yo dak apo buk namonyo cape kan sekolah seharian. Kalo keseringan main kumpul cak itu galak dimarah jugo kalo keseringan cak beberapa hari berturut-turut cak itu bu padahal kadang cuma kumpul bae di rumah kawan cerito atau mabar Mobile Legend.”¹¹¹

Selaras dengan hasil wawancara dengan Ferlita, hasil wawancara orang tua juga menyatakan dengan hasil sebagai berikut:

“Kami sebagai orang tua selalu mendukung apa pun yang dilakukan anak kami selama kegiatan yang ia lakukan adalah kegiatan yang positif. Karena sebagai orang tua, kami menginginkan yang terbaik untuk anak kami. Namun saya sebagai orang tua Ferlita sekarang ini sedikit membatasi kegiatan Ferlita membaca buku atau membaca melalui HP karena mata Ferlita sudah minus. Jadi lebih membatasi agar minus matanya tidak semakin bertambah.”¹¹²

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa kegiatan yang dilakukan siswa mendapat dukungan dari orang tuanya. Walaupun begitu terdapat pula siswa yang mendapat dukungan namun dibatasi atau dikegiatan tertentu saja. Dukungan tersebut tidak hanya memberikan motivasi dan semangat kepada siswa, tetapi juga memastikan bahwa

¹⁰⁹ Ferlita, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (20-22)

¹¹⁰ Danil, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (18-20)

¹¹¹ Bima, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (14-18)

¹¹² Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (6-12)

kegiatan yang dilakukan adalah positif dan bermanfaat bagi perkembangan siswa. Pentingnya dukungan orang tua diharapkan bahwa keterlibatan orang tua dalam aktivitas waktu senggang siswa dapat berkontribusi pada pengembangan keterampilan, peningkatan rasa percaya diri, dan pencapaian prestasi yang lebih baik.

3. Dampak aktivitas mengisi waktu senggang terhadap pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang

Pengisian waktu senggang merupakan aspek penting dalam kehidupan siswa, terutama dalam mendukung pengembangan diri mereka. Penelitian ini menyoroti dampak dari berbagai aktivitas yang dilakukan siswa SMAN 6 Kepahiang dalam mengisi waktu senggang terhadap pengembangan diri mereka. Wawancara yang telah dilakukan terhadap beberapa siswa SMAN 6 Kepahiang memberikan gambaran yang jelas mengenai dampak yang mereka dapatkan dari aktivitas yang mereka pilih untuk mengisi waktu senggang.

- a. Perasaan yang dirasakan. Tentunya ketika seseorang menjalani aktivitas atau menghadapi situasi tertentu, perasaan yang muncul dapat sangat bervariasi. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Aril mengatakan:

“Capek sih, bu. Tapi Aril tetap senang main Futsal, soalnya bagi Aril, Futsal bukan cuma sekadar hobi, tapi juga

pelepas penat Aril dari pelajaran sekolah, bu. Cek salah satu refresing lah bu untuk Aril.”¹¹³

Siswa bernama Danil mengatakan:

“.....Tentunya saya merasa senang setiap melakukan kegiatan apa saja maupun kegiatan yang memang itu adalah minat saya.”¹¹⁴

Siswa bernama Suci mengatakan:

“Setelah melakukan kegiatan-kegiatan ini perasaan yang Suci rasakan tergantung ending ceritanya juga kalo endinya sedih ya ikutan sedih, jengkel. Tapi lebih seringnya baca ceita yang endingnya bahagia saja biar moodnya bagus.”¹¹⁵

Sejalan dengan hal diatas, hasil wawancara peneliti kepada orang tua dan guru BK sebagai berikut:

“Setelah melakukan kegiatan-kegiatan tersebut, anak kami biasanya merasa lebih bahagia. Ia sering berbagi cerita tentang apa yang sudah ia baca, hal ini tentunya sangat baik bagi hubungan kami.”¹¹⁶

“Menurut saya setelah mereka melakukan kegiatan tersebut mereka akan merasa senang apalagi jika kegiatan yang mereka lakukan tersebut memang benar-benar sesuai dengan keinginan mereka.”¹¹⁷

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa perasaan yang dirasakan siswa saat menjalani aktivitas menunjukkan bahwa perasaan mereka sangat bervariasi tergantung pada jenis kegiatan dan pengalaman yang dialami. Siswa cenderung merasa senang jika melakukan kegiatan yang mereka sukai. Kegiatan yang diminati

¹¹³ Aril, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (21-23)

¹¹⁴ Danil, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (25-27)

¹¹⁵ Suci, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (22-25)

¹¹⁶ Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (13-15)

¹¹⁷ Su'ainah, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (16-18)

memberikan kepuasan emosional dan rasa bahagia yang membantu meningkatkan mood secara keseluruhan.

- b. Manajemen waktu. Manajemen waktu yang baik sangat penting untuk menyeimbangkan antara kegiatan akademik, ekstrakurikuler, dan waktu bersantai (senggang). Melalui penerapan strategi manajemen waktu yang tepat, siswa dapat menghindari stres, meningkatkan produktivitas, dan meraih prestasi yang lebih baik. Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Ferlita mengatakan:

“Kalau kegiatan lain, kalau ada yang lebih prioritas daripada baca buku itu, Ferlita bakal lakuin yang prioritas dulu baru baca buku. Kaya diwaktuin, 30menit belajar, 30 menit baca buku, udah baca buku baru belajar lagi supaya ga jenuh.”¹¹⁸

Siswa bernama Dafi mengatakan:

“....saya mempunyai jadwal tersendiri jadi lebih teratur latihannya, diluar jam latihan itu tidak menentu sesuai kondisi dan keinginan saja.”¹¹⁹

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Mengatur waktu tidak terlalu sulit karena memang melakukannya di waktu senggang dan sudah dibagi waktunya agar tidak kerepotan. Yang pasti saya akan mengerjakan tugas yang ada dahulu baru melakukan kegiatan tersebut.”¹²⁰

¹¹⁸ Ferlita, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (26-29)

¹¹⁹ Dafi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (26-28)

¹²⁰ Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (32-34)

Siswa bernama Bima mengatakan:

“Standar ajo sih bu, disesuaikan. Kalo keluar batasnyo jam berapo balik. Kalo di hari yang samo ado beberapa kegiatan yo diatur bu. Kalo dak ado kegiatan yo lanjut ajo bu”¹²¹

Siswa bernama Fadhia mengatakan:

“Mengatur waktu flekсібел sih bu, seperti yang kubilang tadi bahkan sambil ngerjoin tugas atau pr ajo aku bisa sambil *scroll* , dengerin musik, nonton begitu sih bu.

Sejalan dengan hal diatas, hasil wawancara peneliti kepada orang tua dan guru BK sebagai berikut:

“Alhamdulillah sebagai anak dan seorang siswa, anak saya bisa membagi waktunya antara tugas sekolahnya dan kegiatan membacanya.....”¹²²

“Sebagai guru BK, saya mengamati bahwa sebagian siswa yang sudah mampu mengisi waktu senggang dengan kegiatan produktif akan dapat memanajemen waktunya dengan kegiatan lainnya. Sementara sebagian lainnya yang belum dapat memanfaatkannya dengan kegiatan yang produktif akan cenderung kurang tersusun dan perlu adanya bimbingan lanjutan terhadap siswa tersebut.”¹²³

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa siswa sudah bisa memanajemen waktu yang baik, siswa sudah dapat memainkan peran penting dalam menyeimbangkan antara kegiatan akademik dan waktu senggang serta kegiatan lainnya. Siswa dapat mengatur waktu mereka dengan memastikan bahwa tugas sekolah selalu diselesaikan terlebih dahulu sebelum melanjutkan ke kegiatan lain.

¹²¹ Bima, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (22-24)

¹²² Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (16-17)

¹²³ Suainah, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (19-24)

Ini menunjukkan prioritas yang jelas antara kewajiban akademik dan kegiatan lainnya. Namun ada sebagian siswa yang belum dapat mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang produktif dan cenderung waktunya tidak akan tersusun dengan struktur. Mereka cenderung menjalankan kegiatan secara spontan tanpa perencanaan waktu yang baik.

Pada kesempatan lain, peneliti juga melakukan wawancara kepada salah satu pelatih ekstrakurikuler SMAN 6 Kepahiang yaitu pelatih silat yang bernama Budi Andrean, hasil wawancara mengatakan:

“Dafi adalah salah satu siswa yang menunjukkan tingkat keaktifan yang sangat tinggi dalam setiap sesi latihan. Dari segi kehadiran, ia hampir tidak pernah absen, selalu hadir tepat waktu, dan siap untuk memulai latihan. Dalam hal partisipasi selama latihan, Dafi sangat giat dan antusias, baik dalam mempraktikkan teknik laga maupun jurus. Ia berusaha keras untuk memahami dan menguasai setiap teknik yang diajarkan, menunjukkan dedikasi dan komitmen yang luar biasa.”¹²⁴

Dari hasil diatas dapat kita tarik kesimpulan bahwa Dafi dapat manajemen waktunya dengan baik, Dafi selalu mengikuti sesi latihan dan turut aktif berpartisipasi dengan **antusias berlatih teknik silat selama sesi latihan berlangsung.**

- c. Proses belajar. Bagaimana kegiatan tersebut berpengaruh pada proses belajar siswa. Apakah kegiatan tersebut dapat membantu mereka dalam mengikuti pembelajaran dengan lebih baik lagi atau sebaliknya.

¹²⁴ Budi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (5-11)

Dalam hal ini temuan yang diperoleh adalah sebagai berikut sesuai dengan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan:

Siswa bernama Rani mengatakan:

“Pengaruhnya sangat besar karena kegiatan pada waktu senggang tadi saya banyak lakukan untuk belajar bahasa Inggris jadi pengaruhnya sangat besar dan menunjang pengetahuan Bahasa saya lebih banyak. Malah untuk prestasi belajar semakin meningkat, dari kelas 10 saya berusaha untuk mempertahankan nilai dan saya selalu menjadi juara kelas disetiap semester dan untuk nilai bahasa Inggris sendiri saya mengalami kenaikan disetiap semesternya.”¹²⁵

Siswa bernama Nabila mengatakan:

“Pengaruhnya sendiri sangat baik memang untuk saya mendapatkan banyak pengetahuan, apalagi kalo nontonnya tontonan kaya sejarah gitu kan membantu proses sebagian pembelajaran saya dibidang yang nyambung kesana.”¹²⁶

Siswa bernama Bima mengatakan:

“Sebenarnya kegiatan yang aku lakukan tu banyak buruknya sih bu, dak ngerjoin tugas atau pr, idak belajar jugo malah kadang buat pr di sekolah nengok yang kawan tapi kadang tu malas jugo ngerjoin di rumah, malah milih main *game* bu.”¹²⁷

Siswa bernama Azila mengatakan:

“Ado buk, kalau la main hp la idak ingat belajar lagi. Sebenarnya hampir idak pernah sih bukak buku kalau di rumah. PR ajo dk pernah buat, paling buatnyo di sekoalh tulah buk.”¹²⁸

Sejalan dengan hal diatas, hasil wawancara peneliti kepada orang tua dan guru BK sebagai berikut:

¹²⁵ Rani, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (35-40)

¹²⁶ Nabila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (53-56)

¹²⁷ Bima, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (25-28)

¹²⁸ Azila, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (21-23)

“Proses belajar Ferlita sepengetahuan saya tidak ada berpengaruh ke dalam proses belajarnya tapi kami juga tidak tahu bagaimana pengaruh pastinya karena yang dapat memahami hal tersebut ialah anak saya sendiri. Namun alhamdulillah anak saya tetap bisa menjadi juara kelas di sekolahnya.”¹²⁹

“Pengaruh aktivitas mengisi waktu senggang mereka terhadap proses belajarnya menurut saya memiliki dampak yang baik tergantung dengan kegiatan yang mereka pilih. Siswa yang menjalankan kegiatan positif tentu akan mendapat banyak ilmu dan pengalaman dari apa yang mereka kerjakan. Begitu sebaliknya, siswa yang hanya menghabiskan kegiatan dengan kegiatan yang negatif, tentu tidak akan mendapatkan hasil belajar yang maksimal.”¹³⁰

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa kegiatan yang dilakukan dalam mengisi waktu senggang memiliki pengaruh yang signifikan pada proses belajar siswa. Kegiatan yang dilakukan dalam waktu senggang dapat memiliki dampak yang positif pada proses belajar siswa, terutama jika dilakukan dengan tepat dan terencana. Berbeda dengan hal sebaliknya, kegiatan negatif yang dilakukan tentu akan memberikan dampak yang negatif pula terhadap proses belajar bahkan kepada hasilnya yang tentu tidak maksimal.

