

BAB II **KAJIAN PUSTAKA**

A. Mengisi Waktu Luang

1. Definisi Waktu Luang

Dalam bahasa Inggris waktu luang dikenal dengan sebutan *leisure*.

Kata *leisure* sendiri berasal dari bahasa Latin yaitu *licere* yang berarti diizinkan (*To be Permitted*) atau menjadi bebas (*To be Free*). Kata lain dari *leisure* adalah *loisir* yang berasal dari bahasa Perancis yang artinya waktu luang (*Free Time*), George Torkildsen (Januarius Anggoa, 2011).

Berdasarkan teori dari George Torkildsen dalam bukunya yang berjudul *leisure and recreation management* (Januarius Anggoa, 2011) definisi berkaitan dengan *leisure* antara lain:

a. Waktu luang sebagai waktu (*leisure as time*)

Waktu luang digambarkan sebagai waktu senggang setelah segala kebutuhan yang mudah telah dilakukan. Yang mana ada waktu lebih yang dimiliki untuk melakukan segala hal sesuai dengan keinginan yang bersifat positif. Pernyataan ini didukung oleh Brightbill yang beranggapan bahwa waktu luang erat kaitannya dengan kaitannya dengan kategori *discretionary time*, yaitu waktu yang digunakan menurut pemilihan dan penilaian kita sendiri.

b. Waktu luang sebagai aktivitas (*leisure as activity*)

Waktu luang terbentuk dari segala kegiatan bersifat mengajar dan menghibur pernyataan ini didasarkan pada pengakuan dari pihak *The*

International Group of the Social Science of Leisure, menyatakan bahwa:

“waktu luang berisikan berbagai macam kegiatan yang mana seseorang akan mengikuti keinginannya sendiri baik untuk beristirahat, menghibur diri sendiri, menambah pengetahuan atau mengembangkan keterampilannya secara objektif atau untuk meningkatkan keikutsertaan dalam bermasyarakat.

- c. Waktu luang sebagai suasana hati atau mental yang positif (*leisure as an end in itself or a state of being*)

Pieper beranggapan bahwa:“Waktu luang harus dimengerti sebagai hal yang berhubungan dengan kejiwaan dan sikap yang berhubungan dengan hal-hal keagamaan, hal ini bukan dikarenakan oleh faktor-faktor yang datang dari luar. Hal ini juga bukan merupakan hasil dari waktu senggang, liburan, akhir pekan, atau liburan panjang.

- d. Waktu luang sebagai sesuatu yang memiliki arti luas (*leisure as an all embracing*)

Menurut Dumadezirer, waktu luang adalah relaksasi, hiburan, dan pengembangan diri. Dalam ketiga aspek tersebut, mereka akan menemukan kesembuhan dari rasa lelah, pelepasan dari rasa bosan, dan kebebasan dari hal-hal yang bersifat menghasilkan. Dengan kata lain, waktu luang merupakan ekspresi dari seluruh aspirasi manusia dalam mencari kebahagiaan, berhubungan dengan tugas baru, etnik baru, kebijakan baru, dan kebudayaan baru.

- e. Waktu luang sebagai suatu cara untuk hidup (*leisure as a way of living*)

Seperti yang dijelaskan oleh Goodale dan Godbye dalam buku *The Evolution Of Leisure* : “Waktu luang adalah suatu kehidupan yang bebas dari tekanan-tekanan yang berasal dari luar kebudayaan seseorang dan lingkungannya sehingga mampu untuk bertindak sesuai rasa kasih yang tak terelakkan yang bersifat menyenangkan, pantas, dan menyediakan sebuah dasar keyakinan”.

Hal senada juga diungkapkan oleh Soetarlinah Sukadji (Triatmoko, 2007) yang melihat arti istilah waktu luang dari 3 dimensi, yaitu:

- a. Dilihat dari dimensi waktu, waktu luang dilihat sebagai waktu yang tidak digunakan untuk bekerja mencari nafkah, melaksanakan kewajiban, dan mempertahankan hidup.
- b. Dari segi cara pengisian, waktu luang adalah waktu yang dapat diisi dengan kegiatan pilihan sendiri atau waktu yang digunakan dan dimanfaatkan sesuka hati.
- c. Dari sisi fungsi, waktu luang adalah waktu yang dimanfaatkan sebagai sarana mengembangkan potensi, meningkatkan mutu pribadi, kegiatan terapeutik bagi yang mengalami gangguan emosi, sebagai selingan hiburan, sarana rekreasi, sebagai kompensasi pekerjaan yang kurang menyenangkan, atau sebagai kegiatan menghindari sesuatu.

