

**EFEKTIVITAS *SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY* (SFBT)
UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU
SANTRI DI PONDOK PESANTREN NURUL MUSTHOFA
KOTA TANJUNG KABUPATEN TABALONG**

SKRIPSI

**OLEH
RISMA**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2022 M/1444 H**

**EFEKTIVITAS *SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY* (SFBT)
UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MANAJEMEN WAKTU
SANTRI DI PONDOK PESANTREN NURUL MUSTHOFA
KOTA TANJUNG KABUPATEN TABALONG**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

**Oleh
Risma
NIM. 180101060492**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
BANJARMASIN
2022 M/1444 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Risma
NIM : 180101060492
Tempat/Tanggal Lahir : Tabalong/ 11 Maret 2000
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, “Efektivitas *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Santri di Pondok Pesantren Nurul Musthofa Kota Tanjung Kabupaten Tabalong” adalah benar-benar karya saya sendiri, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 20 Desember 2022
Yang membuat pernyataan,



Risma



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani KM. 4,5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3253939 Faksimile (0511) 3274492
Email: bkpi@uin-antasari.ac.id Web: <http://ftk.iain-antasari.ac.id>

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME

Nomor : 161/Un.14/III.1.w/PP.00.9/11/2022

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama	: Risma
NIM	: 180101060492
Program	: S-1
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Judul Skripsi:

Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Solution Focused Brief Therapy (SFBT) untuk Meningkatkan Kemampuan Manajemen Waktu Santri di Ponpes Nurul Musthofa Kabupaten Tabalong.

Hasil Uji Plagiasi : 11%

Berdasarkan hasil uji plagiasi dengan menggunakan www.turnitin.com bahwa naskah skripsi ini dinyatakan memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 28 November 2022

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dra. Rahmatul Janah, M.Pd
196012011994032005

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Efektivitas *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk Meningkatkan Kemampuan Manajemen Waktu Santri di Pondok Pesantren Nurul Musthofa Kota Tanjung Kabupaten Tabalong

Ditulis oleh : Risma

NIM : 180101060492

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Program : Strata Satu (S1)

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Tahun Akademik : 2022/2023

Tempat dan Tanggal Lahir : Tabalong, 11 Maret 2000

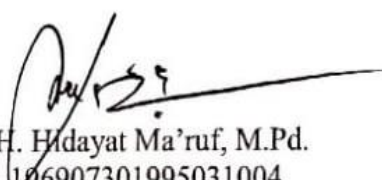
Alamat : Desa Palapi Rt.010 Rw. 002 Kec. Muara Uya Kab.Tabalong Prov. Kalimantan Selatan.

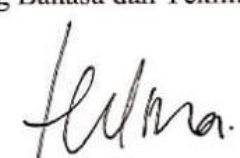
setelah diteliti dan diadakan perbaikan, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin

Banjarmasin, 20 Desember 2022

Pembimbing
Bidang Konten dan Metodologi,

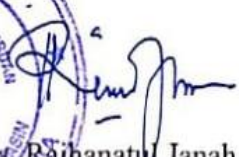
Pembimbing
Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan


Dr. H. Hidayat Ma'ruf, M.Pd.
NIP. 196907301995031004


Helma Nuraini, S.Psi. M.Pd.
NIP. 197606302006042001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,




Dra. Rahmatul Janah, M.Pd.
NIP. 196912011994032005

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Efektivitas *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk meningkatkan Kemampuan Manajemen Waktu Santri di Pondok Pesantren Nurul Musthofa Kota Tanjung Kabupaten Tabalong,

Nama Risma, NIM 180101060492, telah diajukan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 20 Desember 2022

Nilai : 82,85 (A)

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin



Dr. H. Hamdan, M.Pd
NIP. 196604051993031005

TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. H. Hidayat Ma'ruf, M.Pd (Ketua)	
2. Mufida Istati, M.Pd (Anggota)	
3. Helma Nuraini, S.Psi.M.Pd (Anggota)	

ABSTRAK

Risma. 180101060492. Efektivitas *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk Meningkatkan Kemampuan Manajemen Waktu Santri di Pondok Pesantren Nurul Musthofa Kota Tanjung Kabupaten Tabalong, Pembimbing Bidang Konten dan Metodologi Dr. Hidayat Ma'ruf, M.Pd dan Pembimbing Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan Helma Nuraini, S.Psi., M.Pd, pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin. 2022.