Selain itu, peneliti juga mewawancarai pelatih ekstrakurikuler di SMAN 6 Kepahiang yaitu pelatih silat bernama Budi Andrian, hasil penelitian mengatakan:

“Menurut saya, Dafi memiliki kemampuan yang sangat baik dalam menghafal gerakan. Hal ini terbukti dari kemampuannya untuk menguasai sekitar 70% dari jurus tunggal baku IPSI dalam waktu yang relatif singkat. Ia menunjukkan kemampuan yang cepat dalam mempelajari dan mengingat setiap detail gerakan, yang merupakan indikator penting dalam pencapaian prestasi

¹²⁹ Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (20-23)

¹³⁰ Su'ainah, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (25-31)

dalam silat. Saat ini, yang perlu dilakukan Dafi hanyalah pematangan dan penyempurnaan jurus-jurus yang sudah dikuasainya, sehingga ia dapat mencapai tingkat penguasaan yang lebih tinggi dengan latihan yang konsisten dan fokus.”¹³¹

Dari hasil diatas dapat kita tarik kesimpulan bahwa kegiatan waktu senggang yang dilakukan dapat dikembangkan menjadi pengembangan diri yang sesuai dengan minat dan bakat siswa. Salah satu upaya pengembangan diri yaitu dengan menyalurkan kegiatan waktu senggang tersebut kepada program yang sudah ada, seperti menyalurkannya pada kegiatan ekstrakurikuler yang relevan. Apabila penyaluran kegiatan yang dilakukan sudah tepat, tentu akan menjadi sebuah prestasi jika dijalani dengan sungguh-sungguh.

Selanjutnya, peneliti juga mewawancarai orang tua dan guru BK terkait dengan peran mereka sebagai pendidik anak dan siswa. Hasil wawancara tersebut adalah sebagai berikut:

“Peran kami sendiri sebagai orang tua menjadi pendukung utama kegiatan yang dilakukan oleh anak kami agar anak kami itu dapat meningkatkan kemampuan yang ia miliki. Jadi kami sebagai orang tua hanya bisa mendukung dan memfasilitasi kegiatannya saja.”¹³²

“Peran saya sebagai guru BK adalah memberikan layanan terkait identifikasi minat dan bakat siswa, serta menyediakan informasi mengenai kegiatan produktif yang dapat dilakukan untuk mengisi waktu senggang sesuai dengan minat dan bakat siswa, serta bagaimana manajemen waktunya. Selain itu, sebagai guru BK, saya juga berusaha membantu memfasilitasi siswa dalam kegiatan yang mereka pilih agar kegiatan tersebut dapat membantu mengembangkan potensi yang ada pada diri mereka.”¹³³

¹³¹ Budi, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (12-20)

¹³² Astuti, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (24-27)

¹³³ Su'ainah, Kutipan wawancara tanggal 21 Mei 2024 (32-38)

Kutipan wawancara di atas menjelaskan bahwa pentingnya peran dari orang tua dan juga guru BK terkait pemanfaatan waktu senggang siswa hal ini agar pengembangan diri siswa dapat berjalan dengan baik sesuai dengan potensi, minat serba bakat yang mereka miliki. Dukungan juga diperlukan oleh siswa agar mereka lebih bersemangat menjalankan kegiatan tersebut.

C. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti dengan para informan penelitian, peneliti dapat menyusun analisis yang berjudul "Pemanfaatan Waktu Senggang dalam Pengembangan Diri Siswa di SMAN 6 Kepahiang."

1. Jenis aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang dalam pemanfaatan waktu senggang

Berdasarkan data diatas, peneliti memperoleh informasi mengenai jenis aktivitas siswa, waktu kegiatan, manfaat pelaksanaan kegiatan, serta hambatan yang dihadapi dalam melaksanakan kegiatan waktu senggang.

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Dumazedier bahwa waktu senggang adalah kegiatan dimana individu dapat memanjakan dirinya atas keinginannya sendiri, baik sebagai sarana hiburan atau menambah pengetahuan baru dan kegiatan itu dilakukan diluar kegiatan wajib yang terikat dengan peraturan.

- a. Membaca, baik itu novel, cerpen, maupun bahan bacaan dari aplikasi membaca

- b. Latihan fisik seperti bermain futsal atau latihan silat.
- c. Menonton film, video, atau series sebagai kegiatan mengisi waktu senggang.
- d. Bermain *handphone* untuk *scrolling* media sosial atau bermain *game*

Kebanyakan siswa melaksanakan kegiatan waktu senggangnya di malam hari setelah menyelesaikan tugas sekolah, pada hari weekend, atau pada periode libur semester. Waktu yang berbeda-beda ini dipilih oleh siswa berdasarkan pada jenis kegiatan yang mereka lakukan. Siswa mengungkapkan bahwa kegiatan waktu senggang membawa manfaat bagi mereka. Misalnya, kegiatan membaca membantu mereka memperluas wawasan dan pengetahuan, sementara kegiatan olahraga membantu menjaga kebugaran fisik dan mengembangkan keterampilan bela diri. Kegiatan ini juga memberikan hiburan dan kesempatan untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka atau hanya sekedar hiburan semata. Dan siswa juga menghadapi berbagai hambatan seperti keterbatasan waktu, gangguan dari lingkungan sekitar, ketersediaan akses terhadap bahan atau tempat kegiatan, serta aspek kesehatan. Hambatan-hambatan ini menjadi tantangan yang perlu diatasi oleh siswa dalam memanfaatkan waktu senggangnya.

3. Alasan pemilihan aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang Kepahiang dalam pemanfaatan waktu senggang

Peneliti menggali alasan di balik pemilihan kegiatan siswa SMAN 6 Kepahiang dalam memanfaatkan waktu senggang mereka. Alasan-alasan tersebut mencerminkan kompleksitas kebutuhan, minat, dan dukungan orang tua dalam proses pengembangan diri siswa.

Siswa memilih kegiatan berdasarkan minat pribadi, seperti membaca untuk mengejar cita-cita atau memenuhi minat terhadap bahasa Inggris. Ada juga yang memilih kegiatan berdasarkan hobi, seperti bermain futsal atau latihan silat. Sementara itu, ada pula yang memilih kegiatan untuk mengembangkan keterampilan bela diri atau untuk menambah pengetahuan. Dan ada juga yang memilih kegiatan sebagai sarana hiburan dan beristirahat dari aktivitas sekolah dan lainnya sekedar melepas penat.

Faktor minat dan bakat juga mempengaruhi pemilihan kegiatan siswa. Banyak siswa yang memilih kegiatan yang sesuai dengan minat dan bakat mereka, seperti bermain futsal karena memiliki bakat di bidang tersebut atau membaca karena memang memiliki minat yang besar dalam literatur. Hal ini menunjukkan bahwa pemilihan kegiatan yang sesuai dengan minat dan bakat dapat meningkatkan kualitas waktu senggang siswa. Sebagian besar siswa mendapatkan dukungan penuh dari orang tua mereka, baik itu dalam bentuk semangat maupun dukungan materi. Dukungan ini memberikan motivasi dan rasa percaya diri kepada siswa, serta memastikan bahwa kegiatan yang dipilih adalah positif dan

mendukung perkembangan diri mereka. Dengan memahami alasan di balik pemilihan kegiatan ini, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang pentingnya pemanfaatan waktu senggang dalam mendukung perkembangan diri siswa.

4. Dampak aktivitas mengisi waktu terhadap pengembangan diri siswa SMAN 6 Kepahiang

Peneliti menjelaskan bagaimana perasaan yang dirasakan siswa, manajemen waktu, dan pengaruh kegiatan dalam waktu senggang terhadap proses belajar siswa SMAN 6 Kepahiang.

- a. Perasaan yang dirasakan siswa saat menjalani kegiatan senggang cenderung sama. Siswa merasa senang dan merasa bahwa kegiatan tersebut merupakan hobi yang juga dapat melepas penat. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan yang diminati dapat memberikan kepuasan emosional dan meningkatkan mood secara keseluruhan.
- b. Manajemen waktu siswa dalam mengisi waktu senggang sudah terlihat baik bagi yang menjalankan kegiatan dengan baik. Mereka mampu mengatur waktu dengan memprioritaskan tugas sekolah terlebih dahulu sebelum melanjutkan kegiatan lain. Dengan demikian, siswa dapat menghindari kerepotan dan tetap produktif dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Namun ada pula siswa yang belum dapat memamanajemen waktunya, hal ini disebabkan karena mereka masih kebingungan akan kegiatan yang mereka lakukan dan juga akibat terlalu terlena dengan kegiatan yang mereka lakukan tersebut.

- c. Proses belajar pengaruh yang signifikan pada proses belajar siswa. Kegiatan yang dilakukan dengan tepat dan terencana dapat membantu siswa dalam mengikuti pembelajaran dengan lebih baik. Begitupula dengan kegiatan yang tidak tepat akan membuat siswa terbuai dan terlena, dengan begitu mereka malah mengabaikan kewajiban mereka sebagai siswa.

Dengan demikian, pemahaman tentang perasaan siswa, manajemen waktu yang baik, dan pengaruh kegiatan dalam waktu senggang terhadap proses belajar dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang pentingnya pemanfaatan waktu senggang dalam mendukung perkembangan diri siswa.

Peran orang tua dan guru Bk serta sekolah juga sangat penting terhadap pemanfaatan waktu senggang siswa. Hal ini diupayakan agar siswa tidak mensia-siakan waktu yang mereka miliki. Sekolah sebaiknya juga ikut memberikan fasilitas yang dapat menunjang kegiatan siswa dalam memanfaatkan waktu senggangnya sebagai wadah mereka mengembangkan kemampuan diri, minat serta bakat yang mereka miliki agar lebih optimal lagi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah peneliti lakukan mengenai pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa di SMAN 6 Kepahiang, dapat peneliti ambil kesimpulannya sebagai berikut:

1. Jenis aktivitas siswa SMAN 6 Kepahiang dalam memanfaatkan waktu senggangnya sangat bervariasi, mulai dari membaca, baik secara langsung melalui buku maupun melalui berbagai platform media sosial. Selanjutnya yaitu bermain handphone guna mengakses berbagai aplikasi untuk belajar seperti duolingo atau digunakan untuk mengakses film/series serta digunakan untuk sekedar melihat-lihat media sosial dan bermain game sebagai sarana hiburan. Kemudian yaitu latihan fisik, bermain futsal dan juga latihan silat. Kegiatan biasanya dilakukan di malam hari atau pada saat weekend tergantung kegiatan yang dilakukannya.
2. Alasan yang mendasari pemilihan aktivitas siswa tersebut didorong oleh berbagai faktor, yaitu diantaranya faktor hobi, motivasi diri, minat dan bakat. Pentingnya pemberian perhatian dan dukungan yang tepat dari lingkungan keluarga dapat mengoptimalkan pemanfaatan waktu senggang tersebut untuk pengembangan diri siswa.
3. Dampak yang dapat dirasakan siswa setelah memanfaatkan waktu senggangnya yaitu siswa merasa senang/*happy*, siswa yang memanfaatkan

waktu senggangnya dengan kegiatan yang produktif memiliki manajemen waktu yang baik, sehingga hal tersebut berpengaruh baik terhadap proses belajarnya. Sebaliknya, siswa yang memanfaatkan waktu senggangnya dengan kegiatan yang kurang produktif belum dapat memanajemen waktunya dengan baik sehingga melalaikan tugas wajibnya, yang mana hal itu berpengaruh buruk pula kepada proses belajarnya.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah peneliti lakukan mengenai pemanfaatan waktu senggang dalam pengembangan diri siswa di SMAN 6 Kepahiang, disini peneliti memberikan saran yang ditujukan:

1. Kepada Sekolah, guru BK serta orang tua diharapkan dapat bekerja sama untuk mengungkapkan minat serta bakat siswa dan bagaimana minat dan bakat tersebut dapat tersalurkan untuk mengisi waktu senggang.
2. Kepada Sekolah agar dapat memberikan fasilitas yang dapat menunjang aktivitas siswa dalam mengembangkan dirinya dan Guru BK dapat memberikan pemahaman kepada siswa dalam bentuk layanan yang membantu siswa dapat lebih memahami mengenai kegiatan apa saja yang dapat dilakukan siswa dalam pemanfaatan waktu senggangnya.
3. Untuk siswa agar dapat memanfaatkan waktu senggangnya dengan kegiatan yang produktif untuk dapat membantu mengembangkan diri menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhamuddin, *Politik Kebijakan Pengembangan Kurikulum Di Indonesia*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019)
- Anak Agung Putri Maharani, I. Nyoman Suparsa, dan Kadek Maysi, “Pemanfaatan waktu luang pada anak-anak di desa dauh puri kauh di masa pandemi covid-19,” dalam *Prosiding Seminar Regional Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020*, 2020, <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/ProsidingCovid-19/article/view/1988> .
- Angga Pratama, “Peran guru BK dalam membantu perencanaan pengembangan karier siswa melalui layanan informasi,” *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI)* 4, no. 2 (2023), Hlm.
- Ari Setiyani. (2012). Mengisi Waktu Senggang Pada Siswa SMA Negeri 1 Ngeplak. *Jurnal Waktu Senggang*, Hal. 17
- Arief, Miftah, *Pendidikan Pengembangan Diri Melalui Pembiasaan: Optimalisasi Pendidikan Pembiasaan & Psikologi Perkembangan*, (Jawa Timur: Literasi Nusantara, 2020), hlm. 28
- Asad, Yusuf Michael, *Sukses Bersama Waktu*, (Jakarta: Cendikia Sentra Muslim, 2003)
- Aswandi, “Realitas Komodifikasi Waktu Senggang,” *Ad-Dariyah: Jurnal Dialektika, Sosial dan Budaya* 2, no. 2 (27 Desember 2021): 79–94, <https://doi.org/10.55623/atd.v2i2.84>.
- Azur Aini Harahap, Fauziah Nasution, dan S. Irwan, “Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Membimbing Manajemen Waktu Mengerjakan UKBM (Unit Kegiatan Belajar Mandiri) Di MAN 3 Medan,” *PEMA (JURNAL*

PENDIDIKAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT) 3, no. 2
(2023): 10–18.

Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008)

Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 9-14.

George Torkildsen, *Leisure and Recreation Management*, 5th ed. (Britania Raya: Routledge: Taylor and Francis Geoup, 2005).

Henni Syafriana Nasution dan Abdillah Abdillah, *Bimbingan Konseling: Konsep, Teori Dan Aplikasinya* (Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI), 2019).

I. Made Mahaardhika dkk., “Pengembangan potensi diri dan perencanaan karir siswa SMK PGRI 3 Denpasar melalui bimbingan karir,” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Widya Mahadi* 3, no. 1 (2022): hlm. 189.

Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), h. 143

Ina Magdalena, Fitri Ramadanti, dan Nurul Rossatia, “Upaya pengembangan bakat atau kemampuan siswa sekolah dasar melalui ekstrakurikuler,” *Bintang : Jurnal Pendidikan dan Sains* 2, no. 2 (2020): 230–43.

Inayatur Arifiyanti dan Purwanita Setijanti, “Ruang publik sebagai optimalisasi pengembangan diri remaja dengan pendekatan psikologi arsitektur: Surabaya Youthcenter,” *Jurnal Sains dan Seni ITS* 10, no. 2 (2022): G60.

Lexy. J Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*.(Bandung; Remaja Rosdakarya, 1993), Hal. 4

- M Miftah Arief, *Pendidikan Pengembangan Diri Melalui Pembiasaan* (Jawa Timur: Literasi Nusantara, 2020).
- M. Nasir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Galia Indonesia, 1998), h. 122
- M. Rosyid Alfazani, “Faktor pengembangan potensi diri: Minat/kegemaran, lingkungan dan self disclosure (Suatu kajian studi literatur manajemen pendidikan dan ilmu sosial),” *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 2, no. 2 (2021): 586–97.
- Melda Krisna Dasvita, *Pemanfaatan Waktu Senggang Bagi Peserta Didik Di SMA Pratiwi 1 Padang*. *Jurnal Waktu Senggang*
- Merita Irby & Joel Tolman. *Rethinking Leisure Time: Expanding Opportunities for Young People & Communities*. World Youth Report 2003.
- Moh Kasiram, *Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*, (Malang: UIN Malang Press: 2008), Hal. 151.
- Moh Takwil, “Model program pengembangan diri dalam mengembangkan potensi siswa di sekolah menengah pertama negeri 3 peterongan jombang,” *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam* 10, no. 2 (2020): 151.
- Muhaimin, dkk, *Pengembangan Model Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pada Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008).
- Muji Lestari dan Dita Yuliasrid, “Pemanfaatan Waktu Senggang Untuk Aktivitas Rekreasi Bagi Karang Taruna Desa Tahunan Kecamatan Sale Kabupaten Rembang” 09, no. 03 (2021).
- Nadia Afrila Yolani, Tri Umari, dan Khairiyah Khadijah, “Pemanfaatan Waktu Luang Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siswa SMA N Bernas Provinsi Riau,” *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* 4, no. 6 (2022): 10799–807.

Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling*.

Nawijn & Veenhoven. *Happiness Through Leisure*. Positive Leisure Science: From Subjective Experience to Social Contexts, DOI 10.1007/978-94-007-5058-6_11, Springer Science+Business Media Dordrecht 2013, chapter 11, p 193-209.

Nur Ina Fildzha Zahia dan Wahyu Hidayat, “Pemanfaatan Waktu Luang Peserta Didik Kelas IX Di Luar Jam Sekolah Dalam Meningkatkan Kemampuan BTQ,” *Dialektika: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2, no. 1 (2023): 19–30.

PPM School Of Management. (2023, 30 Maret). Manfaat Pengembangan Diri. 28 Maret 2024, <https://ppmschool.ac.id/manfaat-pengembangan-diri/>

Pusat Kurikulum Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Nasional, Model dan Contoh Pengembangan Diri Sekolah Menengah Pertama (Jakarta: Departement Pendidikan Nasional, 2007),

Rika Sari Nuuryanti, Rahmadi Rahmadi, dan Syamsul Arifin, “Pemanfaatan waktu luang di luar jam sekolah pada peserta didik sekolah menengah pertama negeri di kabupaten barito kuala,” *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 3, no. 1 (2022): 14.

Riyanto, “Metodologi Penelitian Pendidikan“, (Cet. Ke II.), (Surabaya: SIC,2001), h. 23

Siti Umi Hanifah dan Amika Wardana, “Perubahan Cara Pemanfaatan Waktu Senggang Mahasiswa Alumni Pondok Pesantren Di Yogyakarta,” *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi* 11, no. 2 (2022): 75–83.

Sofan Amri, *Peningkatan Mutu Pendidikan Sekolah Dasar dan Menengah dalam Teori Konsep dan Analisis*, (Jakarta: PT.Prestasi Pustakarya, 2013), hlm.211.

- Sri Setyaningsih, Marhaeni Dwi Satyarini, dan Eko Heri Widiastuti, "Pemanfaatan Waktu Senggang pada Liburan dengan Kegiatan Produktif bagi Pelajar," *Manggali* 4, no. 1 (2024): 168–76.
- Stebbins, R. A. (2015). *Serious leisure: A perspective for our time*. Transaction Publishers.
- Sudirman Anwar, *Management Of Students Development (Perspektif Al-Qur'an & As-Sunnah)*, (Riau: Yayasan Indragiri, 2015
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabet, 2020
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013
- Tarsis Tarmudji, *Pengembangan Diri*, (Yogyakarta: Liberty Yogyakarta, 1998),
- Uksan, Arifuddin, *Pendidikan Karakter Bangsa Dan Bela Negara*, (CV Jejak: Jejak Publisher, 2022), hlm 144-145
- Windy Novia Sari dkk., "Proses Pengembangan Diri Dalam Aspek Pendidikan," *Sindoro: Cendikia Pendidikan* 2, no. 5 (2024): 21–30.
- Yunus Aris Wibowo dkk., "Pengembangan Bakat dan Kreativitas Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler di MI Muhammadiyah Sabrang Lor, Trucuk, Klaten," *Buletin KKN Pendidikan* 2, no. 1 (2020): 1–7.

L
A
M
P
I
R
A
N



KEMENTERIAN AGAMA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
 FAKULTAS TARBIYAH
 PRODI BIMBINGAN KONSELING DAN PENDIDIKAN ISLAM

Jl. DR. A.K. Gani No. 01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010 - 21759 Fax. 21010 Curup email : iaincurup.ac.id



BERITA ACARA SEMINAR LAPORAN

Pada hari ini Sabtu tanggal 8 bulan 7 tahun 2023 telah dilaksanakan seminar Proposal mahasiswa Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam IAIN Curup. Adapun Pelaksanaan Seminar proposal judul atas nama sebagai berikut :

Nama : Linda Saffitri
 Nim : 20641025
 Judul Proposal :
Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Dampak Psikologis Anak Akibat Orang Tua Yang Berpecah

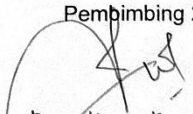
Berdasarkan penilaian dari pembimbing 1, pembimbing 2, maka proposal judul mahasiswa tersebut di atas dinyatakan **LAYAK/TIDAK LAYAK***, dengan **ADA/TIDAK ADA*** revisi sebagai berikut :

1. Latar belakang diperbaiki dan ditambahkan fenomenanya.
2.
3.
4.
5.

Curup, 8 - Juli - 2023
 Mengetahui

Ketua Prodi

 Febrina Syah, M.Pd
 Nip. 19900204 201903 1 006

Pembimbing 2

 Dr. Dina Hayya Pustianty, M.Pd-Fons
 Nip. 198210022006042002



KEMENTERIAN AGAMA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
 FAKULTAS TARBIYAH
 PRODI BIMBINGAN KONSELING DAN PENDIDIKAN ISLAM



Jl. DR. A.K. Gani No. 01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010 - 21759 Fax. 21010 Curup email : iaincurup.ac.id

BERITA ACARA SEMINAR LAPORAN

Pada hari ini Jumat..... tanggal 7 bulan 7..... tahun 2023 telah dilaksanakan seminar Proposal mahasiswa Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam IAIN Curup Adapun Pelaksanaan Seminar proposal judul atas nama sebagai berikut :

Nama : Linda Sufitri

Nim : 20641025

Judul Proposal :

Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Dampak Psikologis Anak Akibat Orang Tua Yang Berpisah.