Dengan banyaknya definisi waktu luang, dapat disimpulkan bahwa waktu luang adalah waktu yang mempunyai posisi bebas penggunaannya dan

waktu tersebut berada diluar kegiatan rutin sehari-hari sehingga dapat dimanfaatkan secara positif guna meningkatkan produktifitas hidup yang efektif dan pengisian waktu luang dapat diisi dengan berbagai macam kegiatan yang mana seseorang akan mengikuti keinginannya sendiri baik untuk beristirahat, menghibur diri sendiri, menambah pengetahuan atau mengembangkan keterampilannya secara objektif.

Mengisi waktu luang bagi remaja terutama siswa yaitu waktu yang terdapat pada siswa diluar jam pelajaran sekolah dan dapat diisi dengan kegiatan relaksasi atau istirahat, kegiatan hiburan atau rekreasi, dan kegiatan pengembangan diri sesuai dengan pilihan sendiri sehingga akan timbul suatu kesembuhan dari rasa capek dan melepaskan dari rasa bosan.

2. Manfaat Mengisi Waktu Luang

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 mental, rekreasi, dan interaksi sosial.

Manfaat mengisi waktu luang yaitu menurut Soetarlinah Sukadji (Triatmoko, 2007) 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 suka tanpa tidak mempedulikan segi materi.

Selain itu mengisi waktu luang juga berfungsi sebagai pemenuh kebutuhan sosial, seperti :

- a. Meningkatkan daya kerja sehingga memacu prestasi dan produktivitas.
- b. Menambah konsumsi sehingga meningkatkan lapangan kerja.
- c. Mengurangi kriminalitas dan kenakalan.
- d. Meningkatkan kehidupan bermasyarakat.

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

- a. Waktu luang untuk kesehatan jasmani

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

- 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 (Yusuf Michael As'ad, 2003: 19-20).

b. Waktu luang untuk kesehatan rohani

Seseorang bisa berinteraksi dengan dua obyek yaitu obyek ekstern dan obyek 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 (Yusuf Michael As'ad, 2003: 23-26).

c. Waktu luang untuk sosialisasi diri di masyarakat

Dalam interaksi sosial baik skala individu maupun kelompok sebagaimana membutuhkan waktu luang yang dapat memperbarui potensi dan kesiapan berinteraksi dengan yang lainnya. Pentingnya waktu luang 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 (Yusuf Michael As'ad, 2003: 31-34).
- d. Waktu luang untuk kestabilan ekonomi
- Seseorang yang menggunakan waktu luang maka ia dapat mengevaluasi kondisi ekonominya, yaitu dengan mengevaluasi pemasukan dan pengeluaran serta menekan pengeluaran (Yusuf Michael As'ad, 2003: 39).
- e. Waktu luang untuk kesuksesan manajemen
- Waktu luang dipergunakan untuk berkomunikasi dengan orang lain, bekerja sama dengan mereka, bersama-sama memikul tanggung jawab dan bangkit bersama mereka akan dapat meminimalisir ketegangan. Waktu luang dipergunakan juga menyusun strategi manajemen baru sehingga bisa mengoreksi diri dan mengatur pekerjaan (Yusuf Michael As'ad, 2003: 43).

3. Kegiatan Waktu Luang

Berdasarkan definisi teori waktu luang yaitu waktu luang sebagai aktivitas yaitu waktu yang berisikan berbagai macam kegiatan baik untuk beristirahat, menghibur diri sendiri, menambah pengetahuan serta menggunakan keterampilan secara objektif untuk meningkatkan keikutsertaan

dalam bermasyarakat setelah melepaskan diri dari segala pekerjaan rutinnya, keluarga dan lingkungan sosial dan waktu luang sebagai relaksasi, hiburan, dan pengembangan diri. Beberapa kegiatan mengisi waktu luang diantaranya:

a. *Relaxation Activity* (Kegiatan Relaksasi)

Menurut Soetarlinah Sukadji (Triatmoko, 2007) kegiatan relaksasi diantaranya kegiatan relaksasi aktif misalnya: membetulkan alat rumah tangga atau berbenah rumah, memperbaiki sepeda motor. Kegiatan tersebut sifatnya produktif cenderung meningkatkan ketrampilan 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.

b. *Entertainment Activity* (Kegiatan Hiburan)

Fine, Mortimer, & Robert (Broderick & Blewitt, 2006), 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

Menurut Ahmad H. Kanzun (2002: 68) Kegiatan olahraga termasuk dalam salah satu kegiatan yang positif dan terarah. Karena dengan berolahraga, remaja dapat menjaga kondisi tubuhnya agar selalu sehat dan dapat melakukan segala aktifitasnya.

Selanjutnya menurut penggolongan ahli pengetahuan hobi Margaret E. Mulac *Hobbies: The Creative Use of Leisure* (1959), (The Liang Gie , 1996: 99-100), ada 4 macam hobi, yaitu:

1) *Making Hobbies* (Membikin)

Ini meliputi berbagai seni kerajinan seperti misalnya kegiatan pahat, ukir, kerajinan emas-perak, keramik, tenun, dan fotografi.