Kata Kunci : *Efektivitas, Konseling Kelompok, Solution Focused Brief Therapy, Manajemen Waktu, Pondok Pesantren.*

Banyaknya kegiatan yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Nurul Musthofa Tanjung membuat banyak santri putri kesulitan dalam memanajemen waktu. Kemampuan manajemen waktu sangat menunjang proses pembelajaran di pondok pesantren karena dengan adanya kemampuan manajemen waktu dalam diri santri, dapat membantu mencapai target atau tujuan yang sudah ditetapkan oleh masing-masing santri dengan pengelolaan waktu yang baik.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas konseling kelompok *Solution Focused Brief Therapy* untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu santri putri di Pondok Pesantren Nurul Musthofa Tanjung Kabupaten Tabalong.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *pre-eksperimen design* tipe *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 9 orang santri putri di Pondok Pesantren Nurul Musthofa yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala (angket), observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian dari perhitungan rata-rata skor kemampuan manajemen waktu sebelum mengikuti layanan konseling kelompok yaitu 40,6 kategori rendah dan sangat rendah dengan persentase 42%, setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) mengalami peningkatan dengan perhitungan rata-rata menjadi 62,9 kategori sedang dengan persentase 66%. Adapun hasil uji paired T-test menunjukkan bahwa nilai sign(2-tailed) lebih kecil dari 0,05 yaitu $0,000 < 0,05$ maka disimpulkan bahwa H_0 diterima. Berdasarkan rumusan masalah dapat disimpulkan bahwa *Solution Focused Brief Therapy* efektif untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu santri putri. Saran dalam penelitian ini adalah untuk ustadz/ustazah di Pondok Pesantren agar dapat memahami bawa meningkatkan kemampuan manajemen waktu santri dengan konseling kelompok menggunakan teknik *solution focused brief therapy* (SFBT) itu efektif.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah SWT. Tuhan seru sekalian alam. Salawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW., yang telah menunjukkan kepada manusia jalan keselamatan di dunia dan di akhirat.

Peneliti menyadari dengan sepenuhnya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan semua pihak, baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa ini dapat diselesaikan.

Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, peneliti ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dimaksud. Khususnya, peneliti ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. H. Hamdan, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenaan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Raihanatul Janah, M.Pd, selaku Ketua Program Studi BKPI, serta Ibu Nurul Rahmi, M.Pd selaku Sekretaris Program Studi BKPI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, yang memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada program studi.

3. Bapak Dr. H. Hidayat Ma'ruf, M.Pd selaku pembimbing skripsi Bidang Konten dan Metodologi serta Ibu Helma Nuraini, S.Psi.M.Pd, selaku pembimbing skripsi Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan.
4. Para dosen, karyawan dan karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu dan layanan yang baik selama peneliti berstudi.
5. Bapak Dr. Saifuddin, M.Ag, selaku Kepala Perpustakaan UIN Antasari dan staf serta Bapak Ahmad Syauqi, S.Ag, S.IPI, M.Pd.I, selaku Kepala Perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari dan staf yang telah memberikan layanan pada peneliti.
6. Bapak Miftahul Munir, S.Ag, selaku kepala sekolah di Pondok Pesanten Nurul Musthofa Tanjung yang telah banyak memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
7. Seluruh informan yang bersedia memberikan informasi dan data dalam penelitian ini.