Berdasarkan penilaian dari pembimbing 1 / pembimbing 2, maka proposal judul mahasiswa tersebut di atas dinyatakan **LAYAK/TIDAK LAYAK***, dengan **ADA/TIDAK ADA*** revisi sebagai berikut :

1. Revisi Judul (Peran → Strategi) dan (Orang Tua Yang Berpisah → Broken Home)
2. Menambah Rumusan Masalah
3. Latir Belakang
4. Observasi Ulang
5. Ganti judul

Curup 7 Juni 2023
 Mengetahui

Ketua Prodi

 N. S. Syah, M.Pd
 NIP. 204 201903 1 006

Pembimbing 1

 Dr. Dewi Purnama Sari, M.Pd.
 Nip. 1975 0919 2005 01 2004





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
FAKULTAS TARBIYAH**

Alamat : Jalan DR. A.K. Gani No 1 Kotak Pos 108 Curup-Bengkulu Telpn. (0732) 21010
Fax. (0732) 21010 Homepage <http://www.iaincurup.ac.id> E-Mail : admin@iaincurup.ac.id

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS TARBIYAH

Nomor : 186 /In.34/FT/PP.09/03/2024

- Tentang
PENUNJUKAN PEMBIMBING I DAN 2 DALAM PENULISAN SKRIPSI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran penulisan skripsi mahasiswa, perlu ditunjuk dosen Pembimbing I dan II yang bertanggung jawab dalam penyelesaian penulisan yang dimaksud ;
b. Bahwa saudara yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diserahi tugas sebagai pembimbing I dan II ;
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional ;
2. Peraturan Presiden RI Nomor 24 Tahun 2018 tentang Institut Negeri Islam Curup;
3. Peraturan Menteri Agama RI Nomor : 30 Tahun 2018 tentang Organisasi dan Tata Kerja Institut Agama Islam Negeri Curup;
4. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 184/U/2001 tentang Pedoman Pengawasan Pengendalian dan Pembinaan Program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana di Perguruan Tinggi;
5. Keputusan Menteri Agama RI Nomor 019558/B.II/3/2022, tanggal 18 April 2022 tentang Pengangkatan Rektor IAIN Curup Periode 2022 - 2026.
6. Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Islam Nomor : 3514 Tahun 2016 Tanggal 21 oktober 2016 tentang Izin Penyelenggaraan Program Studi pada Program Sarjana STAIN Curup
7. Keputusan Rektor IAIN Curup Nomor : 0317 tanggal 13 Mei 2022 tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Curup.
- Memperhatikan** : 1. Surat Permohonan Penerbitan SK Pembimbing An. Linda Safitri
2. Berita Acara Seminar Proposal Pada Hari Jum'at, 07 Juli 2023

MEMUTUSKAN :

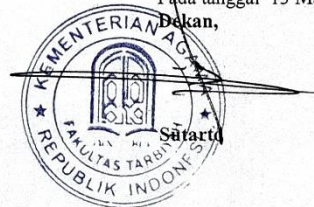
- Menetapkan**
Pertama : 1. **Dr. Dewi Purnama Sari, M.Pd** NIP. 19750919 200501 2 004
2. **Dina Hajja Ristianti, M.Pd.Kons** NIP. 19821002 200604 2 002

Dosen Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup masing-masing sebagai Pembimbing I dan II dalam penulisan skripsi mahasiswa :
N A M A : Linda Safitri
N I M : 20641025
JUDUL SKRIPSI : Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang Siswa di SMAN 6 Kepahiang

- Kedua** : Proses bimbingan dilakukan sebanyak 12 kali pembimbing I dan 12 kali pembimbing II dibuktikan dengan kartu bimbingan skripsi ;
- Ketiga** : Pembimbing I bertugas membimbing dan mengarahkan hal-hal yang berkaitan dengan substansi dan konten skripsi. Untuk pembimbing II bertugas dan mengarahkan dalam penggunaan bahasa dan metodologi penulisan ;
- Keempat** : Kepada masing-masing pembimbing diberi honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku ;
- Kelima** : Surat Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya ;
- Keenam** : Keputusan ini berlaku sejak ditetapkan dan berakhir setelah skripsi tersebut dinyatakan sah oleh IAIN Curup atau masa bimbingan telah mencapai 1 tahun sejak SK ini ditetapkan ;
- Ketujuh** : Apabila terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini, akan diperbaiki sebagaimana mestinya sesuai peraturan yang berlaku ;

Ditetapkan di Curup,
Pada tanggal 13 Maret 2024

Dekan,



- Tembusan :
1. Rektor
 2. Bendahara IAIN Curup;
 3. Kabag Akademik kemahasiswaan dan kerja sama;
 4. Mahasiswa yang bersangkutan;



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP

Jalan AK Gani No. 01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010-21759 Fax. 21010
Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: admin@iaincurup.ac.id Kode Pos 39119

DEPAN

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA	: Linda Saffri
NIM	: 20041025
PROGRAM STUDI	: Bimbingan Konseling dan Pendidikan Islam (BKPI)
FAKULTAS	: Tarbiyah
DOSEN PEMBIMBING I	: Dr. Dewi Purnamasari, M.Pd.
DOSEN PEMBIMBING II	: Dr. Dina Halia Ristianti, M.Pd.Kons.
JUDUL SKRIPSI	: Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang siswa SMAN 6 Kepahiang
MULAI BIMBINGAN	:
AKHIR BIMBINGAN	:

NO	TANGGAL	MATERI BIMBINGAN	PARAF PEMBIMBING
1.	11-03-2024	Latar Belakang	/
2.	15-03-2024	Fokus Penelitian	/
3.	16-04-2024	Outline Bab 2	/
4.	26-03-2024	Tinjauan Pustaka	/
5.	29-04-2024	Instrumen penelitian	/
6.	07-05-2024	Ace pedoman wawancara	/
7.	13-06-2024	Verbatim, rekaman wawancara	/
8.	14-06-2024	Analisis data	/
9.	15-06-2024	Interpretasi data	/
10.	20-06-2024	Penyajian data	/
11.	24-06-2024	Pembahasan, Kesimpulan dan saran	/
12.	25-06-2024	Abstrak, Ace ujian	/

KAMI BERPENDAPAT BAHWA SKRIPSI INI SUDAH
DAPAT DIAJUKAN UJIAN SKRIPSI IAIN CURUP,

PEMBIMBING I,

Dr. Dewi Purnamasari, M.Pd
NIP. 19790919 200501 2 004

CURUP, 25-06-2024
PEMBIMBING II,

Dr. Dina Halia Ristianti, M.Pd.Kons
NIP. 19821002 200604 2 002

- Lembar Depan Kartu Bimbingan Pembimbing I
- Lembar Belakang Kartu Bimbingan Pembimbing II
- Kartu ini harap dibawa pada setiap konsultasi dengan Pembimbing I dan Pembimbing II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP

Jalan AK Gani No. 01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010-21759 Fax. 21010
 Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: admin@iaincurup.ac.id Kode Pos 39119

BELAKANG

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA	: Linda Safitri
NIM	: 20641025
PROGRAM STUDI	: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
FAKULTAS	: Tarbiyah
PEMBIMBING I	: Dr. Dewi Purnamasari, M.pd.
PEMBIMBING II	: Dr. Dina Haliza Ristanti, M.Pd.Kons.
JUDUL SKRIPSI	: Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang siswa SMA/MA C Keparahi
MULAI BIMBINGAN	:
AKHIR BIMBINGAN	:

NO	TANGGAL	MATERI BIMBINGAN	PARAF
1.	15-3-2024	Latar Belakang	
2.	24-4-2024	BAB 1	
3.	03-05-2024	Instrumen Penelitian	
4.	11-06-2024	BAB 11	
5.	15-06-2024	Hasil Penelitian	
6.	14-06-2024	Pembahasan	
7.	19-06-2024	Penyajian data	
8.	20-06-2024		
9.	21-06-2024		
10.	24-06-2024	Respon dan Saran	
11.	25-06-2024	Abstrak	
12.	25-06-2024	Acc. Ujian	

KAMI BERPENDAPAT BAHWA SKRIPSI INI
 SUDAH DAPAT DIAJUKAN UJIAN SKRIPSI IAIN
 CURUP

PEMBIMBING I,

Dr. Dewi Purnamasari, M.pd.
 NIP. 19750919 200501 2 004

CURUP,202

PEMBIMBING II,

Dr. Dina Haliza Ristanti, M.Pd.Kons
 NIP. 19821002 200604 2 002



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
FAKULTAS TARBIYAH

Jln. Dr. AK Gani No.01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010-21759 Fax.21010
Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: admin@iaincurup.ac.id Kode Pos 39119

Nomor : 527 /In.34/FT/PP.00.9/05/2024
Lampiran : Proposal dan Instrumen
Hal : Permohonan Izin Penelitian

08 Mei 2024

Kepada Yth. Kepala CABDIN Cabang II Kabupaten Kepahiang

Assalamualaikum Wr, Wb

Dalam rangka penyusunan skripsi S.1 pada Institut Agama Islam Negeri Curup :

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Fakultas/Prodi : Tarbiyah / Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang dalam Pengembangan Diri Siswa di SMAN 6
Kepahiang
Waktu Penelitian : 08 Mei s.d 08 Juli 2024
Tempat Penelitian : SMAN 6 Kepahiang

Mohon kiranya Bapak berkenan memberi izin penelitian kepada Mahasiswa yang bersangkutan.
Demikian atas kerjasama dan izinnya diucapkan terimakasih

KEMENTERIAN AGAMA
Wakil Dekan I,

Dr. Sakut Anshori, S.Pd.I., Hum
NIP. 19811020 200604 1 002

Tembusan : disampaikan Yth :

1. Rektor
2. Warek 1
3. Ka. Biro AUAK
4. Arsip



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 6 KEPAHIANG**

TERAKREDITASI "A" BAN-SM : 2022
JALAN LINTAS KEPAHIANG-CURUP DESA TABA MULAN KEC. MERIGI KAB. KEPAHIANG KODE POS 39371
Web : www.sman6kepahiang.sch.id Email : sman6kepahiang@gmail.com

Nomor : 421.3.07/07L/SMAN6/KPH/V.2024
Lampiran : 1 Berkas
Perihal : Balasan Permohonan Surat Izin Penelitian

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Institut Agama Islam Negeri Curup
Di
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan surat dari Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan Cabang Dinas Pendidikan Wilayah VII Kepahiang Nomor : 420/210/Cabdinwil.VII/2024 berkenaan dengan Surat Rekomendasi penelitian ke SMAN 6 Kepahiang, maka dengan ini kami memberikan izin untuk melaksanakan Penelitian guna penyusunan Skripsi Kepada :

Nama : Linda Safitri
NPM : 20641025
Fakultas/Prodi : Tarbiyah / Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Penelitian : Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang dalam Pengembangan Diri Siswa di SMAN 6 Kepahiang

Demikian surat ini dibuat dengan sebenarnya, dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepahiang, 21 Mei 2024
Kepala SMA Negeri 6 Kepahiang

Rennu Yourneli. A. S.Pd., M.Pd
NIP. 197007231997022001





PEMERINTAH KABUPATEN KEPAHIANG
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jalan Kolonel Santoso No. 325 Kelurahan Kampung Pensiunan Kepahiang Kode Pos 39372
Website: www.dpmpstsp.kepahiangkab.go.id

IZIN PENELITIAN

Nomor : 500.16.7/0521-Pen/DPMPSTSP/2024

DASAR :

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
2. Peraturan Bupati Kabupaten Kepahiang Nomor 1 Tahun 2020 tentang Perubahan Ketiga Atas Peraturan Bupati Kepahiang Nomor 25 Tahun 2016 tentang Struktur Organisasi Perangkat Daerah Kabupaten Kepahiang (Berita Daerah Kabupaten Kepahiang Tahun 2020 Nomor 1);
3. Peraturan Bupati Kepahiang Nomor 12 Tahun 2022 tentang Pendelegasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko dan Nonperizinan kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Kepahiang;
4. Surat dari Wakil Dekan I Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Curup Nomor : 527/In.34/FT/PP.00.9/05/2024 Tanggal 8 Mei 2024 Hal Permohonan Izin Penelitian.

DENGAN INI DIBERIKAN IZIN PENELITIAN KEPADA :

Nama : LINDA SAFITRI
NPM : 20641025
Pekerjaan : Mahasiswa
Lokasi Penelitian : SMAN 6 Kepahiang
Waktu Penelitian : 08 Mei 2024 s.d 08 Juli 2024
Tujuan : Melakukan Penelitian
Judul Proposal : Analisis Pemanfaatan Waktu Senggang dalam Pengembangan Diri Siswa di SMAN 6 Kepahiang
Penanggung Jawab : Wakil Dekan I Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Curup
Catatan : 1. Agar menyampaikan Surat Izin ini kepada Camat setempat pada saat melaksanakan penelitian.
2. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
3. Setelah selesai melaksanakan kegiatan berdasarkan Surat Izin ini agar melaporkan hasilnya secara tertulis kepada Bupati Kepahiang cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Kepahiang.
4. Izin Penelitian ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat izin ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut diatas.