2) *Learning Hobbies* (Belajar)

Ini meliputi segala macam bentuk belajar seperti misalnya mempelajari sejarah, karang-mengarang, atau bahasa asing.

3) *Doing Hobbies* (Melakukan)

Ini meliputi segala macam bentuk melakukan sesuatu hal, misalnya menyanyi, menari, memainkan alat musik, berkebun, dan aneka hobi alam (misalnya mengamati burung atau memelihara ikan hias).

4) *Collectting Hobbies* (Mengumpulkan)

Ini meliputi kegiatan mengumpulkan bermacam-macam benda seperti perangko, mata uang, buku antik, dan batu-batuan.

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 rohani pengembangan (Anonim, 2009).

Berteman, bergaul dan mengikuti aktivitas disekitar rumah atau sekolah atau kegiatan yang berhubungan dengan kesiapannya menuju jenjang pendidikan yang lebih tinggi (misalnya pergi keperpustakaan, latihan soal-soal).

Menurut Soetarlinah Sukadji (Triatmoko, 2007), mengikuti kursus musik, kelompok teater, kursus bahasa asing, melukis, mengarang, membuat sajak, memasak, menata musik, membuat patung. Kegiatan ini selain meningkatkan ketrampilan, juga menimbulkan perasaan kesuksesan.

Menurut Ahmad H. Kanzun (2002: 36) Mengikuti kegiatan masjid yang merupakan pusat kegiatan keislaman dalam mengasah wawasan dan menambah pengetahuan dibidang keagamaan sebagai pedoman hidup. Selain itu, mengikuti kegiatan kemasyarakatan (Ahmad H. Kanzun, 2002: 59) membentuk remaja sebagai generasi muda yang berkualitas, sangat diharapkan untuk dapat ikut berpartisipasi aktif dalam mengikuti segala kegiatan-kegiatan kemasyarakatan dengan niat dan semangat yang positif. Dengan kegiatan tersebut diharapkan dapat mempererat tali persaudaraan antar sesama dan menumbuhkan rasa solidaritas.

Kenyataannya dikalangan remaja menunjukkan adanya pemanfaatan waktu luang secara serampangan saja, tanpa adanya perencanaan yang matang, pengawasan maupun pengarahan. Hal itu yang menyebabkan fenomena negatif jarangnya siswa aktif dalam kegiatan-kegiatan kesiswaan yang teratur dan terarah adalah lemahnya upaya penyadaran akan urgensi kegiatan tersebut dan dampak pendidikannya dalam membentuk kepribadian

dan perilaku siswa, disamping faktor-faktor lain seperti buruknya pengelolaan sebagian pengembangan misi pendidikan, monotonnya kegiatan ataupun minimnya hal-hal yang mendukung.

Ahmad H. Kanzun (2002: 76-84) mengungkapkan beberapa kegiatan yang tidak terarah yang banyak dilakukan oleh remaja dalam mengisi waktunya luangnya antara lain:

- a. Tamasya bersama kawan-kawan yang berakhhlak buruk di tempat-tempat tujuan wisata tanpa control.
- b. Menghabiskan malam dengan begadang di tempat-tempat hiburan seperti bar, diskotik, dan lain-lain.
- c. Terjerumus dalam permainan yang mengesampingkan aspek pendidikan maupun waktu.
- d. Bermain dadu, kartu ataupun sejenis judi lainnya.
- e. Keluyuran di jalan-jalan besar besar ataupun pasar-pasar tanpa alasan dan tujuan yang bermanfaat.
- f. Nongkrong dikedai-kedai minuman atau dipinggir-pinggir jalan sambil merokok.

4. Permasalahan dalam Pemanfaatan Waktu Luang

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

- a. Remaja cenderung tidak menyukai pemanfaatan wakru luang 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 saran prasarana (ekstrakurikuler) dan permainan yang bisa dimanfaatkan siswa untuk bermain. Di rumah, orang tua bisa juga menyediakan alat permainan yang disukai anak.

- b. Waktu luang dianggap remaja sebagai waktu untuk melakukan apapun yang disenanginya semata.
- c. Bagi orang tua waktu luang 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 luang adalah waktu sia-sia sehingga rehatnya anak diwaktu luang 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 (Anonim, 2009).

5. Mengelola Waktu Luang

Waktu yang dimiliki setiap orang akan terus bergerak maju. Pada prinsipnya waktu luang yang bergerak maju ini akan mengikis habis waktu yang anda miliki. Kenyataan yang sering kita hadapi ternyata kita mengeluh dengan waktu yang tiba-tiba berlalu begitu saja, sementara anda tidak berbuat apa pun (Frans M. Royan, 2011: 88).

