

LAMPIRAN

SURAT PERMOHONAN PENELITIAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA

Jalan Poros Makale-Makassar Km. 12, Mangkendek - Tana Toraja

Email : info@iakn-toraja.ac.id Website : <http://iakn-toraja.ac.id>

Nomor : 1236 /Ikn.05/IL.2/PP.00.9/05/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Penelitian

17 Mei 2025

Yth. Kepala UPT SMAN 5 Tana Toraja
di
Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan studi S1 di IAKN Toraja, maka perlu diadakan penelitian lapangan. Untuk itu kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada:

Nama : Ritayani Liling
NIRM : 1220218772
Prodi : Bimbingan Konseling Kristen

Yang akan meneliti tentang: "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Manajemen Waktu Siswa SMA Negeri 5 Tana Toraja".

Demikian permohonan ini, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terimakasih. Tuhan memberkati.

a.n. Rektor
Dekan,

Djidon Lamba

Tembusan:
Rektor IAKN Toraja di Tana Toraja

SURAT KETERANGAN TELAH MENELITI



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENDIDIKAN
UPT SMA NEGERI 5 TANA TORAJA
Jl. Nusantara No. 69A Kel. Bombongan, Makale-Tana Toraja 91811
telp. 0423-26437 | email: sman5toraj@gmail.com | website: sman5tanatoraja.sch.id

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor: 400.7.22.1/160/UPT SMA.5/ TATOR/DISDIK

Yang bertandatangan di bawahini, Kepala UPT SMA Negeri 5 Tana Toraja Kabupaten Tana Toraja Provinsi Sulawesi Selatan:

Nama : Drs. MARTHEN LEME PIRI, M.Pd
NIP : 19691027 199512 1 003
Jabatan : Kepala UPT SMA Negeri 5 Tana Toraja

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Ritayani Liling
NIM : 1220216772
Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen
Jurusan/Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Yang bersangkutan benar telah melaksanakan Penelitian di UPT SMA Negeri 5 Tana Toraja pada tanggal 22 Mei 2025 dengan judul Penelitian "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Manajemen Waktu Siswa SMA Negeri 5 Tana Toraja".

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tana Toraja, 18 Juni 2025

Kepala UPT SMA Negeri 5 Tana Toraja,



Pemerintah Provinsi
Sulawesi Selatan
Dinas Pendidikan dan Kebudayaan

Drs. MARTHEN LEME PIRI, M.Pd
NIP. 19691027 199512 1 003

TABEL PRODUCT MOMENT

n	Taraf Signifikan		n	Taraf Signifikan		n	Taraf Signifikan	
	5%	1%		5%	1%		5%	1%
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,632	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	10	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	12	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	15	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	17	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	20	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,398	30	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	40	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	50	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	60	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

INTRUMEN PENELITIAN

1. Angket Uji Coba

UJI COBA ANGKET MANAJEMEN WAKTU SISWA

✦ Petunjuk:

Angket ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana siswa dalam memanajemen waktu. Silahkan beri tanda (✓) pada kolom yang sesuai dengan perasaan atau kebiasaan Anda dalam skala berikut.

Terima kasih..

Nama :

Kelas :

Petunjuk pengisian:

1= Sangat Tidak Setuju (STS)

2= Tidak Setuju (TS)

3= Netral (N)

4= Setuju (S)

5= Sangat Setuju (SS)

	Indikator	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
			(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Variabel Y (Manajemen Waktu)	Menyusun Prioritas dengan Tepat	Saya mengerjakan tugas yang paling penting lebih dulu					
		Saya tahu tugas mana yang harus diprioritaskan					
		Saya menyelesaikan tugas penting tepat waktu					
		Saya dapat memilih tugas mana yang perlu saya kerjakan lebih dahulu					