Dikeluarkan di : Kepahiang
Pada Tanggal : 8 Mei 2024



Ditandatangani secara elektronik oleh :
KEPALA DINAS,
ELVA MARDIANA, S.IP., M.Si.
Pembina Utama Muda, IV/c
NIP. 19690526 199003 2 005

Tembusan disampaikan Kepada yth:

1. Bupati Kepahiang (sebagai laporan)
2. Kepala Badan Kesbangpol Kabupaten Kepahiang
3. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Kepahiang
4. Camat Wilayah Tempat Penelitian

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : *Ti Akub*
Jabatan : *Siswa Orang tua*
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber



Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : AHMAO DATI LIANSAH
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber



Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Suci Ramadani
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang


Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber


Suci Ramadani

Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : NADILLA
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber



NADILLA

Peneliti



Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah


Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Nabilo Auranita
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber


Nabilo Auranita

Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri

NIM : 20641025

Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Danil Aden Putra

Jabatan : Siswa

Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber


Danil Aden Putra

Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah


Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Haizar Poni
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber


Haizar Poni

Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : *Ari Rahma*
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber

Ari

Peneliti

Linda Safitri
Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Su'ainah, S. Pd. I, M. Pd
Jabatan : Guru Bimbingan Konseling
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Mengetahui,
Narasumber



Su'ainah, S. Pd. I, M. Pd
NIP. 197412092008042001

Peneliti



Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : *Fertika Sari Astuti*
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang


Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber



Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : *Fathia*
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber



Fathia

Peneliti



Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : AZILA
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber



AZILA

Peneliti



Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Bima
Jabatan : Siswa
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber

Bima
Bima

Peneliti

Linda Safitri
NIM. 20641025

BUKTI PELAKSANAAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Linda Safitri
NIM : 20641025
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dengan

Nama : Budi Andrean
Jabatan : Pelatih Silat
Sekolah : SMAN 6 Kepahiang

Dalam rangka pengumpulan data-data yang dianggap perlu dan dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir guna memperoleh gelar Starta 1 (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Kepahiang, Mei 2024

Narasumber


Budi Andrean

Peneliti


Linda Safitri
NIM. 20641025



Ahmad Dafi Liansah

Mewakili sekolah dalam lomba Silat yang diadakan oleh POPDA (pekan olahraga pelajar daerah) di GOR Kepahiang







PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

SERTIFIKAT

Nomor : 002.6/2348 /Dikbud/2023

Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu dengan ini memberikan Penghargaan kepada:

Nama : Haizar Rani
NISN :
Asal Sekolah : SMAN 6 KEPAHANG

Atas Partisipasinya sebagai Peserta Lomba Debat Bahasa Indonesia (LDBI) SMA/MA Tingkat Provinsi yang dilaksanakan pada tanggal 15 s.d 17 Mei 2023.

Bengkulu, 17 Mei 2023

Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan
Provinsi Bengkulu



**MERDEKA
BELAJAR**



POSTERISAN, S.E., M.Si
NIP. 19750201 200604 1 007



**PIAGAM
PENGHARGAAN**

diberikan kepada :

Haizar Rani

Sebagai :

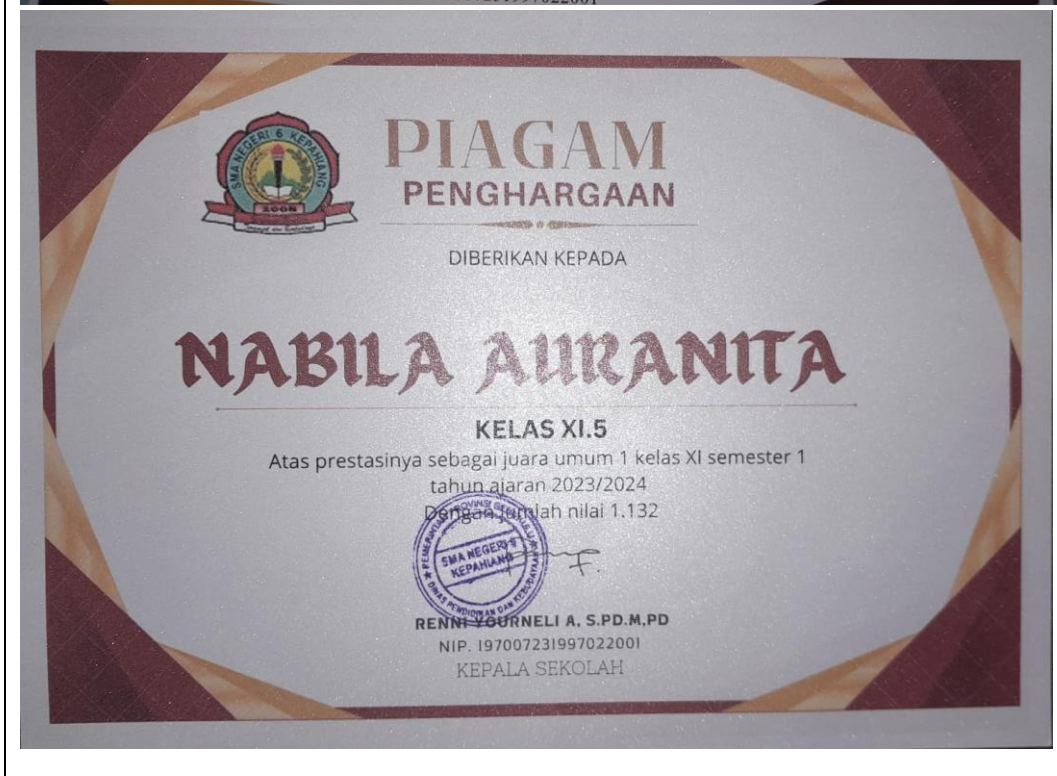
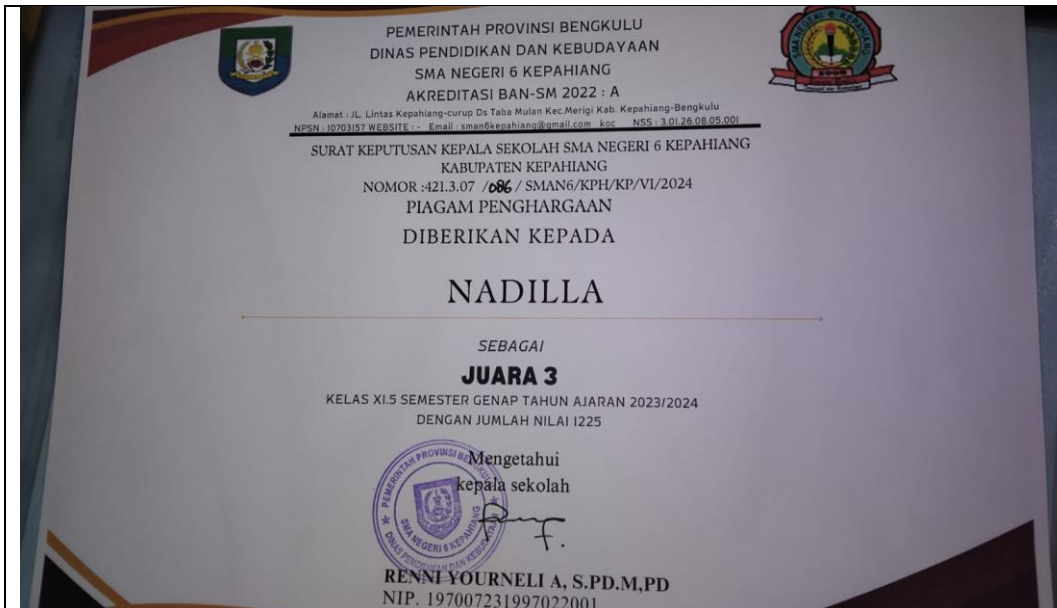
Juara 2

Kelas X2 Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2022/2023
Dengan Jumlah Nilai 1.009



Renni Youneli A, M.Pd
Kepala Sekolah













Wawancara dengan Danil



Wawancara dengan Dafi



Wawancara dengan Aril



Wawancara dengan Ferlita



Wawancara dengan Nabila



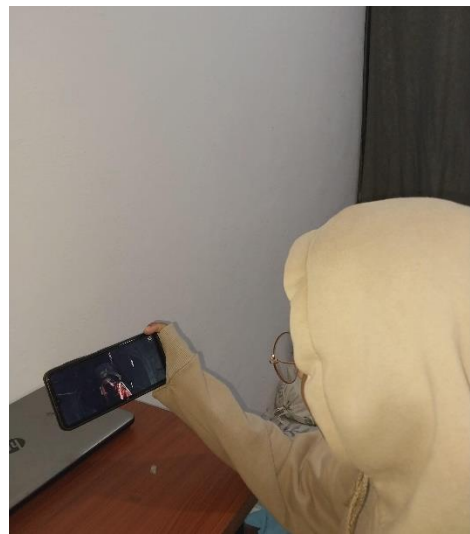
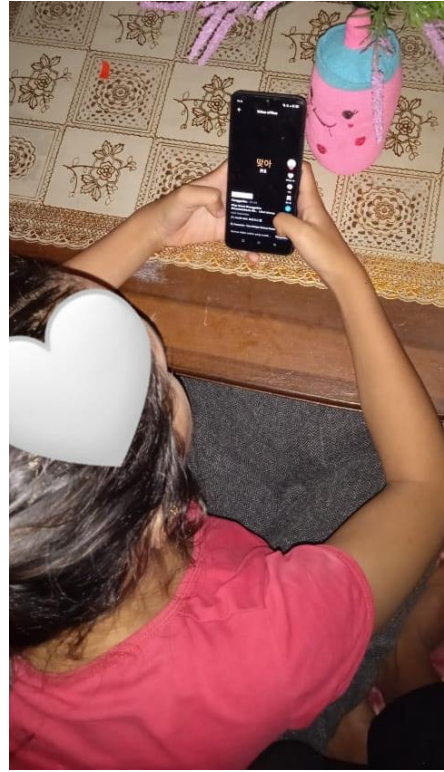
wawancara dengan Nadilla



Wawancara dengan Suci



Wawancara dengan Rani





APLIKASI-APLIKASI YANG DIGUNAKAN SISWA



Duolingo: Belajar Bahasa

Duolingo

Berisi iklan • Pembelian dalam apl



X

X Corp.

Berisi iklan • Pembelian dalam apl



LINE WEBTOON - Temukan Kisahmu

NAVER WEBTOON

Berisi iklan • Pembelian dalam apl



TikTok

TikTok Pte. Ltd.

Pembelian dalam apl



Instagram

Instagram

Berisi iklan • Pembelian dalam apl



YouTube

Google LLC

Berisi iklan • Pembelian dalam apl



Mobile Legends: Bang Bang

Moonton

Pembelian dalam apl



Facebook

Meta Platforms, Inc.

Berisi iklan • Pembelian dalam apl



Wattpad - Baca & Tulis Cerita

Wattpad.com

Berisi iklan • Pembelian dalam apl

Ferlita Sari Astuti (Siswa)

1. Ferlita biasanya menghabiskan waktu dengan membaca novel, kalo ga Ferlita
2. baca Alternate Universe (AU) di Twitter kalo ga di Tiktok, dan yang kedua
3. adalah membaca di Webtoon.

4. Fleksibel sih, bu. Kan pulang sekolahnya sore nah itu pulang istirahat dan
5. bebersih diri dulu. Habis magrib atau isya kan Ferlita belajar jadi pas sambil
6. belajar diseling baca gitu biar ga jenuh tapi kalo lagi ga belajar ya kapan
7. Ferlita ada waktu kosong disitu Ferlita baca, bu.

