
Academia Open



By Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Table Of Contents

Journal Cover	1
Author[s] Statement.....	3
Editorial Team	4
Article information	5
Check this article update (crossmark)	5
Check this article impact	5
Cite this article.....	5
Title page.....	6
Article Title	6
Author information	6
Abstract	6
Article content	8

Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

Academia Open

Vol. 11 No. 2 (2026): December
DOI: 10.21070/acopen.11.2026.15097

EDITORIAL TEAM

Editor in Chief

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Managing Editor

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

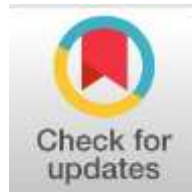
Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

Article information

Check this article update (crossmark)



Check this article impact (*)



Save this article to Mendeley



(*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

Group Guidance Problem-Solving Techniques Effectively Improve Student Time Management: Teknik Pemecahan Masalah Dalam Bimbingan Kelompok Efektif Meningkatkan Manajemen Waktu Siswa

Arin Okvitta, 202231029@std.umk.ac.id

Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Muria Kudus, Indonesia

Indah Lestari, indah.lestari@umk.ac.id (*)

Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Muria Kudus, Indonesia

Adnan Fadkhurosi, adnan.fadkhurosi@umk.ac.id

Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Muria Kudus, Indonesia

(*) Corresponding author

Abstract

General Background Secondary education requires adolescents to independently organize daily activities and assume responsibility for balancing academic and non-academic pursuits. **Specific Background** At SMAN 1 Mejobo Kudus, eleventh-grade pupils currently face severe difficulties in harmonizing organizational commitments with study routines, resulting in delayed assignments, reduced learning concentration, and physical exhaustion. **Knowledge Gap** Although individualized counseling exists, the specific application of structured collaborative problem-solving to systematically resolve time management deficits among heavily burdened senior high school pupils remains underexplored. **Aims** This study evaluates the capacity of problem-solving techniques within collaborative guidance sessions to optimize time management behaviors among heavily burdened eleventh-grade pupils. **Results** Utilizing a one-group pretest-posttest pre-experimental design with eight participants, the analysis revealed a substantial progression in mean time management scores from 60 to 88. **Novelty** This research specifically demonstrates how integrating systematic problem identification, alternative solution formulation, and collaborative peer evaluation directly resolves the scheduling conflicts of highly ambitious, multi-tasking adolescents. **Implications** School counselors must implement structured collaborative guidance to empower adolescents with systematic decision-making tools, ensuring they effectively prioritize academic obligations without sacrificing organizational engagement or personal well-being.

Highlights

- ♦ Pre-experimental testing demonstrated a significant progression in mean time management scores from 60 to 88.
- ♦ Collaborative guidance interventions successfully resolved scheduling conflicts for highly ambitious, multi-tasking eleventh-grade pupils.
- ♦ Systematic problem identification and alternative solution formulation effectively mitigated delayed assignments and reduced physical exhaustion.

Keywords

Time Management; Group Guidance; Problem-Solving Techniques; Student Productivity; School Counseling

PENDAHULUAN

Pendidikan pada dasarnya tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan akademik siswa, tetapi juga membentuk pribadi yang mandiri, bertanggung jawab, serta mampu mengatur diri dalam berbagai aspek kehidupan. Kemampuan mengatur diri tersebut tercermin salah satunya melalui manajemen waktu, yang menjadi kemampuan penting yang harus dimiliki siswa, khususnya pada jenjang SMA [1]. Pada tahap perkembangan remaja, siswa sering memiliki rasa ingin mencoba banyak hal dimana mereka semangat untuk meningkatkan potensi diri. Hal ini dibuktikan melalui keaktifan mereka dalam mengikuti sebuah organisasi atau kepanitiaan [2]. Kegiatan memberikan dampak positif terhadap siswa dimana mereka dapat meningkatkan softskills seperti kerja sama dan komunikasi (Prihartanti & Wiryosutomo, 2018).

Manajemen waktu menjadi faktor utama yang menentukan keberhasilan siswa dalam menyeimbangkan kegiatan belajar, aktivitas organisasi, maupun kebutuhan pribadi sehari-hari [3]. Kemampuan ini semakin krusial pada masa remaja akhir, ketika tuntutan akademik meningkat dan berbagai kegiatan non-akademik mulai menjadi bagian dari kehidupan mereka. Namun, jika siswa tidak memiliki manajemen waktu yang tepat maka siswa akan mengalami ketidakseimbangan antara belajar dan kegiatan tambahan serta penurunan nilai akademik [4].

Fenomena umum di beberapa sekolah di Kudus menunjukkan bahwa tidak sedikit siswa SMA yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara kegiatan akademik dan organisasi. Dampaknya siswa jadi sering menunda tugas, merasa kelelahan hingga menimbulkan penurunan konsentrasi saat belajar dikelas. Selain itu, kurangnya kemampuan dalam mengatur waktu juga berpotensi membuat siswa kesulitan menentukan prioritas antara kewajiban belajar dan kegiatan pengembangan diri. Oleh karena itu, manajemen waktu menjadi hal yang penting yang perlu dimiliki siswa agar mampu mengatur waktu dengan berbagai tuntutan yang ada.