		Saya menyiapkan perlengkapan sekolah di malam hari agar tidak terburu-buru pagi hari.					
		Saya jarang menghabiskan waktu untuk hal yang kurang penting saat memiliki banyak tugas					
	Membuat Jadwal	Saya membuat jadwal harian untuk aktivitas saya					
		Saya selalu mencatat tugas dan jadwal saya					
		Saya mengikuti jadwal yang saya buat					
		Saya Menyusun jadwal yang realistis					
		Saya berangkat tepat waktu ke Sekolah					
	Meminimalisasi Gangguan	Saya bisa fokus saat mengerjakan tugas					
		Saya menolak ajakan nongkrong kalau masih ada tugas penting yang belum dikerjakan					
		Saya menghindari gangguan saat belajar					
		Saya memiliki strategi untuk tetap fokus					
		Saya mengerjakan tugas tepat waktu tanpa terdistraksi oleh hal lain					
		Saya tidak terlambat ke sekolah karena mengatur waktu dengan baik					
		Saya menghindari bermain gadget saat sedang mengerjakan tugas					
	Menyusun Tujuan	Saya menetapkan tujuan harian saya					
		Saya menentukan target waktu untuk menyelesaikan tugas					

		Saya memiliki tujuan yang jelas dalam belajar					
		Saya lebih semangat belajar jika ada tujuan yang jelas					
		Saya berusaha tepat waktu ke sekolah sebagai bagian dari tujuan saya					
		Saya selalu mengevaluasi apakah tujuan saya tercapai setiap minggu					
	Mendelegasikan Sebagian Pekerjaan	Saya meminta bantuan jika tugas saya terlalu banyak					
		Saya berbagi tugas dengan teman jika memungkinkan					
		Saya membagi tugas dengan adil kepada teman kelompok					
		Saya memilih tugas yang bisa saya delegasikan agar pekerjaan lebih efisien					
		Saya memberikan arahan yang jelas saat mendelegasikan pekerjaan kepada teman kelompok saya					
		Saya percaya bahwa berbagi tugas dengan orang lain dapat membantu penyelesaian pekerjaan					

2. Hasil tabulasi angket uji coba

	1. Saya merasa tugas yang paling penting lebih dulu.	2. Saya tahu tugas mana yang harus dikerjakan.	3. Saya merasa tugas yang penting harus selesai.	4. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	5. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	6. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	7. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	8. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	9. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	10. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	11. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	12. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	13. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	14. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	15. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	16. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	17. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	18. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	19. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	20. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	21. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	22. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	23. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	24. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	25. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	26. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	27. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	28. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	29. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	30. Saya merasa tugas yang penting harus selesai lebih dulu.	TOTAL		
Rita	4	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	4	2	3	2	4	2	2	1	3	4	4	4	4	4	95		
Dewi	1	1	1	1	2	4	3	3	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	99		
Orti pallan	4	4	4	4	5	3	3	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	3	5	4	4	5	5	2	3	2	3	3	4	3	130		
Vianis Natan Jani Taufik Lenny Kurnia	4	2	3	2	1	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	75	
Kania	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	98	
Kania	3	4	2	2	3	3	1	1	2	2	1	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	2	98	
Lala	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	118	
Adira	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	118	
Sofia	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	90	
Jasmina	2	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	80	
Katrina	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	113	
Ayo	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	102	
Ira	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	123	
Lola	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	82
Zita	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	114	
Klara	2	2	4	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	4	4	81
JESS	4	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	1	4	4	4	4	3	84
Tamp Kapung gan	4	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	84	
Adi Tobing	4	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	1	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	4	1	4	4	4	4	4	80	
Adriana	4	4	3	4	4	2	4	2	2	2	2	2	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	101	
Mari	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	103	
MITA	4	4	4	4	4	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	78	
KATHIN	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	3	85	
KIKI	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	112	
SYNAN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	79	
Salim	4	4	3	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	3	92	
Maria	4	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	97	
Icha	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115	
Ella	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	112	

3. Angket Final

FINAL ANGKET MANAJEMEN WAKTU SISWA

Petunjuk:

Angket ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana siswa dalam memamanajemen waktu mereka. Silahkan beri tanda (✓) pada kolom yang sesuai dengan perasaan atau kebiasaan Anda dalam skala berikut.