8. Biar ga gabut, terus dapat kata-kata yang bisa jadi motivasi, banyak sih,
9. supaya bisa jadi penulis juga karena suka baca buku, terus bisa punya banyak
10. pilihan kata yang bisa dipakai buat ngerangkai kalimat yang bagus

11. Hambatannya orang tua sering ngomel kalo Ferlita suka baca lama-lama
12. soalnya sampe buat Ferlita minus (mata). Habis itu ya keterbatasan waktu
13. soalnya banyak tugas yang harus dikerjakan, bu.

14. Karena Ferlita suka banget sama Mark (Artis NCT) terus marki itu pengen
15. jadi penulis tapi dia gabisa jadi penulis, karena Ferlita suka sama dia jadi
16. seenggaknya Ferlita bisa jadi penulis buat mewujudkan cita-cita Mark.

17. Engga ke bakat sih sebenarnya, Cuma memang minatnya Ferlita aja suka
18. baca. Kalo bakat mungkin kurang dibidang menulis, karena bakat Ferlita lebih
19. condong ke desain.

20. 50% sih, 50% nya lagi ga boleh buat baca karena dibatesin soalnya Ferlita
21. matanya minus (mata) gara-gara keseringan baca buku apalagi sering sama
22. tiduran kalo ga gelap-gelapan jadinya sering ga diizinin baca.

23. Ferlita selalu ngerasa senang, soalnya ferlita selalu baca cerita yang punya
24. akhir cerita bahagia (happy ending). Soalnya cerita yang punya happy ending
25. itu punya kesan memuaskan pas sesudah bacanya

26. Kalau kegiatan lain, kalau ada yang lebih priotitas daripada baca buku itu,
27. Ferlita bakal lakuin yang prioritas dulu baru baca buku. Kaya diwaktuin, 30
28. menit belajar, 30 menit baca buku, udah baca buku baru belajar lagi supaya ga
29. jenuh.

30. Baik, bu. tidak mengganggu karena kaya penjelasan di atas kalo Felita lebih
31. memili mengerjakan yang prioritas dulu jadi ga mengganggu sama sekali.
32. Bahkan untuk prestasi Ferlita pada semester sebelumnya Ferlita dapat
33. peringkat 1

Aril Rahma (Siswa)

1. Biasanya Aril mengisi waktu senggang itu dengan olahraga bu dan olahraga
2. yang Aril jalani itu bermain Futsal.

3. Kegiatan waktu senggang itu Aril lakukan pas weekend, hari Sabtu dan Minggu,
4. karena libur jadi punya banyak waktu senggang. Kalo ga pas ekstrakurikuler
5. hari Jumat atau kalau hari biasa itu kalo mendekati ada tournament aja.

6. Manfaatnya biar Aril bisa melatih skill (keterampilan) Aril agar menjadi lebih
7. baik lagi dibidang olahraga Futsal dan juga biar menjaga kebugaran tubuh Aril
8. biar tetap sehat lagi dengan rutin bermain futsal tersebut.

9. Hambatannya kan kalo sekarang sering hujan yo, bu. Jadi kadang Aril atau
10. kawan yang lain tu dak bisa datang pas jadwal latihan jadi sering kekurangan
11. pemain.

12. Hobi sih, bu. Karena Aril suka Futsal jadi Aril sering memanfaatkan kalo ada
13. waktu untuk main Futsal sekalian untuk melatih skill Futsal Aril biar makin
14. bagus, bu.

15. Futsal memang hobi yang paling Aril minati, Aril juga percaya bahwa Aril
16. memiliki bakat di bidang Futsal ini. Jadi setiap weekend kalo ado jadwal latihan
17. pasti Aril usahakan datang kecuali ado hal yang emg bikin Aril dk bisa datang.

18. Alhamdulillah, kegiatan Futsal Aril mendapatkan dukungan penuh dari orang
19. tua, bu. Mereka selalu memberikan semangat jadi Aril merasa lebih percaya
20. diri dan termotivasi untuk terus mengembangkan skill Aril di Futsal ini.

21. Capek sih, bu. Tapi Aril tetep seneng main Futsal, soalnya bagi Aril, Futsal
22. bukan cuma sekedar hobi, tapi jugo pelepas penat Aril dari pelajaran sekolah,
23. bu. Cek salah satu refreasing lah bu untuk Aril.

24. Kalau ngatur waktu dak terlalu susah si, bu. Kan sudah ado jadwal latihannya
25. di weekend atau jugo pas eksul hari jumat di sekolah. Jadi karno udah ado
26. jadwal, Aril bisa ngatur waktunya untuk Futsal jadi dak ganggu jam belajar
27. Aril.

28. Ga ganggu juga, bu. seperti penjelasan Aril tadi karna udah punyo jadwal jadi
29. dak ganggu belajarnya Aril. Walaupun nilai Aril dak sebgas itu tapi
30. Alhamdulillah pas, bu idak merosot.

Danil Ade Putra (Siswa)

1. Dalam mengisi waktu senggang, saya sering menghabiskan waktu dengan
2. membaca buku dan belajar.

3. Pas malam sudah ngerjain tugas atau memang pas gaada tugas atau kegiatan
4. lain lagi santai gitu biasanya akan belajar atau membaca buku.

5. Kegiatan tersebut merupakan hal yang baik dan bermanfaat. Selain dapat
6. pengetahuan baru juga bisa untuk menambah-nambah ilmu untuk persiapan di
7. masa yang akan datang

8. Biasanya ga ada terlalu banyak hambatan yang menghalangi jika kita
9. sungguh-sungguh mau. Selama kita memiliki kemauan dan tekad yang kuat,
10. insyaallah segala sesuatu bisa teratasi dengan baik. Jadi kita harus tetap
11. optimis dan pantang menyerah.

12. Melakukan kegiatan tersebut biasa saya karena sangat bermanfaat dan saya
13. melakukannya dengan senang hati atau senang melakukan kegiatan tersebut.
14. Karena saya yakin bahwa setiap usaha dan waktu yang saya luangkan untuk
15. kegiatan tersebut akan membawa dampak positif bagi diri saya di masa depan.

16. Menurut saya sesuai dengan apa yang saya miliki atau bakat yang saya punya
17. dan kemampuan yang saya miliki tersebut

18. Terkadang ada salah satu dari kegiatan tersebut ada yang tidak mendapat
19. dukungan dari orang tua namun ada juga yang mendapat dukungan dari orang
20. tua. Misalnya dibidang kegiatan olahraga biasanya futsal kebanyakan orang
21. tua saya tidak mendukung saya melakukan kegiatan tersebut karena terlalu
22. banyak menghabiskan waktu. Namun kalau kegiata belajar di rumah orang tua
23. saya mendukung dan kegiatan-kegiatan lainnya

24. Setelah saya melakukan kegiatan tersebut, kemampuan-kemampuan yang saya
25. miliki akhirnya bisa terlihat dan bisa dilakukan untuk kedepannya. Tentunya
26. saya merasa senang setiap melakukan kegiatan apa saja maupun kegiatan yang
27. memang itu adalah minat saya

28. Biasanya saya membuat suatu jadwal emang ada untuk belajar ada juga untuk
29. bermain dan khusus untuk diri saya sendiri. Jadi sudah ada jadwalnya sendiri.

30. Menurut saya tidak terlalu terpengaruh, kalau sedang belajar ya belajar, kalau
31. ada kegiatan tetap melakukan kegiatan. Seimbang dengan apa yg sedang saya
32. lakukan. Untuk pertasi belajar alhamdulillah sejak saya SD , SMP dan SMA
33. alhamdulillah selalu mendapatkan juara kelas maupun juara umum dan juga
34. mendapatkan juara dibidang olahraga dan lainnya.

Ahmad Dafi Liansah (Siswa)

1. Saya mengisi waktu senggang biasanya dengan latihan silat dan terkadang jika
2. sedang ada film yang menarik maka saya akan menonton.

3. Saya biasanya berlatih silat di sore hari setelah pulang sekolah atau kapan
4. punya waktu kosong aja sih ga nentu. Kalo jadwal latihan rutin setiap hari
5. jumat pas ekstrakurikuler, sama jadwal lain 2 kali sebulan di luar hari jumat.

6. Manfaatnya banyak, untuk mengembangkan keterampilan bela diri dan
7. menjaga kebugaran tubuh. Selain itu, saya juga ingin mencapai prestasi di
8. bidang silat melalui kompetisi-kompetisi yang ada walaupun sampai saat ini
9. belum pernah menang.

10. Salah satu hambatannya pas latihan kadang banyak yang ga dateng, kaya
11. jumat kemaren itu Cuma 5 orang yang dateng. Jadi latihan yang dilakuin kan
12. ga efektif.

13. Saya memilih silat karena saya memang suka terhadap seni bela diri. Selain
14. itu, saya juga ingin memiliki keterampilan bela diri untuk menjaga diri dan
15. mengembangkan diri melalui kegiatan ini.

16. Ya, kegiatan memang dari kecil sudah minat silat. Saya selalu tertarik dengan
17. seni bela diri, dan setelah beberapa kali mencoba saya merasa memiliki bakat
18. di bidang ini.

19. Sangat sangat mendukung, sangat sangat disupport. Mereka selalu
20. memberikan saya semangat dan mendukung setiap latihan serta kompetisi
21. yang saya ikuti.

22. Setelah berlatih silat, saya merasa lebih tenang dan juga merasa senang
23. walaupun yang namanya kegiatan fisik pasti ngerasa capek ya, bu.

24. Saya memastikan untuk menyelesaikan tugas sekolah terlebih dahulu sebelum
25. berlatih, dan selalu mencoba memanfaatkan waktu senggang dengan baik.
26. Terlebih latihan silat saya mempunyai jadwal tersendiri jadi lebih teratur
27. latihannya, diluar jam latihan itu tidak menentu sesuai kondisi dan keinginan
28. saja

29. tidak sama sekali mengganggu proses belajar karena waktunya sudah terjadwal
30. dan terbagi serta tugas wajibnya sudah dikerjakan terlebih dahulu

Haizar Rani (Siswa)

1. Untuk mengisi waktu senggang terutama di rumah biasanya saya nonton Film
2. atau *youtube* yang menggunakan bahasa inggris, atau dengerin musik yang
3. bahasa inggris juga bu sama belajar di Duolingo (aplikasi belajar bahasa
4. inggris)

5. Kalau waktu berbeda-beda sih, bu. Untuk saya belajar lewat Duolingo itu
6. setiap hari biasanya pada malam hari, kalau untuk nonton film atau *youtube*
7. dan mendengarkan musik itu biasanya pas libur sekolah.

8. Jadi manfaatnya itu buat saya sendiri yaitu sebagai sarana saya refreshing dan
9. juga selain itu untuk membantu saya meningkatkan kemampuan berbahasa
10. inggris saya. Menambah kosakata bahasa inggris saya dan juga belajar cara
11. pengucapan bahasa inggris yang baik dan benar, dan melatih saya
12. mendengarkan orang mengucapkan bahasa inggris dengan gaya bicara (aksen)
13. yang berbeda-beda.

14. Hambatannya sendiri karena saya masih ditahap belajar, jadi karena kosakata
15. yang saya miliki belum sebanyak itu jadi kadang terganggu disana dan juga
16. kan di sebuah film itu seseorang kadang berbicaranya terlalu cepat jadi kadang
17. saya harus mengulang dibagian tertentu itu untuk tahu apa kalimat yang
18. sedang diucapkannya.

19. Alasan saya memilih kegiatan itu karena ingin menambah pengetahuan dan
20. kemampuan saya dibidang bahasa inggris ini. Dan cara yang saya lakukan kan
21. cukup beragam jadinya saya tidak cepat bosan, walaupun bosan saya akan
22. bergantian menggunakan cara lainnya yang saya sukai.

23. Iya pastinya, karena sesuatu yang saya lakukan sudah tentu saya minati dan
24. saya sangat ingin melakukan hal tersebut

25. Pastinya mendapat dukungan karena saya semangat belajar itu adalah karena
26. dukungan orang tua saya dan juga hal yang saya lakukan itu adalah kegiatan
27. yang baik jadinya tentu didukung

28. Yang saya rasakan setelah melakukan kegiatan tersebut adalah senang. Karena
29. saya bisa menonton film atau youtube dan juga mendengarkan musik
30. sekaligus belajar jadi menambah pengetahuan bahasa inggris saya dengan
31. menemukan kosakata baru.