Depdiknas (2009), mengelola waktu dalam setiap kegiatan sangat penting sehingga dapat memanfaatkan setiap jam, menit, dan bahkan detik

dalam hidup dengan sebaik-baiknya. Seorang siswa perlu memperhatikan dan mengelola waktu mereka baik itu dalam lingkungan sekolah maupun diluar sekolah, berikut akan dipaparkan apa saja yang perlu dilakukan dan diperhatikan seseorang, khususnya pelajar dalam mengatur waktu:

a. Membagi Waktu

Tugas utama pelajar adalah belajar baik disekolah, rumah, ataupun tempat kursus. Seorang pelajar harus melakukan pengaturan atas waktu dan kegiatan belajar. Bagi seorang pelajar mengatur waktu tidak berarti ia harus menghabiskan waktunya untuk belajar. Seorang pelajar tetap membutuhkan waktu untuk bersosialisasi, bersantai, dan sebagainya. Prinsip utama pengelolaan waktu secara efektif adalah pembagian waktu untuk setiap kegiatan. Pada umumnya, setiap sekolah sudah menetapkan jadwal belajarnya; kapan saatnya masuk sekolah, kapan saatnya pulang, apa jadwal pelajaran hari per hari, jadwal kegiatan ekstrakurikuler, dan seterusnya.

b. Membuat Jadwal

Untuk mempermudah pengaturan kegiatan, seorang pelajar dapat menerapkan pula sistem jadwal kegiatan di sekolah untuk mengatur jadwal kegiatan di rumah. Dengan kata lain, jadwal kegiatan yang didapat dari sekolah kemudian ditambahkan dengan jadwal kegiatan pribadi di rumah (di luar sekolah).

Langkah-langkah untuk menyusun jadwal kegiatan di rumah adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk mempermudah penyusunan jadwal, lakukanlah dahulu survei kegiatan sehari-hari.
- 2) Tuliskan terlebih dahulu jadwal kegiatan yang bersifat terus-menerus (reguler), seperti sekolah, bimbingan belajar, dan kegiatan ekstrakurikuler.
- 3) Setelah mendaftarkan kegiatan reguler, mulailah menyusun daftar kegiatan di rumah. Ketika survei, perhatikan pula beberapa aspek kebutuhan dalam pekerjaan tersebut, seperti berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk mencuci, kapan waktu yang tepat untuk memandikan adik, seberapa sering mencabuti rumput, dan lain sebagainya.
- 4) Setelah mendaftarkan seluruh tugas dan kewajiban, pilah dan masukkanlah waktu yang tepat untuk melakukan pekerjaan-pekerjaan tersebut. Dengan begitu akan terlihat pembagian waktu yang jelas antara waktu belajar, melaksanakan tugas di rumah, serta waktu luang untuk bermain dan beristirahat.

c. Menjalankan Jadwal

Seorang siswa setelah membuat jadwal harus menepati jadwal tersebut. Pembuatan jadwal yang baik yaitu jadwal yang jujur, sesuai dengan kemampuan, bukan jadwal yang bagus. Akan percuma saja membuat jadwal yang bagus dan terinci jika pada akhirnya tidak dapat dijalani. Seseorang harus dapat membuat skala prioritas. Hal ini berkaitan dengan komitmen dan tanggung jawab seseorang terhadap pekerjaannya.

d. Evaluasi

Jadwal yang dibuat terlalu longgar dalam artian sering dapat ditepati dalam waktu yang lebih singkat daripada target, ada baiknya jadwal dipadatkan. Dengan begitu akan didapat jadwal kosong yang dapat dimanfaatkan untuk kegiatan lain.

Ada kalanya jadwal yang telah dibuat berantakan begitu saja. Pada akhirnya, sang pembuat jadwal *stress* karena kegagalannya menepati jadwal dan tumpukan pekerjaan yang terus menggunung. Jika hal ini yang terjadi, coba dilihat dahulu, apa yang menyebabkan kegagalan tersebut.

e. Penggunaan Alat Bantu

Pengaturan waktu dapat dipermudah pelaksanaanya dengan digunakannya alat bantu. Alat yang paling sederhana adalah agenda. Agenda berfungsi sebagai tempat mencatat jadwal dan daftar kegiatan. Dengan adanya agenda, seseorang dapat memeriksa dulu jadwalnya sebelum membuat janji baru. Hal ini berguna untuk menghindari bentroknya jadwal.

Pada era digital sekarang ini, fungsi agenda sudah banyak digantikan oleh telepon selular (ponsel) dan *personal digital asisstant* (PDA). Sebagian besar ponsel dan PDA yang beredar di pasaran saat ini sudah memasukkan fungsi agenda. Hal ini memudahkan penggunanya karena ia cukup membawa ponsel dan PDA sebagai pengganti agenda.

B. Remaja

1. Pengertian Remaja dan Perkembangannya

Istilah *adolescence* atau remaja dari bahasa latin *adolescere* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh dewasa”. Istilah ini mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1980: 206).