Berdasarkan hasil pra-survey yang dilakukan pada tanggal 8 dan 9 Desember 2025 di SMAN 1 Mejobo Kudus, ditemukan bahwa siswa kelas XI, khususnya kelas XI 1–5 yang merupakan kelas unggulan, memiliki pola aktivitas yang sangat padat. Namun, dalam pelaksanaan pra-survey, peneliti hanya mengambil dua kelas, yaitu XI-1 dan XI-2. Pemilihan dua kelas tersebut bukan tanpa alasan. Melainkan, berdasarkan hasil observasi awal serta wawancara dengan guru mata pelajaran dan wali kelas, diketahui bahwa XI-1 dan XI-2 merupakan kelas yang paling aktif dalam mengikuti berbagai organisasi dan kegiatan sekolah dibandingkan kelas unggulan lainnya. Tingginya tingkat keaktifan organisasi di dua kelas ini menjadikan keduanya sebagai kelompok yang paling relevan untuk mengidentifikasi permasalahan manajemen waktu yang muncul akibat padatnya aktivitas siswa.

Dari hasil pengambilan data pra-survey melalui angket yang telah dibagikan pada dua kelas tersebut, diketahui bahwa setiap kelas terdiri dari 36 siswa. Sebagian besar siswa mengikuti dua organisasi sekolah, sementara terdapat beberapa siswa yang hanya mengikuti satu organisasi dan sebagian lainnya terlibat dalam lebih dari dua organisasi sekaligus. Tingginya keterlibatan dalam organisasi mencerminkan karakteristik kelas unggulan yang ambisius dan berorientasi pada pengembangan diri, namun kondisi ini juga menyebabkan beban aktivitas yang lebih besar dibandingkan kelas lain.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMAN 1 Mejobo Kudus, diketahui bahwa padatnya aktivitas organisasi berdampak pada kondisi fisik dan akademik siswa. Banyak siswa dilaporkan mengalami kelelahan, bahkan beberapa di antaranya pernah jatuh sakit akibat intensitas kegiatan yang diikuti, sehingga berpengaruh pada kualitas belajar, baik saat pembelajaran di kelas maupun dalam penyelesaian tugas di rumah. Guru BK dan guru mata pelajaran juga mengungkapkan bahwa siswa mengalami kesulitan dalam membagi waktu antara aktivitas organisasi dan tuntutan akademik, yang berdampak pada kurangnya fokus belajar, ketertinggalan materi, serta penurunan keaktifan dan hasil belajar pada sebagian siswa. Hal tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan wali kelas yang menyatakan bahwa siswa yang aktif dalam organisasi cenderung menunjukkan kelelahan, kurang fokus saat pembelajaran, serta mengalami keterlambatan dalam pengumpulan tugas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan manajemen waktu tidak hanya dialami oleh sebagian kecil siswa, melainkan telah menjadi persoalan umum di kedua kelas. Hal ini sejalan dengan pendapat Pance & Pranoto (2024) yang menyatakan bahwa pada masa remaja, individu kerap mengalami kesulitan dalam mengatur waktu akibat meningkatnya tuntutan akademik, keterlibatan dalam berbagai aktivitas, serta belum berkembangnya kemampuan pengaturan diri secara optimal [5]. Kemudian, guru BK menyampaikan bahwa meskipun layanan konseling individu telah diberikan, sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi permasalahan dan menerapkan solusi secara konsisten, sehingga kemampuan pemecahan masalah dan pengelolaan waktu siswa belum berkembang secara optimal dan memerlukan layanan bimbingan yang lebih tepat.

Selain melakukan wawancara pra-survey peneliti juga memberikan angket kuesioner manajemen waktu untuk memastikan kebenaran tentang manajemen waktu siswa. Instrumen angket yang digunakan merupakan adaptasi dari Nuhalfah (2024) berdasarkan teori Hoffmann (1994) [6]. Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata skor kelas XI-2 (54) lebih tinggi dibandingkan kelas XI-1 (49,8), yang mengindikasikan permasalahan manajemen waktu pada kelas XI-2 lebih dominan sehingga memerlukan intervensi yang lebih intensif. Oleh karena itu, kelas XI-2 ditetapkan sebagai kelas penelitian yang akan diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, sehingga intervensi yang diterapkan diharapkan lebih tepat sasaran dan mampu memberikan perubahan yang optimal sesuai dengan kebutuhan siswa.