32. Mengatur waktu tidak terlalu sulit karena memang melakukannya di waktu
33. senggang dan sudah dibagi waktunya agar tidak kerepotan. Yang pasti saya
34. akan mengerjakan tugas yang ada dahulu baru melakukan kegiatan tersebut.

35. Pengaruhnya sangat besar karena kegiatan pada waktu senggang tadi saya
36. banyak lakukan untuk belajar bahasa inggris jadi pengaruhnya sangat besar
37. dan menunjang pengetahuan Bahasa saya lebih banyak. Malah untuk prestasi
38. belajar semakin meningkat, dari kelas 10 saya berusaha untuk mempertahankan
39. nilai dan saya selalu menjadi juara kelas disetiap semester dan untuk nilai
40. bahasa inggris sendiri saya mengalami kenaikan disetiap semesternya.

Nabila Auranita (Siswa)

1. kegiatan yang lebih sering bila lakukan pas waktu senggang nonton film/series
2. bu. tapi saat bila udah ngerasa bosan bila juga ngalihin waktu senggang ke
3. baca-baca novel lewat aplikasi online bu

4. kalo untuk nonton film/series itu bener-bener di waktu senggang si bu soalnya
5. bila tipikal orang yang kalo nonton film emang harus duduk 2 jam gak suka
6. yang di pause-pause jadi bila emang nyari waktu senggang contohnya bila
7. suka nonton itu di hari-hari libur sekolah contohnya sabtu-minggu atau emang
8. saat libur sekolah panjang contohnya kayak libur semester bu, hari-hari kayak
9. gitu biasa bila habisin buat nonton sedangkan untuk baca-baca bukunya bila
10. lebih suka baca pas emang lagi ada jamkos di sekolah bu atau memang saat
11. udah pulang sekolah dan saat bila udah beresin semua tugas jadi saat bila
12. bosan bila alihin ke ipusnas/ijak buat ngelanjutin bacaan bila

13. manfaatnya dari saya melakukan kegiatan tersebut menurut saya sendiri yaitu
14. bila bisa mendapatkan hal-hal baru lewat dunia film atau novel tersebut

15. kalo hambatan untuk film/series nya lebih ke aksesnya si bu soalnya akses
16. untuk film-film luar yang memang udah lama tayangnya itu gak semua nya
17. ada di aplikasi streaming digital dan terkadang hambatannya juga di
18. ketersediaan subtitle nya bu jadi untuk film-film yang misalnya udah pengen
19. banget bila tonton dan akhirnya ketemu di platform buat nontonnya malah gak
20. ada subtitle nya sedangkan untuk baca bukunya lebih ke ketersediaan e-book
21. si bu karena emang bila gak terlalu suka buat beli buku karena memang bila
22. lebih suka buat baca versi e-book nya dibanding buku dalam bentuk fisiknya

23. alasan bila buat milih nonton film/series lebih ke hiburan bu karena memang
24. nonton film/series kan jadi hal yang menyenangkan buat mengisi waktu
25. senggang, alasan bila juga memilih kegiatan nonton film/series karena
26. menurut bila lewat kita menonton banyak pengetahuan yang kita dapat bu
27. karena lewat menonton kita dapat mengetahui peristiwa sejarah atau
28. menemukan hal-hal baru yang bahkan belum bila ketahui (contohnya bila tau
29. peristiwa sejarah secara lebih lengkap dan tergambar itu lewat film indonesia
30. seperti sang pencerah, soekarno, dan kartini dan banyak lagi salah satunya
31. film dari negara India bila jadi tau bahwa ada perempuan yang melakukan
32. pemberontakan kepada kerajaan Inggris sekitar tahun 1800-an). sedangkan
33. untuk membaca buku alasan nya karena memang bila lebih suka menonton
34. jadi disaat ada film yang memang diangkat dari novel dan bila ngerasa kepo
35. nih bu apakah film ini ada kekurangan atau lebih di lebih-lebihkan dari novel
36. itu makanya bila terkadang membaca nya lewat novel nya lagi itu bila lakukan
37. saat bila nonton film little women karena bila ngerasa kayak agak janggal
38. sama ending nya makanya bila coba baca novelnya

39. Menurut saya sendiri untuk bakat minat saya memang itu hal yang sesuai
40. kemampuan saya sendiri karena saya memang saya memiliki hobi membaca
41. novel sejak dulu atau dari bangku SMP

42. Untuk dukungan orang tua sudah pasti tentunya karena menurut saya hal-hal
43. yang saya lakukan di waktu senggang adalah hal-hal yang positif. Jadi
44. memang orang tua saya saat saya mendapatkan nilai-nilai yang bagus atau
45. memang hal-hal yang memang sesuai dengan yang mereka mau, mereka akan
46. memberikan saya *reward* yaitu lewat membelikan saya sebuah novel.

47. Yang saya rasakan tentunya senang karena bisa ngisi waktu senggang dengan
48. kegiatan yang memang sukai apalagi kalo memang film yang saya tonton atau
49. novel yang saya baca itu sesuai dengan keinginan saya

50. Kan kegiatan tersebut saat diwaktu senggang, jadi tentunya hal-hal itu tidak
51. mengganggu aktifitas saya yang lainnya jadi memang saya sudah mengerjakan
52. prioritas saya terlebih dahulu

53. Pengaruhnya sendiri sangat baik memang untuk saya mendapatkan banyak
54. pengetahuan, apalagi kalo nontonnya tontonan kaya sejarah gitu kan
55. membantu proses sebagian pembelajaran saya dibidang yang nyambung ke
56. sana.

Suci Ramadani (Siswa)

1. Kalau Suci punya waktu senggang di rumah, biasanya Suci lebih suka
2. membaca cerita di TikTok atau Wattpad. Suci sering menemukan cerita-cerita
3. menarik dari berbagai penulis. Selain itu, Suci juga melakukan olahraga
4. ringan untuk menjaga kesehatan.

5. Kalau waktunya tidak tentu, Bu. Suci melakukan kegiatan tersebut kapan saja
6. Suci merasa ingin dan ada waktu kosong. Tapi seringnya pas malem bu pas
7. udah ngerjain tugas sekolah pas mau tidur itu sempetin dulu.

8. Manfaatnya ya jelas, Suci bisa menikmati cerita-cerita menarik dan mengasah
9. imajinasi. Olahraga memberikan manfaat kesehatan, membantu Suci menjaga
10. kebugaran tubuh.

11. Hambatan yang sering Suci alami adalah gangguan dari adik Suci. Adik Suci
12. sering ikut-ikutan dan mengganggu kegiatan yang sedang Suci lakukan.
13. Misalnya, ketika Suci sedang membaca, adik Suci mau ikutan liat juga jadi
14. buat proses membaca menjadi kurang lancar dan terganggu.

15. Karena kegiatan tersebut fleksibel saja bu bisa suci lakuin kapan saja dimana
16. saja sebenarnya

17. Ya, kegiatan-kegiatan tersebut adalah kegiatan positif dan juga termasuk
18. dalam minat dan hobi Suci.

19. Ya, termasuk mendapat dukungan orang tua. Mereka mendukung selagi
20. kegiatan yang Suci lakukan buka kegiatan menyimpang. Tapi terkadang juga
21. ditegur kalau keseringan main handphone.

22. Setelah melakukan kegiatan-kegiatan ini perasaan yang Suci rasakan
23. tergantung ending ceritanya juga kalo endinya sedih ya ikutan sedih, jengkel.
24. Tapi lebih seringnya baca ceita yang endingnya bahagia saja biar moodnya
25. bagus.

26. Suci selalu memastikan prioritas utama tetap pada tugas-tugas sekolah yang
27. harus diselesaikan. Setelah tugas utama selesai, barulah Suci menyisihkan
28. waktu untuk menjalani hobi dan kegiatan lainnya.

29. Pengaruh kegiatan-kegiatan ini sangat baik terhadap proses belajar Suci.
30. Dengan menjalani hobi membaca itu bisa mendapatkan pengetahuan yang
31. sebelumnya tidak didapat di sekolah.

Nadilla (Siswa)

1. Kegiatan yang saya lakukan untuk mengisi waktu senggang cukup beragam.
2. Saya suka membaca buku, terutama buku cerpen atau novel atau juga
3. terkadang buku tentang pengetahuan umum. Selain itu saya juga suka
4. bernyanyi.

5. Saya biasanya melakukan kegiatan itu pas malem hari setelah menyelesaikan
6. tugas-tugas sekolah, bu. Misalnya, membaca buku sering saya lakukan
7. sebelum tidur, kalo nyanyi begitu lenih sering karena kan lebih fleksibel
8. karena bisa sambil berkegiatan yang lain, bu.

9. Manfaatnya beda-beda ya bu, misalnya kaya baca buku membantu saya
10. memperluas wawasan dan pengetahuan serta adanya hikmah atau pelajaran
11. yang bisa saya dapatkan dari suatu bacaan tersebut. Kalo bernyanyi itu
12. membantu saya meningkatkan kemampuan saya dalam bernyanyi bu, sekalian
13. bisa buat ngeluapin pikiran saja bu.

14. Hambatan yang saya hadapi biasanya kaya keterbatasan waktu, apalagi pas
15. tugas sekolah banyak, bu. Selain itu juga kan kadang sekolah sudah seharian
16. ya bu jadi kadang sudah capek banget jadinya agak males ngelakuin itu, bu.

17. Alasan saya memilih kegiatan itu lebih karena hobi sih, bu. Sudah kebiasaan
18. juga kalo ada waktu senggang pasti kegiatannya kaya begitu.

19. Ya tentu sesuai dengan bakat dan minat karena bernyanyi adalah hobby saya
20. dan membaca adalah suatu kebiasaan saya.

21. Iya tentu Orang tua saya sangat mendukung kegiatan-kegiatan yang saya
22. lakukan karena dalam hal tersebut itu adalah sesuatu yang positif.

23. Setelah melakukan kegiatan-kegiatan tersebut, saya biasanya merasa lebih
24. tenang dan senang juga bu karena saya memang melakukan kegiatan yang
25. saya sukai jadi ga dibawa beban.

26. Dalam mengatur waktu saya lebih memprioritaskan tugas yang diberikan oleh
27. guru terlebih dahulu baru melakukan kegiatan dan hobby saya tersebut

28. Ada, pengaruhnya terhadap saya sangat baik karena saya lebih banyak
29. mengetahui hal-hal baru dan itu membantu proses belajar saya dan saya lebih
30. baik dalam hal menyanyi

Su'ainah, S. Pd. I., M. Pd (Guru BK)

1. Kegiatan mengisi waktu senggang siswa tentunya beragam setiap siswanya.
2. Berdasarkan pengamatan saya, siswa sering melakukan berbagai aktivitas
3. seperti membaca, main game, scroll media sosial, olahraga, dan banyak
4. kegiatan pilihan lainnya sesuai dengan keinginan siswa.

5. Alasan siswa melaksanakan kegiatan yang dipilihnya biasanya adalah hobi
6. dan minat Pribadi. Ditambah dengan faktor teman sebaya, dan ketersediaan
7. fasilitas menjadi alasan siswa melakukan kegiatan tersebut.

8. Tentunya kegiatan yang mereka pilih dan lakukan tersebut sesuai dengan
9. minat dan bakat mereka. Karena sebagai siswa mereka masih difase
10. memiliki ego yang cukup tinggi, diperintah saja belum tentu semua siswa
11. mau melakukannya apalagi jika hal yang mereka kerjakan tersebut tidak
12. sesuai minat dan bakatnya.

13. Selagi kegiatan yang mereka lakukan itu positif dan tidak mengganggu
14. kegiatan sekolahnya tentu hal tersebut akan mendapatkan dukungan dari
15. orang tua mereka.

16. Menurut saya setelah mereka melakukan kegiatan tersebut mereka akan
17. merasa senang apalagi jika kegiatan yang mereka lakukan tersebut memang
18. benar-benar sesuai dengan keinginan mereka.

