**Lampiran 2**

**PELAKSANAAN KEGIATAN EKSPERIMEN**

 **PENERAPAN TEKNIK MANAJEMEN WAKTU**

**SMA NEGERI 1 BUA PONRANG KABUPATEN LUWU**

Kegiatan latihan teknik manajemen waktu terbagi dalam 9 kali pertemuan, termasuk *pre-test* dan *post-test* rentang waktu 45-60 menit.

Pertemuan 1

|  |
| --- |
| **Pertemuan 1** |
| **Topik kegiatan** | Pemberian Pre-testt |
| **Deskripsi kegiatan** | Melaksanakan Pre- test  |
| **Tujuan** | Untuk mengetahui Gambaran tentang perilaku prokrastinasi akademik siswa sebelum perlakuan |
| **Skenario** | 1. Membina hubungan baik
2. Menjelaskan tujuan kegiatan termasuk cara mengerjakan tes
3. Membagikan tes
4. Mengerjakan tes
5. mengakhiri
 |
| **Waktu** |  |

|  |
| --- |
| **Pertemuan II** |
| **Topik kegiatan** | Pemberian bahan informasi I materi hakikat waktu dan perilaku prokrastinasi akademik |
| **Deskripsi kegiatan** | Penjelasan secara umum mengenai betapa pentingnya menghargai waktu.  |
| **Tujuan** | Siswa dapat memmahami secara garis besar kegiatan yang akan dilakukan selama penerapan tekbnik manajemen waktu  |
| **Skenario** | 1. peneliti membangun raport
2. menjeleaskan materi.
3. Tanya jawab.
4. Pemeberian balikan oloeh peneliti
5. Mengakhiri kegiatan
 |
| **Waktu** | 60 menit |

|  |
| --- |
| **Pertemuan III** |
| **Topik kegiatan** | Pemberian bahan informasi II: Sepuluh cara jitu membagi waktu |
| **Deskripsi kegiatan** | Peneliti memberikan informasi tentang sepuluh cara jitu membagi waktu  |
| **Tujuan** | Siswa dapat mengetahui sepuluh cara terbaik membagi waktu |
| **Skenario** | 1. Membangun raport
2. Menjelaskan materi tentang bahan informasi
3. Tanya jawab
4. Pemberian balikan
5. mengakhiri
 |
| **Waktu** | 60 menit |

|  |
| --- |
| **Pertemuan IV** |
| **Topik kegiatan** | Bahan informasi III: Penggunaan waktu belajar. |
| **Deskripsi kegiatan** | Peneliti memberikan bahan informasi tentang mengatur penggunaan waktu belajar  |
| **Tujuan** | Siswa memiliki penegetahuan dalam mengelola waktu belajar. |
| **Skenario** | 1. Membangun raport
2. Menjelaskan materi tentang bahan informasi
3. Tanya jawab
4. Pemberian balikan
5. mengakhiri
 |
| **Waktu** | 60 menit |

|  |
| --- |
| **Pertemuan V** |
| **Topik kegiatan** | Latihan I |
| **Deskripsi kegiatan** | Peneliti memberikan latihan menyusun aktivitas kegiatan berdasarkan skala prioritas  |
| **Tujuan** | Siswa mampu menyusun aktifitas kegiatan berdasarkan skala prioritas. |
| **Skenario** | 1. Peneliti membangun rapport
2. Peneliti membagikan kepada siswa lembar latihan menyusun *jadwal perencanaan tugas atau aktifitas dalam skala prioritas* (LK I), kemudian menjelaskan cara mengerjakannya. Setelah itu diberikan waktu selama 30 menit kepada siswa untuk mengerjakannya.
3. 15 menit kemudian pembahasan lembar kerja dikumpulkan
4. peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya seputar latihan ini