Berdasarkan paparan masalah yang telah dijelaskan, permasalahan manajemen waktu yang dialami siswa menunjukkan perlunya layanan bimbingan kelompok, tetapi juga melibatkan interaksi dan dinamika kelompok. Bimbingan kelompok menjadi salah satu layanan yang relevan karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk berdiskusi, berbagi pengalaman, serta saling memberikan dukungan dalam menghadapi permasalahan yang sama. Sebagaimana dikemukakan oleh (Hartanti (2022:11) yang berjudul Bimbingan Kelompok, bimbingan kelompok bisa diartikan sebagai bentuk dukungan

yang diberikan kepada seseorang dalam sebuah lingkungan kelompok [7]. Sejalan dengan Masdudi (2015:66) dalam bukunya dijelaskan teknik ini digunakan untuk mendukung peserta didik atau kelompok peserta didik dalam menyelesaikan tantangan melalui aktivitas Bersama [8]. Melalui bimbingan kelompok, siswa dapat belajar dari pengalaman teman sebaya dan mengembangkan keterampilan pengaturan diri secara lebih efektif.

Teknik problem solving adalah cara yang digunakan seseorang untuk mengidentifikasi masalah, menganalisis penyebabnya, serta menentukan dan menerapkan solusi yang tepat secara sistematis. Menurut Fariza et al. (2019) dijelaskan bahwa problem solving dimaknai sebagai kemampuan individu untuk memahami masalah, merencanakan strategi penyelesaian, melaksanakan rencana tersebut, serta melakukan evaluasi terhadap hasil yang diperoleh [9]. Dalam kajiannya, Fariza et al. (2019) juga menjelaskan bahwa tujuan dari teknik problem solving adalah membantu seseorang berpikir secara logis, kritis, dan terstruktur dalam menghadapi berbagai permasalahan sehingga keputusan yang diambil lebih efektif dan tepat sasaran [9]. Secara keseluruhan, teknik ini menjadi keterampilan yang sangat penting bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis, menyelesaikan permasalahan akademik, serta menghadapi tantangan dalam kegiatan belajar maupun aktivitas organisasi [5]. Dalam pelaksanaannya, konselor berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan jalannya diskusi dan membantu siswa memahami setiap tahapan pemecahan masalah, sementara siswa terlibat aktif dalam mengemukakan pendapat, bertukar pengalaman, dan menyepakati solusi melalui dinamika kelompok [5].

Penerapan teknik problem solving dalam bimbingan kelompok diharapkan mampu membantu siswa mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, menganalisis faktor penyebab, serta merumuskan solusi yang tepat secara sistematis. Melalui dinamika kelompok, siswa dapat saling bertukar pendapat, berbagi pengalaman, dan memperoleh sudut pandang baru dalam menyelesaikan permasalahan, sehingga kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan dapat berkembang secara optimal. Bagi siswa kelas unggulan seperti XI-2 yang dikenal ambisius dan memiliki standar pencapaian yang tinggi, teknik problem solving sangat relevan untuk membantu mereka menghadapi tekanan akademik dan tuntutan aktivitas organisasi secara lebih efektif dan terarah.

Menurut penelitian oleh Pance & Pranoto (2024) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif meningkatkan manajemen waktu peserta didik karena mampu membantu siswa menetapkan tujuan, menyusun prioritas, membuat jadwal, dan mengontrol penggunaan waktu secara lebih terarah [5]. Dibuktikan melalui hasil data empiris uji-t yang menunjukkan nilai t-hitung lebih besar dari t-tabel pada taraf signifikansi 0,05, sehingga layanan bimbingan kelompok dinyatakan memberikan pengaruh yang signifikan. Temuan ini selaras dengan penelitian Wahyuni et al (2025) yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving mampu meningkatkan manajemen waktu siswa [10]. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan tersebut efektif karena membantu siswa memahami cara menetapkan tujuan, menyusun prioritas, dan mengelola waktu belajar dengan lebih terarah. Efektivitas bimbingan kelompok terlihat dari hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan nilai $p < 0,05$, sehingga peningkatan yang terjadi bersifat signifikan

Noviatus et al. (2020) juga meneliti efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving dalam meningkatkan regulasi diri belajar siswa kelas XI IPS-1 SMA Kartika III-1 Banyubiru [11]. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti bimbingan kelompok mengalami peningkatan regulasi diri belajar secara signifikan dibandingkan siswa yang tidak mendapatkan layanan tersebut. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata kelompok eksperimen dari 60 pada pretest menjadi 72 pada posttest, sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan berarti. Uji hipotesis menunjukkan nilai t_hitung sebesar 7,166 lebih besar dari t-tabel pada taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif dalam meningkatkan regulasi diri dalam belajar siswa

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya teknik problem solving telah digunakan dalam berbagai konteks pendidikan dan terbukti efektif dalam meningkatkan manajemen waktu maupun aspek pendukungnya. Namun, kajian yang secara spesifik meneliti efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik problem solving terhadap peningkatan manajemen waktu siswa kelas XI SMA pada konteks sekolah menengah atas negeri dengan karakteristik siswa yang memiliki aktivitas akademik dan nonakademik yang padat masih relatif terbatas.

Berdasarkan paparan permasalahan manajemen waktu siswa kelas XI SMAN 1 Mejubo Kudus serta kajian teoretis dan empiris yang telah diuraikan, dapat dipahami bahwa siswa memerlukan layanan bimbingan yang mampu membantu mereka mengidentifikasi permasalahan, menganalisis penyebab, dan menemukan solusi secara tepat. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving relevan karena menggabungkan dinamika kelompok dengan proses pemecahan masalah yang sistematis, sehingga berpotensi membantu siswa mengelola waktu belajar dan aktivitas nonakademik secara lebih efektif dan terarah.