Terima kasih.

Nama :

Kelas :

Petunjuk pengisian:

1= Sangat Tidak Setuju (STS)

2= Tidak Setuju (TS)

3= Netral (N)

4=Setuju (S)

5=Sangat Setuju (SS)

	Indikator	Pernyataan	ST S	TS	N	S	SS
			(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Variabel Y (Manajemen Waktu)	Menyusun Prioritas dengan Tepat	Saya mengerjakan tugas yang paling penting lebih dulu					
		Saya tahu tugas mana yang harus diprioritaskan					
		Saya menyelesaikan tugas penting tepat waktu					
		Saya dapat memilih tugas mana yang perlu saya kerjakan lebih dahulu					
		Saya menyiapkan perlengkapan sekolah di malam hari agar tidak terburu-buru pagi hari.					
	Membuat Jadwal	Saya membuat jadwal harian untuk aktivitas saya					
		Saya selalu mencatat tugas					
		Saya mengikuti jadwal yang saya buat					
		Saya Menyusun jadwal yang realistis					
		Saya berangkat tepat waktu ke Sekolah					
	Meminimalisasi Gangguan	Saya bisa fokus saat mengerjakan tugas					
		Saya menghindari gangguan saat belajar					
		Saya memiliki strategi untuk tetap fokus					
		Saya mengerjakan tugas tepat waktu tanpa terdistraksi oleh hal lain					
		Saya tidak terlambat ke sekolah karena mengatur waktu dengan baik					
	Menyusun Tujuan	Saya menetapkan tujuan harian saya					

		Saya menentukan target waktu untuk menyelesaikan tugas					
		Saya memiliki tujuan yang jelas dalam belajar					
		Saya lebih semangat belajar jika ada tujuan yang jelas					
		Saya berusaha tepat waktu ke sekolah sebagai bagian dari tujuan saya					
	Mendelegasikan Sebagian Pekerjaan	Saya meminta bantuan jika tugas saya terlalu banyak					
		Saya berbagi tugas dengan teman jika memungkinkan					
		Saya membagi tugas dengan adil kepada teman kelompok					

		Saya memilih tugas yang bisa saya delegasikan agar pekerjaan lebih efisien					
		Saya memberikan arahan yang jelas saat mendelegasikan pekerjaan kepada teman kelompok saya					

4. Hasil tabulasi angket final

1. Kelompok eksperimen

Nama:	Kelas	1. Saya mengerjakan tugas yang paling penting lebih dulu	2. saya tahu tugas mana yang harus diprioritaskan	3. Saya menyelesaikan tugas penting tepat waktu	4. Saya dapat memilih tugas mana yang perlu saya selesaikan lebih dahulu	5. Saya dapat melakukan perencanaan aktivitas di malam hari agar tidak terburu-buru paginya	6. Saya membuat jadwal harian untuk aktivitas saya	7. Saya selalu mencatat tugas	8. Saya mengikuti jadwal yang saya buat	9. Saya menyusun jadwal yang realistis	10. Saya berangkat tepat waktu ke Sekolah	11. Saya bisa fokus saat mengerjakan tugas	12. Saya menghindari gangguan saat belajar	13. Saya memiliki strategi untuk tetap fokus	14. Saya mengerjakan tugas tepat waktu tanpa terdistraksi oleh hal lain	15. Saya tidak terdapat kehabatan waktu karena mengatur waktu dengan baik	16. Saya menetapkan tujuan harian saya	17. Saya menetapkan target untuk menyelesaikan tugas	18. Saya memiliki tujuan yang jelas dalam belajar	19. Saya lebih semangat belajar jika ada tujuan yang jelas	20. Saya berusaha tepat waktu ke sekolah sebagai bagian dari tujuan saya	21. Saya meminta bantuan jika tugas terlalu banyak	22. Saya berdiskusi dengan teman jika mengalami kesulitan	23. Saya membagi tugas dengan adil kepada teman kelompok	24. Saya memilih tugas yang bisa saya delegasikan agar pekerjaan lebih efisien	25. Saya memberikan arahan yang jelas saat mendelegasikan pekerjaan kepada teman kelompok saya	TOTAL
Cirin Alpati Abung	X.7	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	2	1	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	59
Aditya Risky	X.7	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	1	2	3	1	2	1	3	2	3	3	4	4	3	3	3	65
Diohedo Lailang	X.7	3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	63
Nikas Ren Tanukta	X.7	3	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	4	2	2	1	2	3	2	63
Agnes Oktavin Saida	X.7	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	5	4	3	2	5	4	5	5	5	4	3	2	4	2	86
Reyandy A. Palangian	X.7	3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	63
Siren Nestalis	X.7	2	2	2	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	3	1	3	1	2	3	3	2	1	3	1	2	46
Shirel Effeline Batara	X.7	3	3	3	3	2	1	3	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	2	1	3	2	3	1	2	1	51
Thirani s	X.7	1	3	3	3	5	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	59
Hanuh Rubun	X.7	3	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	3	1	48
Sheryl Aulia Lomban	X.7	5	3	3	3	3	5	2	2	3	3	3	4	3	3	3	1	1	3	3	5	4	3	3	4	3	78
Keti Datulung Murni	X.7	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	2	3	1	3	1	2	1	3	1	2	55