Semoga Allah swt, melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka dan mencatatnya sebagai kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda. Peneliti berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah di sisi-Nya

Banjarmasin, 26 Jumadil Awal 1444 H
20 Desember 2022 M



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	7
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian	10
E. Signifikansi Penelitian	10
F. Penelitian yang Relevan	11
G. Hipotesis Penelitian.....	15
H. Sistematika Penelitian	15

BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR

A. Tinjauan Teoretik.....	17
1. Efektivitas	17
2. Konseling Kelompok	19
a. Pengertian Konseling Kelompok.....	19
b. Tujuan Konseling Kelompok	21
c. Tahapan-Tahapan Konseling Kelompok.....	23
d. Teknik-Teknik Konseling Kelompok.....	27
3. <i>Solution Focused Brief Therapy</i> (SFBT)	29
a. Pengertian SFBT	29
b. Konsep Dasar SFBT	30
c. Tujuan SFBT	31
d. Teknik-Teknik SFBT.....	32
e. Kelebihan dan Kekurangan SFBT	37

f. Tahap Pelaksanaan SFBT	39
4. Manajemen Waktu	43
a. Pengertian Manajemen Waktu	43
b. Aspek-Aspek Manajemen Waktu	47
c. Faktor-Faktor yang memengaruhi Manajemen Waktu	50
d. Indikator Manajemen Waktu	51
e. Manfaat Manajemen Waktu	52
5. Pondok Pesantren	53
a. Pengertian Pondok Pesantren	53
b. Jenis-Jenis Pondok Pesantren	55
B. Kerangka Pikir	58

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	60
B. Desain Penelitian	60
C. Setting Penelitian	61
D. Populasi dan Sampel	62
E. Data dan Sumber Data	63
F. Teknik Pengumpulan Data	64
G. Instrumen Penelitian	72
H. Teknik Analisis Data	76

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	78
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	78
2. Penyajian Data	82
B. Pembahasan	103

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	107
B. Saran	107

DAFTAR PUSTAKA	109
-----------------------------	------------

LAMPIRAN	111
-----------------------	------------

RIWAYAT HIDUP	137
----------------------------	------------

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 : Hasil <i>Pre-test</i> Santri Putri Ponpes Nurul Musthofa.....	3
Tabel 2.1 : Perbedaan Pendekatan SFBT dan Konvensional.....	30
Tabel 3.1 : Skor Alternatif Jawaban.....	66
Tabel 3.2 : Kriteria Manajemen Waktu.....	67
Tabel 3.3 : Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen	67
Tabel 3.4 : Simpulan Validitas dan Reliabilitas Angket Uji Coba	75
Tabel 4.1 : Keadaan Guru dan Staf/karyawan	80
Tabel 4.2 : Keadaan Santri Tahun Ajaran 2022/2023.....	81
Tabel 4.3 : Sarana dan Prasarana	81
Tabel 4.4 : Data Hasil <i>Pre-test</i>	83
Tabel 4.5 : Hasil Pengukuran Skala Manajemen Waktu	83
Tabel 4.6 : Hasil Pengukuran Skala Manajemen Waktu Per-Indikator	84
Tabel 4.7 : Identifikasi Masalah.....	86
Tabel 4.8 : Hasil Pengukuran Skala Manajemen Waktu	97
Tabel 4.9 : Hasil Pengukuran Skala Manajemen Waktu Per-Indikator	97
Tabel 4.10: Hasil Pre-Test, Post-Test dan Score	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian.....	59
Gambar 2. Grafik Peningkatan Kemampuan Manajemen Waktu.....	99
Gambar 3. Uji Normalitas	101
Gambar 4. Uji Homogenitas	101
Gambar 5. Uji Paired T-Test.....	102

DAFTAR LAMPIRAN

1. Daftar Terjemah	111
2. Skala Manajemen Waktu	112
3. Pedoman Wawancara	113
4. Pedoman Observasi	114
5. Pedoman Konseling Kelompok SFBT	115
6. Jadwal Kegiatan Santri.....	130
7. Foto-Foto Kegiatan Penelitian	131
8. Surat Keputusan tentang Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi	133
9. Surat Keterangan Telah Malaksanakan Seminar Proposal Skripsi	134
10. Surat Izin Malaksanakan Penelitian	135
11. Surat Keterangan Telah Selesai Malaksanakan Penelitian	136