Dengan demikian, penelitian ini dilakukan sebagai upaya untuk mengatasi rendahnya kemampuan manajemen waktu siswa kelas XI-2 melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, serta untuk mengetahui pengaruh layanan tersebut terhadap peningkatan kemampuan siswa dalam mengelola waktu secara efektif dan terarah.

METODE

A.Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Mejobo Kudus yang beralamat di Jalan Pasar Doro, Desa Jepang, Kecamatan Mejobo, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama periode Januari hingga Desember 2025.

B. Rancangan Penelitian

Desain penelitian yang diterapkan adalah desain pre-eksperimental one-group pretest-posttest, yang artinya melibatkan satu kelompok sampel yang diobservasi sebelum dan setelah perlakuan dilakukan (Sugiyono, 2015:73).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Dalam penelitian ini, populasinya adalah kelas XI unggulan yaitu kelas XI-1 hingga XI-5, dengan berjumlah 36 siswa di setiap kelasnya. Sehingga total populasi pada kelas XI unggulan adalah 180 siswa pada SMA N 1 Mejobo Kudus.

2. Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah 8 siswa kelas XI-2 SMA Negeri 1 Mejobo Kudus dari total 36 siswa, yang dipilih sebagai anggota layanan bimbingan kelompok.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Menurut Sugiyono (2015: 203-204) Observasi adalah cara untuk mengumpulkan informasi yang dilakukan dengan cara memantau dan mencatat secara teratur mengenai hal-hal yang menjadi perhatian dalam riset [12].

2. Wawancara

Menurut Sugiyono (2015: 317-319) Wawancara digunakan sebagai cara untuk mengumpulkan data ketika peneliti hendak melakukan tinjauan awal guna menemukan masalah-masalah yang harus diteliti, serta ketika peneliti ingin memperoleh informasi lebih rinci dari sejumlah responden yang terbatas [12].

3. Kuesioner

Menurut (Amalia et al., 2022) kuesioner merupakan cara untuk mengumpulkan informasi dengan memberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada para responden [13].

E. Instrumen Penelitian

1. Validitas Instrumen

Menurut Sugiyono (2015) validitas adalah ukuran yang mengindikasikan seberapa baik sebuah alat dapat mengukur apa yang ingin diukur [12].

2. Reliabilitas Instrumen

Dalam mengukur kemampuan manajemen waktu siswa, penting untuk memastikan setiap pertanyaan dalam kuesioner mengukur hal yang sama, yaitu interaksi sosial. Hal ini bertujuan agar instrumen yang digunakan konsisten dan dapat dipercaya.

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas, yaitu pengujian untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji ini menggunakan One-Sample Shapiro-Wilk Test, karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 siswa. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi (Sig.) > 0,05.

2. Uji Homogenitas, yaitu pengujian untuk memastikan bahwa varians antar kelompok data bersifat sama (homogen). Uji ini dilakukan menggunakan Levene's Test for Equality of Variances. Data dikatakan homogen jika nilai signifikansi (Sig.) > 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

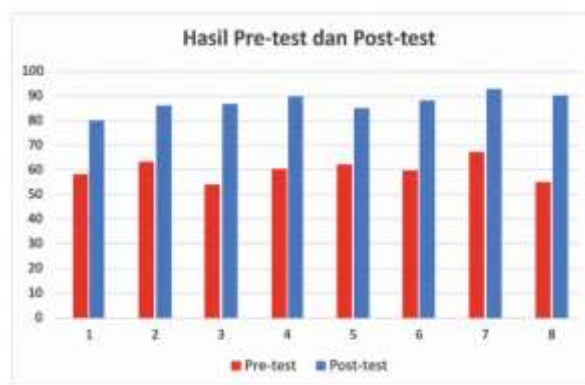
Untuk mengetahui efektivitas intervensi yang telah diberikan, peneliti melakukan analisis terhadap perubahan yang terjadi pada peserta didik. Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving menunjukkan adanya peningkatan kemampuan manajemen waktu pada siswa kelas XI-2 SMAN 1 Mejobo Kudus, sebagaimana disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Hasil Penelitian

No	Inisial	Pre-test		Post-Test		Selisih	Keterangan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori		
1	LAS	59	Sedang	81	Tinggi	22	Naik
2	ABF	64	Sedang	87	Sangat Tinggi	23	Naik
3	MVS	54	Rendah	88	Sangat Tinggi	34	Naik
4	BH	61	Sedang	90	Sangat Tinggi	29	Naik
5	RAP	61	Sedang	86	Sangat Tinggi	25	Naik
6	BFI	60	Sedang	89	Sangat Tinggi	29	Naik
7	MSH	68	Sedang	93	Sangat Tinggi	25	Naik
8	PA	56	Sedang	91	Sangat Tinggi	35	Naik
Rata-Rata		60	Sedang	88	Sangat Tinggi	NAIK	

Selain adanya tabel perbandingan nilai pre-test dan post-test, peningkatan manajemen waktu peserta didik juga dapat dilihat pada grafik berikut:

Gambar 1 Hasil Pre-Test dan Post-test



Pada pelaksanaan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik problem solving untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas XI-2 SMAN 1 Mejobo Kudus, pre-test dilakukan pada pertemuan pertama.