19. Sebagai guru BK, saya mengamati bahwa sebagian siswa yang sudah
20. mampu mengisi waktu senggang dengan kegiatan produktif akan dapat
21. memajemen waktunya dengan kegiatan lainnya. Sementara sebagian
22. lainnya yang belum dapat memanfaatkannya dengan kegiatan yang
23. produktif akan cenderung kurang tersusun dan perlu adanya bimbingan
24. lanjutan terhadap siswa tersebut.

25. Pengaruh aktivitas mengisi waktu senggang mereka terhadap proses
26. belajarnya menurut saya memiliki dampak yang tergantung dengan
27. kegiatan yang mereka pilih. Siswa yang menjalankan kegiatan positif tentu
28. akan mendapat banyak ilmu dan pengalaman dari apa yang mereka
29. kerjakan. Begitu sebaliknya, siswa yang hanya menghabiskan kegiatan
30. dengan kegiatan yang negatif, tentu tidak akan mendapatkan hasil belajar
31. yang maksimal.

32. Peran saya sebagai guru BK adalah memberikan layanan terkait identifikasi
33. minat dan bakat siswa, serta menyediakan informasi mengenai kegiatan
34. produktif yang dapat dilakukan untuk mengisi waktu senggang sesuai
35. dengan minat dan bakat siswa, serta bagaimana manajemen waktunya.
36. Selain itu, sebagai guru BK, saya juga berusaha membantu memfasilitasi
37. siswa dalam kegiatan yang mereka pilih agar kegiatan tersebut dapat
38. membantu mengembangkan potensi yang ada pada diri mereka.

Tri Astuti (Orang Tua)

1. Anak saya biasanya mengisi waktu senggangnya dengan membaca, baik
2. membaca lewat buku atau membaca dari HP

3. Alasan anak saya membaca karena memang sedari dulu dia suka sekali
4. membaca dan selalu ingin menambah pengetahuannya dari berbagai sudut
5. pandang

6. Kami sebagai orang tua selalu mendukung apa pun yang dilakukan anak
7. kami selama kegiatan yang ia lakukan adalah kegiatan yang positif.
8. Karena sebagai orang tua, kami menginginkan yang terbaik untuk anak
9. kami. Namun saya sebagai orang tua Ferlita sekarang ini sedikit
10. membatasi kegiatan Ferlita membaca buku atau membaca melalui HP
11. karena mata Ferlita sudah minus. Jadi lebih membatasi agar minus
12. matanya tidak semakin bertambah.

13. Setelah melakukan kegiatan-kegiatan tersebut, anak kami biasanya merasa
14. lebih bahagia. Ia sering berbagi cerita tentang apa yang sudah ia baca, hal
15. ini tentunya sangat baik bagi hubungan kami.

16. Alhamdulillah sebagai anak dan seorang siswa, anak saya bisa membagi
17. waktunya antara tugas sekolahnya dan kegiatan membacanya. Kani juga
18. selalu mengajarkan anak kami untuk dapat mengatur waktunya dengan
19. baik dengan tetap mengutamakan tanggung jawab utamanya yaitu sekolah.

20. Proses belajar Ferlita sepengetahuan saya tidak ada berpengaruh ke dalam
21. proses belajarnya tapi kami juga tidak tahu bagaimana pengaruh pastinya
22. karena yang dapat memahami hal tersebut ialah anak saya sendiri. Namun
23. alhamdulillah anak saya tetap bisa menjadi juara kelas di sekolahnya.

24. Peran kami sendiri sebagai orang tua menjadi pendukung utama kegiatan
25. yang dilakukan oleh anak kami agar anak kami itu dapat meningkatkan
26. kemampuan yang ia miliki. Jadi kami sebagai orang tua hanya bisa
27. mendukung dan memfasilitasi kegiatannya saja.

Fadhia Salsabila (Siswa)

1. Kalo ado waktu senggang biasonjo kalo dak tidur istirahat paling main hp
2. scroll tiktok atau media sosial lainnya bu.
3. Setiap tidak ada kegiatan pasti ngelakuin kegiatan itu bu scroll. Dan
4. kegiatan scroll tu bisa berjam-jam aku lakuin bahkan sambil ngerjoin tugas
5. tu sambil scroll jugo biar dak bosan.
6. Untuk menghibur diri. Nengok video atau gambar-gambar cak itukan bu
7. untuk melepas stress dari capeknyo sekolah setiap hari.
8. Paling hambatannyo kalo scroll cak itu sinyal hilang atau kuota habis
9. samo paling agak dimarah orang rumah ajo sih bu kelamoan main hp
10. nengok hp gitu
11. Karno aku suko sih bu, mager malas jugo nak ngerjoin kegiatan lain dan
12. karno idak ada kegiatan lain yang ingin aku lakuin bu
13. Sangat tidak sesuai sebenarnya bu tapi aku sendiri bingung apa yang
14. menjadi bakat minat aku sendiri. Kegiatan ini cuma sebagai hiburan
15. semata cak itu buk
16. Dapat dak dapat sih bu, karno kato orang tuo daripada main keluar
17. mending di rumah ajo walaupun cuma main hp kek tidur. Aku jugo dak
18. terlalu ado kawan untuk bisa diajak main jadi di rumah ajo buk
19. Aku senang karena suko tadi bu. Walaupun kadang lah suntuk lah bosan
20. karno kelamoan main hp scroll tapi tetap terhibur bu
21. Mengatur waktu flekсібел sih bu, seperti yang kubilang tadi bahkan
22. sambil ngerjoin tugas atau pr ajo aku bisa sambil scroll, dengerin musik,
23. nonton begitu sih bu.
24. Agak terganggu sih bu sebenarnya, belajar atau ngerjoin tugas jadi dak
25. fokus karno sambil main hp begitu kan bu. Cuma kalo idak sambil main
26. hp atau minimal dengerin musik/youtube malah bosan bu, dak bisa
27. ngerjoin sesuatu kalo sunyi begitu. Harus ado suara-suara begitu bu

Azila Putri Rahayu (Siswa)

1. Kegiatan yang aku lakuin kalo ado waktu senggang biasanyo tidur tulah buk
2. kek main hp scroll tiktok, facebook, instagram kek nengoki story orang ajo,
3. itulah paling buk

4. Kalo sudah ngerjokan tugas rumah bu, cek bersihkan tumah dulu ck itu. Kan
5. wajib tu zila beberes jadi beberes rumah dulu baru yang lain

6. Sebenarnyo cuma refreshing ajo sih bu, dk tau lagi nak ngelakuin kegiatan
7. apo untuk ngisi waktu senggang

8. Hambatannyo sering dimarah buk. Kalo main hp terus dimarah, tidur dimarah
9. padahal kerjoan rumah sudah dikerjokan tapi masih ajo di marah. Mungkin
10. geram dak buk nengok kerjoan aku cuma main hp kek tidur

11. Sebenarnyo mau sih zila tu cek main kek kawan ck itu buk, cuma kadang
12. malah enakan milih tidur ajo sih, bu. Selain itu dak tahu anak ngapoin lagi

13. Idak sih bu. Cuma sebagai hiburan ajo buk, walaupun terkadang suntuk jugo
14. main hp lamo-lamo tapi dak tahu lagi nak ngapoin buk kalo di rumah

15. Jelas idak buk. Orang kadang sering keno omel kek ibuk kalo ibuk nengok zila
16. cuma main hp atau tidur ajo

17. Perasaannyo senang sih bu tapi suntuk jugo buk. Zila dak tahu anak ngelakuin
18. apo lagi, bosan kelamoan cuma tidur kek main hp tu buk

19. Ngalir ajo buk idak terjadwal. Pokoknyo kerjoan rumah zila kerjokan dulu
20. baru zila main hp atau tidur

21. Ado buk, kalau la main hp la idak ingat belajar lagi. Sebenarnyo hampir idak
22. pernah sih bukak buku kalau di rumah. PR ajo dk pernah buat, paling buatnyo
23. di sekoalh tulah buk.

Bima Rizki Fiandra (Siswa)

1. Pas waktu senggang biasonjo aku main hp tulah bu, main game paling kalo
2. dak scroll medsos bu sambil rebahan kan istirahat. Kalo idak paling main
3. samo kawan buk kumpul-kumpul nongkrong.

4. Biasonjo pas sore bu balik sekolah atau malam. Kalo main kumpul kadang-
5. kadang malam ajo buk samo paling kalo pas libur baru pai bu.

6. Manfaatnyo sebatas hiburan ajo sih bu, ngelepas capek bu lah sekolah
7. seharian kan balik sore jugo.

8. Hambatannyo apo yo bu, dak ado sih bu yang jadi hambatan.

9. Karna cuma kegiatan itulah yang bisa aku lakuin, bu. Main hp jugo kan di
10. mano ajo kapan ajo bisa jadi mudah ajo. Kalo main sih ya hiburan bu kan
11. untuk main kumpul begitu.

12. Idak sih bu lebih ke hobi ajo sih bu. Tapi kegiatan itu memang aku sukoi jadi
13. memang dijadikan sebagai kegiatan hiburan bu

14. Idak sih bu. Aku sering jugo dimarah kalo kelamoan main game, main hp.
15. Tapi kalo istirahat yo dak apo buk namonyo cape kan sekolah seharian. Kalo
16. keseringan main kumpul cak itu galak dimarah jugo kalo keseringan cak
17. beberapa hari berturut-turut ck itu bu padahal kadang cuma kumpul bae di
18. rumah kawan cerito atau mabar Mobile Legend.

19. Senang lah bu terhibur, bisa kumpul samo kawan cerito-cerito, mabar kan bu
20. bisa tambah kawan jugo kan kadang tu kawan bawa kawan lain jadinya
21. tambah kawan baru

22. Standar ajo sih bu, disesuaikan. Kalo keluar batasnyo jam berapa balik. Kalo
23. di hari yang samo ado beberapa kegiatan yo diatur bu. Kalo dak ado kegiatan
24. yo lanjut ajo bu

25. Sebenarnyo kegiatan yang aku lakukan tu banyak buruknyo sih bu, dak
26. ngerjoin tugas atau pr, idak belajar jugo malah kadang buat pr di sekolah
27. nengok yang kawan tapi kadang tu malas jugo ngerjoin di rumah, malah milih
28. main game bu.

Budi Andrian (Pelatih Silat)

1. Durasi latihan kami berlangsung dari pukul 14.00 hingga pukul 16.00,
2. sehingga setiap sesi latihan berdurasi kurang lebih 2 jam. Selama periode
3. tersebut, kami mengalokasikan waktu untuk pemanasan, latihan inti, dan
4. pendinginan, memastikan setiap aspek latihan terfokus dengan baik.

5. Dafi adalah salah satu siswa yang menunjukkan tingkat keaktifan yang sangat
6. tinggi dalam setiap sesi latihan. Dari segi kehadiran, ia hampir tidak pernah
7. absen, selalu hadir tepat waktu, dan siap untuk memulai latihan. Dalam hal
8. partisipasi selama latihan, Dafi sangat giat dan antusias, baik dalam
9. mempraktikkan teknik laga maupun jurus. Ia berusaha keras untuk memahami
10. dan menguasai setiap teknik yang diajarkan, menunjukkan dedikasi dan
11. komitmen yang luar biasa.

12. Menurut saya, Dafi memiliki kemampuan yang sangat baik dalam menghafal
13. gerakan. Hal ini terbukti dari kemampuannya untuk menguasai sekitar 70%
14. dari jurus tunggal baku IPSI dalam waktu yang relatif singkat. Ia
15. menunjukkan kemampuan yang cepat dalam mempelajari dan mengingat
16. setiap detail gerakan, yang merupakan indikator penting dalam pencapaian
17. prestasi dalam silat. Saat ini, yang perlu dilakukan Dafi hanyalah pematangan
18. dan penyempurnaan jurus-jurus yang sudah dikuasainya, sehingga ia dapat
19. mencapai tingkat penguasaan yang lebih tinggi dengan latihan yang konsisten
20. dan fokus.