Menurut Piaget (Hurlock, 1980: 206) secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat, mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok, transformasi yang khas dari cara berpikir orang remaja memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan.

Perkembangan didefinisikan sebagai proses yang berlangsung sepanjang hidup. Masa remaja adalah bagian dari perjalanan hidup karena itu bukanlah merupakan perkembangan yang terisolasi, walaupun remaja memiliki ciri perkembangan yang unik.

Monks, dkk (2006: 262), mengemukakan perkembangan remaja secara global berlangsung antara umur 12 dan 21 tahun, dengan pembagiannya 12-15 tahun: masa remaja awal, 15-18 tahun: masa remaja pertengahan, 18-21 tahun: masa remaja akhir.

2. Tugas Perkembangan Remaja

Havighurst (Hurlock, 1980: 10) memaparkan tugas perkembangan remaja, yaitu:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempersiapkan karir ekonomi.
- g. Mempersiapkan perkawinan dalam keluarga.
- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis.

Dari tugas-tugas tersebut, secara umum tugas perkembangan remaja SMA berkaitan dengan diri sendiri dan lingkungan sosial yang dihadapinya. Semua perubahan yang terjadi menuntut individu untuk melakukan penyesuaian di dalam dirinya dan menerima perubahan-perubahan itu sebagai bagian dari dirinya untuk mempersiapkan diri menghadapi masa dewasa.

3. Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri masa remaja menurut Hurlock (1980: 207-209) adalah sebagai berikut:

a. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting

Dianggap periode yang penting karena fisik dan akibat psikologis. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat terutama pada awal masa remaja. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

b. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan

Dalam periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Status yang tidak jelas ini menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

c. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Ada lima perubahan yang dialami oleh remaja yang bersifat universal yaitu:

- 1) Meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi dan lebih menonjol pada masa awal periode akhir masa remaja.
- 2) Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial.
- 3) Remaja selalu merasa ditimbuni banyak masalah.
- 4) Berubahnya minat dan pola perilaku maka nilai-nilai berubah.

- 5) Sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

d. Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah

Ada dua hal masalah masa remaja yang sulit diatasi baik anak laki-laki maupun anak perempuan yaitu:

- 1) Sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru, sehingga banyak remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi permasalahan.
- 2) Para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin menyelesaikan masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

e. Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas

Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan Erik Erikson, yaitu identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa perannya dalam masyarakat. Erikson menjelaskan pencarian identitas ini mempengaruhi perilaku remaja.

f. Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

g. Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini hanya bagi dirinya sendiri juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri awal dari awal masa dewasa.

h. Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak sebagai orang dewasa ternyata tidaklah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status orang dewasa seperti merokok, minum-minuman keras, dan menggunakan obat-obatan serta terlibat dalam perbuatan seks. Mereka berharap perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

4. Minat Remaja

Dalam masa remaja, minat yang dibawa dari masa kanak-kanak cenderung berkurang dan diganti oleh minat yang lebih matang. Semua remaja muda sedikit banyak memiliki minat dan juga memiliki minat-minat khusus tertentu. Berikut akan dipaparkan beberapa minat remaja (Hurlock, 1980: 217-225) yaitu:

a. Minat Rekreasi

Remaja cenderung menghentikan aktivitas rekreasi yang menuntut banyak pengorbanan tenaga dan berhenti dari perkembangan kesukaan akan rekreasi (pasif). Banyaknya tekanan yang berasal dari tugas-tugas sekolah, tugas rumah, kegiatan ekstra kurikuler dan pekerjaan sesudah sekolah atau pekerjaan pada akhir pekan, sebagian besar remaja tidak mempunyai banyak waktu untuk rekreasi.

Jenis rekreasi yang diikuti remaja sangat dipengaruhi oleh derajat kepopulerannya dan partisipasi kelompok sebaya. Bentuk minat rekreasi remaja diantaranya:

- 1) Permainan dan olah raga yang terorganisasi tidak menarik lagi perjalan masa remaja, dan remaja mulai menyukai olah raga tontonan. Permainan-permainan yang menuntut keterampilan intelektual seperti permainan kartu, bertambah populer.
- 2) Bersantai-santai dan mengobrol dengan teman-teman sangat digemari remaja, mereka makan sambil membicarakan orang lain bergurau. Remaja lebih besar merokok, minum-minuman keras atau minum obat-obatan terlarang.
- 3) Bepergian selama libur dan ingin pergi jauh-jauh dari rumah merupakan kesenangan remaja yang dimungkinkan orang tua yang kaya dan rumah-rumah penginapan khusus untuk kawula muda.
- 4) Hobi merupakan kegiatan rekreasi seorang diri, remaja yang tidak populer lebih berminat pada hobi dibandingkan bentuk rekreasi

lainnya. Remaja melakukan berbagai hobi yang bermanfaat, remaja perempuan menjahit bajunya sendiri, remaja laki-laki gemar memperbaiki radio, sepeda, atau mobil.