Delapan siswa menunjukkan kemampuan manajemen waktu pada kategori sedang hingga rendah, ditandai dengan kesulitan menentukan prioritas, menunda tugas, kurang disiplin menyusun jadwal belajar, dan mudah terdistraksi.

Intervensi dilakukan melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving yang melatih siswa mengenali masalah, menentukan solusi, dan mengevaluasi penerapannya.

Hasil post-test menunjukkan peningkatan pada seluruh siswa, dengan rata-rata skor naik dari 60 menjadi 88 sehingga sebagian besar berada pada kategori tinggi hingga sangat tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI-2 SMAN 1 Mejobo Kudus, yang selanjutnya dikonfirmasi melalui uji hipotesis.

1. Pengujian Hipotesis

a. Uji Normalitas

Peneliti melakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas sebelum dilakukan pengujian hipotesis. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak, karena normalitas data merupakan salah satu asumsi dasar dalam penggunaan analisis statistik parametrik. Peneliti menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk, karena jumlah sampel penelitian relatif kecil. Berikut ini adalah hasil uji normalitas yang telah dilakukan.

Tabel 2 Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.193	8	.200*	.972	8	.914
POSTTEST	.155	8	.200*	.956	8	.774

*, This is a lower bound of the true significance.
a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas, nilai signifikansi (p-value) untuk data pre-test adalah sebesar 0,914 ($0,914 > 0,05$), sedangkan nilai signifikansi untuk data post-test adalah sebesar 0,774 ($0,774 > 0,05$). Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pre-test maupun post-test berdistribusi normal. Hal ini sesuai dengan

pendapat Sugiyono (2012) yang menyatakan bahwa jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka data berdistribusi normal, sedangkan jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas telah terpenuhi sehingga analisis dapat dilanjutkan menggunakan uji statistik parametrik.

b.Uji Homogenitas

Setelah data dinyatakan berdistribusi normal, langkah berikutnya adalah melakukan uji homogenitas untuk mengetahui apakah varians antar kelompok data yang dibandingkan bersifat sama. Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan Levene's Test. Berikut ini adalah hasil uji homogenitas:

Tabel 3 Uji Normalitas

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
PREPOST Based on Mean	.150	1	14	.705
Based on Median	.148	1	14	.706
Based on Median and with adjusted df	.148	1	13.563	.707
Based on trimmed mean	.149	1	14	.705

Hasil uji homogenitas menggunakan statistik Levene pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data memiliki varians yang homogen. Kondisi homogenitas ini juga mengindikasikan bahwa seluruh sampel dalam penelitian memiliki karakteristik masalah yang serupa, yaitu terkait dengan manajemen waktu. Menurut Sugiyono (2012), data dikatakan homogen apabila nilai signifikansi hasil uji homogenitas lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (Sig. < 0,05), maka data dinyatakan tidak homogen.

c.Uji Paired Sample T-test

Setelah melakukan uji prasyarat seperti uji normalitas dan homogenitas, peneliti melakukan uji hipotesis dengan menggunakan Paired Sample T-test. Peneliti menggunakan paired sample t-test karena hasil data berdistribusi normal sehingga menggunakan parametrik tes. Berikut Adalah hasil uji hipotesis dalam penelitian ini:

Tabel 4 Uji Paired Sample T-test

		Paired Samples Test							
		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1	PRE - POST	-27.750	4.862	1.719	-31.815	-23.685	-16.142	7	.000

Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 ($<0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test. Temuan ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving berpengaruh dalam meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI SMAN 1 Mejubo Kudus. Menurut Sugiyono (2012), jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (Sig. $< 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat perbedaan atau pengaruh yang signifikan antara variabel yang diuji. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Sig. $> 0,05$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dengan demikian, H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil ini membuktikan secara statistik bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI SMAN 1 Mejobo Kudus.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok, siswa menunjukkan perubahan yang positif dalam mengatur, memanfaatkan, dan memprioritaskan waktu sehingga manajemen waktu mereka menjadi lebih baik dibandingkan sebelum diberikan perlakuan.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, delapan siswa yang menjadi subjek penelitian menunjukkan rata-rata nilai pre-test manajemen waktu sebesar 60 yang termasuk dalam kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, siswa masih mengalami kesulitan dalam manajemen waktu, seperti menentukan prioritas, menunda tugas, kurang disiplin terhadap jadwal, kesulitan menyeimbangkan kegiatan akademik dan organisasi, serta mudah terdistraksi.