 (diskusi)1. peneliti mengumumkan pertemuan berikutnya
 |
| **Waktu** | 60 menit |

|  |
| --- |
| **Pertemuan VI** |
| **Topik kegiatan** | Latihan II |
| **Deskripsi kegiatan** | Peneliti memberikan lembar kerja menyusun jadwal kerja atau aktifitas harian  |
| **Tujuan** | Siswa mampu menyusun jadwal kerja harian harian. |
| **Skenario** | 1. Peneliti membangun rapport
2. Peneliti membagikan kepada siswa lembar latihan menyusun *jadwal aktifitas setiap hari* (LK II),
3. kemudian menjelaskan cara mengerjakan atau menyususn jadwal. Setelah itu diberikan waktu selama 30 menit kepada siswa untuk mengerjakannya.
4. 30 menit kemudian pembahasan lembar kerja jadwal aktifitas setiap hari
5. peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya seputar latihan penyusunan jadwal aktifitas setiap hari kemudian memberi balikan untuk menyempurnakan pertanyaan konseli untuk mengikuti kegiatan berikutnya.
 |
| **Waktu** | 60 menit |
| **Pertemuan VII** |
| **Topik kegiatan** | Pemberian lembar kerja III |
| **Deskripsi kegiatan** | Peneliti memberikan lembar kerja latihan menyusun kalender pribadi persemester  |
| **Tujuan** | Siswa memiliki pengetahuan dan terampil dalam menyusun kalender pribadi semester. |
| **Skenario** | 1. Peneliti membangun rapport
2. Peneliti membagikan kepada siswa lembar latihan menyusun *jadwal kalender pribadi semester* (LK3), kemudian menjelaskan cara mengerjakannya. Setelah itu diberikan waktu selama 30 menit kepada siswa untuk mengerjakannya.
3. 15 menit kemudian membahas pentingnya membuat kalender pribadi
4. peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya seputar latihan ini (diskusi, Tanya jawab).
5. Sebelum pertemuan berakhir peneliti memberikan pesan berupa: Menjelasan tentang pekerjaan rumah dan tindak lanjut dari teknik manajemen waktu:
6. peneliti meminta kepada responden untuk menjalankan dan mengontrol aktifitas yang telah direncanakan.
7. Peneliti meminta responden untuk menjalankan prioritas dan. yang telah di susun termasuk penggunaan waktu untuk belajar, menyelesaikan tugas sekolah dirumah .
8. Peneliti meminta siswa melaksanakan dan mengevaluasi setiap jadwal kegiatan yang telah disusun pada pertemuan sebelumnya mulai dari menyusun aktifitas berskala prioritas, aktifitas harian sampai pada jadwal kalender pribadi semester untuk satu semester kedepan, termasuk penggunaan waktu untuk belajar, menyelesaikan tugas sekolah, belajar menghadapi ujian, tanggal ujian ulangan harian, mid semester,dan semester, agenda acara kekeluargaan, rekreasi. Dan lain-lain yang telah disusun.
 |
| **Waktu** | 60 menit |

|  |
| --- |
| **Pertemuan VIII** |
| **Topik kegiatan** | Pemberian tindak lanjut |
| **Deskripsi kegiatan** | Peneliti memberikan tindak lanjut tentang pelaksanaan manajemen waktu. |
| **Tujuan** | Siswa memiliki penegetahuan dan terampil mengelola waktu belajar. |
| **Skenario** | 1. Peneliti membangun rapport
2. Pekerjaan rumah dan tindak lanjut
3. Diskusi tentang pekerjaan rumah dan tindak lanjut
4. Tanya jawab
5. Peneliti mengumumkan jadwal pots-test.
6. Penutup,
 |
| **Waktu** | 60 menit |

|  |
| --- |
| **Pertemuan 1X** |
| **Topik kegiatan** | Pemberian pre-tes |
| **Deskripsi kegiatan** | Melaksanakan Pre- test  |
| **Tujuan** | Untuk mengetahui Gambaran tentang perilaku prokrastinasi akademik siswa sebelum perlakuan |
| **Skenario** | 1. Membina hubungan baik
2. Menjelaskan tujuan kegiatan termasuk cara mengerjakan tes
3. Membagikan tes
4. Mengerjakan tes
5. mengakhiri
 |
| **Waktu** | 45 menit |