2. Kelompok Kontrol

Nama:	Kelas	1. Saya mengerjakan tugas yang paling penting lebih dulu	2. saya tahu tugas mana yang harus diprioritaskan	3. Saya menyelesaikan tugas penting tepat waktu	4. Saya dapat memilih tugas mana yang perlu saya selesaikan lebih dahulu	5. Saya dapat melakukan perencanaan aktivitas di malam hari agar tidak terburu-buru paginya	6. Saya membuat jadwal harian untuk aktivitas saya	7. Saya selalu mencatat tugas	8. Saya mengikuti jadwal yang saya buat	9. Saya menyusun jadwal yang realistis	10. Saya berangkat tepat waktu ke Sekolah	11. Saya bisa fokus saat mengerjakan tugas	12. Saya menghindari gangguan saat belajar	13. Saya memiliki strategi untuk tetap fokus	14. Saya mengerjakan tugas tepat waktu tanpa terdistraksi oleh hal lain	15. Saya tidak terdapat kehabatan waktu karena mengantar waktu dengan baik	16. Saya menetapkan tujuan harian saya	17. Saya menetapkan target untuk menyelesaikan tugas	18. Saya memiliki tujuan yang jelas dalam belajar	19. Saya lebih semangat belajar jika ada tujuan yang jelas	20. Saya berusaha tepat waktu ke sekolah sebagai bagian dari tujuan saya	21. Saya meminta bantuan jika tugas terlalu banyak	22. Saya berdiskusi dengan teman jika mengalami kesulitan	23. Saya membagi tugas dengan adil kepada teman kelompok	24. Saya memilih tugas yang bisa saya delegasikan agar pekerjaan lebih efisien	25. Saya memberikan arahan yang jelas saat mendelegasikan pekerjaan kepada teman kelompok saya	TOTAL
Vita Bel Agesti	X.7	4	2	3	2	5	2	1	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	5	4	4	3	2	2	69
Dwi Digha	X.7	3	3	2	3	5	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	4	4	4	4	70
Nadine Saida	X.7	3	3	2	2	5	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	4	4	4	3	2	64
Lili Innuwella Adh Lili	X.7	3	2	3	2	5	1	1	2	2	1	5	3	2	1	2	5	3	5	3	5	2	2	3	1	3	67
Natalia Ratu Muda	X.7	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	4	4	2	2	54
Mendro Petyan	X.7	3	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	60
Pati Christine Aralia Lajudon	X.7	3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	3	2	3	2	65
Acanoba Jucane Hapa	X.7	4	3	3	4	5	3	4	3	4	3	4	3	3	5	2	3	4	2	4	3	5	5	4	2	3	88
George Wach Bekemeng	X.7	3	3	2	3	1	4	3	3	4	3	2	2	3	2	4	3	3	4	4	5	5	4	4	3	3	80
Wahy Rungga	X.7	3	3	2	3	5	2	3	3	1	2	1	2	3	1	2	1	3	2	3	3	4	4	3	3	2	64
Christophe / Ratu Mecca	X.7	3	3	1	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	2	1	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	60
Ranilla Marjaya Taidu	X.7	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	57

5. Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL)



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN

DINAS PENDIDIKAN

UPT SMA NEGERI 5 TANA TORAJA



Jalan Nusantara No.69 A. TLP.0423-26437, Web site sman5tator.sch.id:E-mail: sman5tator@gmail.com, Kode
Pos 91811Makale

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) KONSELING KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2024/2025

A.	Komponen	:	Layanan Responsif
	Bidang Layanan	:	Pribadi-Belajar
	Topik / Tema Layanan	:	Meningkatkan Manajemen Waktu
	Fungsi Layanan	:	Pengentasan
	Tujuan	:	Peserta didik mampu meningkatkan keterampilan manajemen waktu dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dalam konseling kelompok
	Sasaran Layanan	:	Kelas X.7 (kelompok eksperimen)
	Tempat Layanan	:	Ruang Bimbingan dan Konseling
	Waktu	:	1 x 45 Menit
	Metode/Teknik	:	Brainstorming, diskusi
	Media / Alat	:	1. Video mengenai pengelolaan waktu yang buruk, (https://youtu.be/kdZs2d0EfQ?si=IYMdJLck9SHKl4vr) 2. LKPD
	Tahap Pelaksanaan Konseling		Waktu
	1. Kegiatan awal		5 menit

	a. Konseli dan konselor mengucapkan salam dilanjutkan dengan doa bersama. b. Konselor menyampaikan tujuan layanan konseling c. Konselor menjelaskan adanya asas dalam layanan konseling pada konseli. d. Konselor menanyakan pemahaman awal tentang pengelolaan waktu	
	2. Peralihan	5 menit
	a. Konselor memberikan motivasi kepada konseli agar dapat berperan aktif dalam layanan konseling. b. Konseli menyatakan kesiapan diri untuk memulai proses konseling ke tahap ini sesuai dengan pengarahan dari konselor.	
	3. Kegiatan inti	30 menit
	a. Konselor melakukan indentifikasi masalah kepada masing-masing konseli dengan analisis ABC (<i>Antecedent, Behavior, Consequence</i>) terkait perilaku datang terlambat, dan menunda tugas. b. Konselor menayangkan video mengenai pengelolaan waktu yang buruk. c. Konseli menyimak tayangan video mengenai dampak pengelolaan waktu yang buruk. d. Konseli menyimpulkan pemahaman dampak pengelolaan waktu yang buruk. e. Konselor dan konseli menetapkan tujuan konseling (goal setting), yaitu untuk merubah perilaku maladaptive konseli agar mampu berperilaku sesuai dengan keadaan yang seharusnya, serta mempersiapkan pencegahan terhadap perilaku maladaptive agar tidak terulang kembali. f. Pada implementasi teknik, konselor meminta setiap konseli menuliskan beberapa perilaku baru yang dikehendaki (adaptif) dan mendeskripsikan perilaku tersebut (misalnya yang dapat dilakukan, diamati, dan dihitung), sebagai upaya dalam membuat kontrak perilaku. Serta adanya kesepakatan	

	mengenai <i>self reward</i> dan <i>self punishment</i> dalam proses pelaksanaan kontrak perilaku. g. Sharing dan penguatan dari anggota kelompok lainnya h. Konseli menerima penguatan dari konselor terhadap keseluruhan layanan konseling yang dilakukan. i. Konseli merangkum dan merefleksikan proses kegiatan layanan	
	4. Kegiatan Penutup	5 menit
	Merangkum proses dan hasil kegiatan layanan a. Konseli merangkum hasil kegiatan layanan dengan mengisi lembar evaluasi hasil. b. Konselor melakukan wawancara terkait hasil layanan konseling. Rencana Tindak Lanjut	