Kondisi tersebut sesuai dengan teori Hoffmann (1994) yang menyatakan bahwa manajemen waktu meliputi kemampuan menetapkan tujuan dan prioritas, menyusun mekanisme pengelolaan waktu, melakukan kontrol terhadap penggunaan waktu, dan memiliki kecenderungan hidup secara terorganisasi [6]. Kemampuan siswa dalam menentukan prioritas, menyusun jadwal, dan mengelola waktu masih belum optimal sehingga penyelesaian tugas sering terlambat dan pemanfaatan waktu kurang efektif.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa. Salah satu teknik yang dipilih adalah teknik problem solving dalam layanan bimbingan kelompok. Teknik ini dipilih karena dapat membantu siswa memahami masalah yang dihadapi, menemukan penyebab masalah, merumuskan berbagai alternatif solusi,

memilih solusi terbaik, dan mengevaluasi hasil yang diperoleh. Melalui proses tersebut siswa diharapkan mampu mengembangkan kemampuan mengelola waktu secara lebih efektif dalam kehidupan sehari-hari.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving merupakan salah satu layanan yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan manajemen waktu siswa. Pelaksanaan intervensi dilakukan melalui empat tahapan bimbingan kelompok menurut Prayitno, yaitu:

1. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan, pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan salam dan doa, kemudian menjelaskan tujuan layanan bimbingan kelompok, manfaat kegiatan, serta asas-asas yang harus dipatuhi selama kegiatan berlangsung seperti asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, dan norma kelompok. Selanjutnya anggota kelompok melakukan pengenalan dan mengikuti kegiatan ice breaking untuk membangun suasana yang nyaman dan akrab. Tahap ini bertujuan agar siswa merasa aman dan siap untuk mengikuti kegiatan kelompok.

2. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, pemimpin kelompok memastikan kesiapan seluruh anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan inti. Pemimpin kelompok memberikan motivasi, menjelaskan kembali alur kegiatan, serta mendorong siswa agar berpartisipasi secara aktif selama proses diskusi berlangsung. Tahap ini dilakukan untuk mengurangi rasa canggung serta membangun kesiapan siswa dalam mengikuti proses pemecahan masalah secara kelompok.

3. Tahap Kegiatan Inti

Pada tahap kegiatan inti, pemimpin kelompok menerapkan teknik problem solving sesuai dengan langkah-langkah yang dikemukakan oleh Dewey (1993) [14]. Pada pertemuan pertama siswa diarahkan untuk mengenali berbagai permasalahan manajemen waktu yang mereka alami, seperti kebiasaan menunda tugas, kurang mampu menentukan prioritas kegiatan, dan kesulitan membagi waktu antara belajar dan kegiatan lainnya. Pada pertemuan kedua siswa dibimbing untuk mendefinisikan masalah secara lebih spesifik serta mengidentifikasi berbagai faktor penyebab yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mengelola waktu.

Selanjutnya pada pertemuan ketiga siswa diajak menyusun berbagai alternatif solusi terhadap masalah yang telah diidentifikasi. Siswa berdiskusi mengenai kelebihan dan kekurangan dari setiap alternatif solusi kemudian memilih solusi yang paling tepat dan realistis untuk diterapkan. Solusi yang dipilih antara lain membuat jadwal harian, menentukan skala prioritas kegiatan, membuat daftar tugas, mengurangi aktivitas yang kurang penting, dan mengurangi kebiasaan menunda pekerjaan. Kegiatan ini membantu siswa memahami bahwa setiap masalah dapat diselesaikan melalui proses berpikir yang sistematis dan terarah.

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, pemimpin kelompok mengajak seluruh anggota kelompok melakukan refleksi terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Siswa menyampaikan pengalaman, pemahaman baru, dan perubahan yang dirasakan setelah mengikuti layanan. Selain itu, siswa juga menyampaikan komitmen untuk menerapkan strategi manajemen waktu yang telah disusun dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahap ini dilakukan evaluasi terhadap seluruh proses layanan serta pelaksanaan post-test untuk mengetahui perubahan tingkat manajemen waktu siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving.

Setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, kemampuan manajemen waktu siswa mengalami peningkatan. Hasil post-test menunjukkan rata-rata skor sebesar 88 yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dari delapan siswa yang menjadi subjek penelitian, tujuh siswa berada pada kategori sangat tinggi dan satu siswa berada pada kategori tinggi. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa siswa telah mampu menentukan prioritas kegiatan dengan lebih baik, menyusun jadwal secara teratur, mengontrol penggunaan waktu, serta mengurangi kebiasaan menunda pekerjaan.

Peningkatan kemampuan manajemen waktu tersebut menunjukkan bahwa teknik problem solving mampu membantu siswa memahami akar permasalahan yang mereka hadapi sekaligus menemukan solusi yang sesuai dengan kondisi masing-masing. Selain itu, dinamika kelompok yang terbentuk selama layanan berlangsung memberikan kesempatan kepada siswa untuk saling berbagi pengalaman, memberikan dukungan, dan memperoleh masukan dari anggota kelompok lainnya. Kondisi ini sesuai dengan teori Hartanti (2022) yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu anggota kelompok mengembangkan kemampuan pribadi, sosial, belajar, maupun karier [7].