- 5) Dansa lebih banyak disukai oleh remaja perempuan daripada remaja laki-laki, berusaha menjadi pedansa yang baik karena dansa merupakan bagian yang penting dari berkencan.
- 6) Membaca sebagai rekreasi, mereka cenderung lebih menyukai majalah daripada buku-buku.
- 7) Menonton film merupakan kegiatan yang digemari oleh dan selanjutnya menjadi kegiatan berkencan yang populer. Anak perempuan lebih menyukai film romantis sedangkan anak laki-laki lebih menyukai film petualangan.
- 8) Radio merupakan sarana remaja untuk mendengarkan program-program musik populer mereka juga gemar mendengarkan tape recorder atau kaset sambil belajar.
- 9) Televisi salah satu tontonan yang lama-kelamaan tidak menarik, sebagian karena remaja semakin kritis pada acara-acara televisi dan sebagian lagi karena mereka tidak dapat belajar atau membaca sambil menonton televisi.
- 10) Melamun menjadi khas bagi remaja, remaja membayangkan diri sebagai pahlawan yang dielu-elukan oleh kelompok sebaya karena prestasinya yang tinggi. Melamun merupakan bentuk rekreasi yang

populer diantara remaja apabila mereka merasa bosan atau kesepian.

b. Minat Sosial

Minat yang bersifat sosial bergantung pada kesempatan yang diperoleh remaja untuk mengembangkan minat tersebut dan pada kepopulerannya dalam kelompok. Ada beberapa minat sosial tertentu yang hampir bersifat universal diantara remaja, yaitu:

1) Pesta

Minat terhadap pesta dengan teman-teman lawan jenis pertama kali tampak sekitar usia tiga belas atau empat belas tahun. Sepanjang masa remaja anak perempuan lebih menyukai pesta daripada anak laki-laki.

2) Minum-minuman keras

Minuman keras pada saat berkencan atau pesta semakin bertambah populer selama masa remaja.

3) Obat-obatan Terlarang

Meskipun tidak bersifat universal, penggunaan obat-obat terlarang merupakan kegiatan pesta yang populer, yang dimulai pada awal masa remaja. Banyak remaja mencoba obat-obat ini karena "harus dicoba" meskipun beberapa kemudian menjadi kecanduan.

4) Percakapan

Setiap remaja memperoleh rasa aman bila berada di antara teman-teman dan membicarakan hal-hal yang menarik atau

mengganggunya. Pertemuan-pertemuan seperti ini merupakan kesempatan untuk mengeluarkan isi hati dan memperoleh pandangan baru terhadap masalah yang dihadapi.

5) Menolong Orang Lain

Banyak kawula muda sangat berminat untuk menolong mereka yang merasa dirinya tidak dimengerti, diperlakukan kurang baik atau yang merasa tertekan. Lama-kelamaan minat ini berkurang, karena dua hal. Pertama, remaja mulai merasa bahwa tidak ada yang dapat mereka lakukan untuk memperbaiki kekeliruan-kekeliruan ini, dan kedua, mereka merasa bahwa usaha-usaha mereka seringkali tidak dihargai.

6) Peristiwa Dunia

Melalui pelajaran-pelajaran di sekolah dan media massa, remaja seringkali mengembangkan minat terhadap pemerintahan, politik, dan peristiwa-peristiwa dunia. Minat ini diungkapkan terutama melalui bacaan dan pembicaraan-pembicaraan dengan teman-teman, guru-guru dan orang tua.

7) Kritik dan Pembaharuan

Hampir semua kawula muda, terutama remaja perempuan menjadi kritis dan berusaha memperbaiki orang tua, teman-teman, sekolah dan masyarakat. Kritik-kritik mereka biasanya bersifat merusak, bukan kritik membangun, dan usul-usul untuk memperbaiki biasanya tidak praktis.

c. Minat-minat Pribadi

Minat pada diri sendiri merupakan minat yang terkuat dikalangan kawula muda, minat tersebut yaitu:

1) Minat pada Penampilan Diri

Cross dan cross (Hurlock, 1980: 219) menerangkan mengapa penampilan begitu penting sehingga menimbulkan minat pribadi yang kuat. Menurut mereka "kecantikan dan daya tarik fisik sangat penting bagi umat manusia. Dukungan sosial, popularitas, pemilihan teman hidup dan karier dipengaruhi oleh daya tarik seseorang". Kernan (Hurlock, 1980: 220) menekankan nilai sosial dari penampilan diri sebagai berikut "dalam perkembangan anak-anak, penampilan diri terutama dihadapan teman-teman sebaya merupakan petunjuk yang kuat dari minat remaja dalam sosialisasi".

2) Minat pada Pakaian

Karena penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian sosial sangat dipengaruhi oleh sikap teman-teman sebaya terhadap pakaian, maka sebagian besar remaja berusaha keras untuk menyesuaikan diri dengan apa yang dikehendaki kelompok dalam hal berpakaian.

3) Minat pada Prestasi

Prestasi yang baik dapat memberikan kepuasan pribadi dan ketenaran. Inilah sebabnya mengapa prestasi, baik dalam bidang olah raga, tugas-tugas sekolah maupun berbagai kegiatan sosial,

menjadi minat yang kuat sepanjang masa remaja. Para remaja cenderung bercita-cita tinggi yang tidak realitis. Oleh karena itu, mereka seringkali tidak memperoleh kepuasan dari prestasi.

4) Minat pada Kemandirian

Keinginan yang kuat untuk mandiri berkembang pada awal masa remaja dan mencapai puncaknya menjelang periode ini berakhir. Ini menimbulkan banyak perselisihan dengan orang tua dan orang-orang dewasa lainnya. Anak perempuan diharapkan lebih banyak mengikuti kehendak orang tua dibandingkan dengan anak laki-laki, maka mereka lebih banyak memberontak terhadap pengekangan di rumah.

5) Minat pada Uang

Semua remaja lambat atau cepat akan menemukan bahwa uang adalah kunci kebebasan. Kalau remaja dapat bekerja sendiri untuk memperoleh uang, dia dapat menikmati kebebasan dan kemandiriannya.

d. Minat Pendidikan

Pada umumnya remaja muda suka mengeluh tentang sekolah, dan tentang larangan-larangan, pekerjaan rumah, kursus-kursus wajib, makanan dikantin, dan cara pengelolaan sekolah. Sikap-sikap remaja terhadap pendidikan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

1) Sikap teman sebaya: berorientasi sekolah atau berorientasi kerja.

- 2) Sikap orang tua: menganggap pendidikan sebagai batu loncatan ke arah mobilitasi sosial atau hanya sebagai suatu kewajiban karena diharuskan oleh hukum.
- 3) Nilai-nilai yang menunjukkan keberhasilan atau kegagalan akademis.
- 4) Relevansi atau nilai praktis dari berbagai mata pelajaran.
- 5) Sikap terhadap guru-guru, pegawai tata usaha, dan kebijaksanaan akademis serta disiplin.
- 6) Keberhasilan dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler.
- 7) Derajat dukungan sosial diantara teman-teman sekelas.

e. Minat pada Pekerjaan

Anak sekolah menengah atas mulai memikirkan masa depan mereka secara bersungguh-sungguh. Anak laki-laki biasanya lebih bersungguh-sungguh dalam hal pekerjaan dibandingkan dengan anak perempuan yang kebanyakan memandang pekerjaan sebagai pengisi waktu sebelum menikah.

f. Minat pada Agama

Menurut Wagner (Hurlock, 1980: 222) mengatakan banyak remaja menyelidiki agama sebagai suatu sumber dari rangsangan emosional dan intelektual. Para pemuda ingin mempelajari agama berdasarkan pengertian intelektual dan tidak ingin menerimanya secara begitu saja. Mereka meragukan agama bukan karena ingin menjadi agnostik atau atheis, melainkan karena mereka ingin menerima agama sebagai sesuatu yang

bermakna berdasarkan keinginan mereka untuk mandiri dan bebas menentukan keputusan-keputusan mereka sendiri.

g. Minat pada Simbol Status

Simbol satatus merupakan simbol prestise yang menunjukkan bahwa orang yang memilikinya lebih tinggi atau mempunyai status yang lebih tinggi dalam kelompok. Selama masa remaja simbol status mempunyai empat fungsi: menunjukkan pada orang-orang lain bahwa remaja mempunyai status sosial ekonomi yang lebih tinggi daripada teman-teman lain dalam kelompok; bahwa remaja mencapai prestasi yang tinggi; bahwa remaja bergabung dengan kelompok dan merupakan anggota yang diterima kelompok karena penampilan atau perbuatan yang sama dengan penampilan dan perbuatan anggota kelompok lainnya; dan bahwa remaja mempunyai status hampir dewasa di dalam masyarakat.

C. Layanan Bimbingan Konseling Pribadi Sosial untuk Mengisi Waktu Luang

Bimbingan pribadi sosial menurut Syamsu Yusuf & Juntika Nurihsan (2006: 11) merupakan bimbingan untuk membantu para individu dalam memecahkan masalah-masalah pribadi sosial. Bimbingan pribadi sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta permasalahan yang dialami oleh individu.

Bimbingan pribadi sosial merupakan bagian integral dari program pendidikan yang membantu siswa agar dapat menyelesaikan tugas perkembangannya secara maksimal, dan menemukan berbagai alternatif penyelesaian masalah yang dirasakan siswa.