Peneliti kemudian melakukan uji hipotesis untuk memastikan adanya perbedaan tingkat manajemen waktu sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Analisis dilakukan menggunakan Paired Sample T-Test dengan bantuan SPSS. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,000 < 0,05$). Hasil pengujian menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian, terdapat perbedaan signifikan pada manajemen waktu siswa sebelum dan sesudah intervensi, sehingga bimbingan kelompok dengan teknik problem solving terbukti efektif meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI SMAN 1 Mejobo Kudus.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Liza et al. (2024) yang menunjukkan bahwa penerapan teknik problem solving dalam konseling kelompok mampu meningkatkan resiliensi mahasiswa secara signifikan [15]. Meskipun variabel yang diteliti berbeda, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa teknik problem solving efektif membantu individu mengidentifikasi masalah, menganalisis penyebab, dan menentukan solusi secara sistematis. Hasil tersebut memperkuat

temuan penelitian ini bahwa teknik problem solving mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola waktu.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Raniah dan Muyana (2023) yang membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif meningkatkan manajemen waktu belajar siswa [16]. Persamaan penelitian terletak pada penggunaan teknik problem solving sebagai strategi intervensi, sedangkan perbedaannya terdapat pada subjek penelitian. Penelitian Raniah dan Muyana dilakukan pada siswa SMP, sedangkan penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI SMAN 1 Mejobo Kudus.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Pance dan Pranoto (2024) yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa [5]. Melalui proses identifikasi masalah, pencarian alternatif solusi, dan evaluasi hasil, siswa menjadi lebih mampu mengatur aktivitas dan memanfaatkan waktu secara efektif.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Wahyuni dkk. (2025) yang menyimpulkan bahwa teknik problem solving mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam menentukan prioritas kegiatan, menyusun jadwal belajar, serta mengurangi perilaku menunda pekerjaan [10]. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving mengalami peningkatan kemampuan manajemen waktu yang signifikan dibandingkan sebelum memperoleh layanan.

Selain itu, penelitian Adinda Salsameywa Putri et al. (2025) juga menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif meningkatkan keterampilan belajar siswa [17]. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini karena keterampilan berpikir sistematis dan kemampuan menyelesaikan masalah yang dikembangkan melalui teknik problem solving turut mendukung peningkatan kemampuan manajemen waktu siswa.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Hananto et al. (2020) yang menyatakan bahwa teknik problem solving dalam bimbingan kelompok mampu meningkatkan efikasi diri akademik [18]. Efikasi diri yang meningkat mendorong siswa menjadi lebih percaya diri dalam mengatur aktivitas belajar sehingga berdampak positif terhadap kemampuan mengelola waktu.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Noviatius dkk. (2020) yang menemukan bahwa teknik problem solving efektif meningkatkan regulasi diri siswa [11]. Regulasi diri memiliki hubungan yang erat dengan manajemen waktu karena keduanya menuntut kemampuan individu dalam merencanakan kegiatan, mengendalikan perilaku, serta mengevaluasi tindakan yang dilakukan. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan manajemen waktu yang ditemukan dalam penelitian ini juga menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dalam mengontrol dan mengarahkan dirinya secara lebih baik.

Setelah melakukan penelitian, peneliti menemukan beberapa kelebihan dari penelitian ini. Pelaksanaan layanan dilakukan secara sistematis melalui tahapan bimbingan kelompok dan langkah-langkah problem solving sehingga siswa dapat memahami permasalahan yang dialami secara lebih mendalam. Selain itu, suasana kelompok yang mendukung memungkinkan siswa untuk saling berbagi pengalaman, memberikan masukan, serta memperoleh dukungan dari anggota kelompok lainnya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang relatif sedikit karena hanya melibatkan delapan siswa sebagai subjek penelitian. Selain itu, durasi pelaksanaan layanan yang relatif singkat menyebabkan peneliti belum dapat mengamati perubahan perilaku siswa dalam jangka panjang. Penelitian ini juga hanya berfokus pada peningkatan manajemen waktu tanpa mengkaji pengaruhnya terhadap variabel lain seperti prestasi belajar, motivasi belajar, atau kedisiplinan siswa. Untuk mengatasi keterbatasan durasi, guru Bimbingan dan Konseling dapat menjadwalkan sesi tindak lanjut secara berkala, memberikan lembar pemantauan manajemen waktu, serta melakukan evaluasi singkat melalui diskusi atau konseling individual agar perkembangan siswa tetap terpantau.

Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif layanan yang efektif bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan manajemen waktu. Melalui layanan tersebut siswa dapat belajar mengenali masalah yang dihadapi, mencari solusi yang tepat, serta mengembangkan kebiasaan positif dalam mengelola waktu sehingga dapat mendukung keberhasilan belajar maupun aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI SMAN 1 Mejobo Kudus. Penerapan teknik ini membantu siswa menentukan prioritas, menyusun jadwal, mengelola penggunaan waktu, dan memanfaatkannya secara lebih optimal. Oleh sebab itu, layanan ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif intervensi untuk meningkatkan manajemen waktu siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta hasil analisis statistik dan uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving terbukti efektif dalam meningkatkan manajemen waktu siswa kelas XI SMAN 1 Mejobo Kudus. Adapun kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Tingkat manajemen waktu siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor 60. Hal ini menunjukkan bahwa siswa masih mengalami kendala dalam mengatur waktu, menentukan prioritas, menyusun jadwal, dan memanfaatkan waktu secara efektif.

2. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, kemampuan manajemen waktu siswa mengalami peningkatan menjadi kategori sangat tinggi dengan rata-rata skor 88. Layanan ini membantu siswa dalam mengenali permasalahan, menentukan solusi, serta menerapkan strategi pengelolaan waktu yang lebih efektif dalam kehidupan sehari-hari.

3. Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving dibuktikan melalui uji Paired Sample t-Test dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, serta peningkatan skor rata-rata dari 60 menjadi 88. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah layanan diberikan, sehingga hipotesis penelitian diterima.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu jumlah sampel yang relatif kecil dengan hanya melibatkan delapan siswa serta durasi pelaksanaan layanan yang terbatas sehingga perubahan perilaku siswa dalam jangka panjang belum dapat diamati secara optimal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan cakupan sampel yang lebih luas dan waktu pelaksanaan yang lebih panjang untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini, khususnya kepada SMAN 1 Mejubo Kudus, para guru, siswa kelas XI yang menjadi responden, serta semua pihak yang telah membantu sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

References

1. A. Rahma, I. Yuliani, D. Puspitarini, dan Y. D. Krisphianti, "Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving (Solusi yang Ditawarkan untuk Meningkatkan Pemahaman Manajemen Waktu pada Siswa)," *Jurnal Prosiding*, 2020.
2. D. Alawiyah dan N. M. Harahap, "Aktivitas Ekstrakurikuler dan Prestasi Belajar dalam Self-Management Siswa di SMA Negeri 3 Yogyakarta," *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, vol. 15, no. 1, hlm. 35–45, 2018.
3. D. Fitriani, A. Slamet Kusmanto, dan R. Aristiani, "Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management dalam Meningkatkan Manajemen Waktu Peserta Didik XI-F2 SMA Negeri 2 Kudus," *Jurnal Unipas*, vol. 42, no. 2, hlm. 81, 2025.
4. E. P. Anjani, "Pengaruh Manajemen Waktu Belajar dalam Peningkatan Kedisiplinan dan Prestasi pada Siswa SMA/SMK," *Jurnal Karimah Tauhid*, vol. 2, no. 5, 2023.
5. D. P. Hestiyani dan H. Pranoto, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Meningkatkan Manajemen Waktu," *Jurnal Counseling Milenial*, hlm. 1–12, 2024.
6. T. Hoffmann, "Time Management: Test of a Process Model," *Journal of Applied Psychology*, vol. 79, no. 3, 1994.
7. J. Hartanti, *Bimbingan Kelompok*. L. Nindi Riandika, Ed. Duta Sablon, 2022.
8. Masdudi, *Bimbingan Konseling Perspektif Sekolah*, revisi ed. Nurjati Press, 2015.
9. D. F. T. Syarif, M. Fatchurahman, dan Karyanti, *Teknik Creative Problem Solving*. 2019.
10. S. Wahyuni, K. U. Syaimi, dan S. A. Prameswari, "Upaya Meningkatkan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving pada Siswa X APL 1 SMK Negeri 3 Medan," *Pema Jurnal*, vol. 5, no. 2, hlm. 691–700, 2025.
11. A. N. Sa'adah, R. Ma Dan, dan P. Dian, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Kelas XI IPS-1 SMA Kartika III-1 Banyubiru," *Jurnal Bimbingan Konseling*, vol. 5, hlm. 11–19, 2020.
12. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2015.
13. R. N. Amalia, R. S. Dianingati, dan E. Annisaa', "Pengaruh Jumlah Responden terhadap Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi," *Generics: Journal of Research in Pharmacy*, vol. 2, no. 1, hlm. 9–15, 2022.
14. J. Dewey, *How We Think: A Restatement of the Relation of Reflective Thinking to the Educative Process*. D. C. Heath and Company, 1993.
15. L. O. Liza, M. A. Rusandi, D. D. B. Situmorang, dan Ildil, "The Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy Group Counseling Using Problem Solving Techniques to Improve the Resilience of First-Year Students at University," *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, vol. 8, no. 2, 2024.
16. I. N. Raniah dan S. Muyana, "Improving Learning Time Management Using Problem Solving Techniques in Group Guidance Activities," *International Journal of Paedagogy*, vol. 13, no. 1, 2023.
17. A. S. Putri, A. Siregar, dan A. D. Hasibuan, "Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan," *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, vol. 3, no. 2, hlm. 62–85, 2025.
18. I. Hananto dan M. E. Wibowo, "The Effectiveness of Group Guidance with Problem Solving and Self-Management Techniques to Improve Self-Efficacy," *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2020.