1. Komponen Bidang Layanan Bimbingan Pribadi Sosial

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2008: 54), dalam bidang bimbingan pribadi, pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri, serta sehat jasmani dan rohani.

Bidang pribadi pokok-pokok yang terkandung adalah:

- a) Pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
- b) Pemantapan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya untuk kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun untuk peranannya di masa depan.
- c) Pemantapan pemahaman tentang bakat dan minat pribadi serta penyaluran dan pengembangannya melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif.
- d) Pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan usaha-usaha penaggulangannya.
- e) Pemantapan kemampuan mengambil keputusan.
- f) Pemantapan kemampuan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang telah diambilnya.

- g) Pemantapan dalam perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat baik secara rohaniah maupun jasmaniah.

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2008: 55), dalam bidang sosial, pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosialnya yang dilandasi budi pekerti luhur, tanggung jawab kemasyarakatan dan kenegaraan.

Dalam bidang sosial pokok-pokoknya sebagai berikut:

- a) Pemantapan kemampuan berkomunikasi, baik melalui ragam lisan maupun tulisan secara efektif.
- b) Pemantapan kemampuan menerima dan menyampaikan pendapat serta berargumentasi secara dinamis, kreatif dan produktif.
- c) Pemantapan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial, baik di rumah, di sekolah, maupun di masyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun, serta nilai-nilai agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan yang berlaku.
- d) Pemantapan pemahaman kondisi dan peraturan sekolah serta upaya pelaksanaannya secara dinamis dan bertanggung jawab.
- e) Orientasi tentang hidup berkeluarga.

2. Tujuan Bimbingan Pribadi Sosial

Bimbingan pribadi sosial dilaksanakan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaksi pendidikan yang akrab, mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap positif serta keterampilan-keterampilan pribadi sosial yang tepat. Tujuan bimbingan konseling yang

terkait dengan aspek pribadi sosial menurut ABKIN (2007: 198), yaitu sebagai berikut:

- a) Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Tuahan Yang Maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah, maupun masyarakat pada umumnya.
- b) Memiliki sikap toleransi terhadap umat bergama lain, dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajiban masing-masing.
- c) Memahami pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan dan yang tidak menyenangkan, serta mampu merespon secara positif sesuai dengan ajaran agama yang dianut.
- d) Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan dan kelemahan baik fisik maupun psikis.
- e) Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain.
- f) Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat.
- g) Bersikap respek terhadap orang lain, tidak melecehkan martabat atau harga diri.
- h) Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajiban.

- i) Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (*human relationship*), yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahim dengan sesama.
- j) Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik baik yang bersifat internal maupun ekternal.
- k) Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.

Dapat dikatakan bahwa tujuan bimbingan pribadi sosial yang harus dikembangkan dalam program layanan bimbingan dan konseling adalah memfasilitasi siswa dalam mengarahkan pemantapan kepribadian serta mengembangkan kemampuan dalam mengatasi masalah-masalah pribadi dan sosial siswa.

3. Konsep Bimbingan Pribadi Sosial Mengisi Waktu Luang

Mengenai waktu luang (*leisure time*) apabila tidak dipergunakan untuk kegiatan yang konstruktif, maka besar kemungkinannya dipergunakan untuk kegiatan yang bersifat distruktif.

Bimbingan waktu luang disini dimaksudkan agar individu dapat mengisi waktunya dengan kegiatan yang bersifat konstruktif, memberi kesempatan dan membiasakan mereka untuk memanfaatkan waktu luangnya, menunjukkan jenis-jenis kegiatan untuk mengisi waktu luang yang dapat mengembangkan bakat, minat dan kecakapan mereka, memberikan daya tarik pada kegiatan-kegiatan tersebut dan disesuaikan dengan tingkat umur dan tingkat kemampuan mereka, dan sebagainya (Tim Dosen, 2000: 21).

Seorang pembimbing atau konselor juga di anggap perlu mengetahui pemanfaatan dan pengisian waktu luang kliennya di luar lingkungan sekolah, kegiatan apa saja yang dilakukan dalam mengisi waktu luang di lingkungan rumah, apakah klien tersebut dapat membagi antara waktu bermain dengan waktu belajar semua itu harus di kontrol oleh seorang pembimbing, sehingga dapat memberikan layanan sesuai dengan latar belakang permasalahan siswa yang bersangkutan.

Disamping itu sebaiknya kegiatan bimbingan waktu luang maupun bimbingan belajar dan bimbingan karir perlu diperkenalkan pada siswa SMA agar siswa juga belajar menghargai waktu dan dapat mengatur waktu secara efektif dan proporsional dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat. Tentunya orangtua maupun pihak sekolah juga perlu menunjukkan bahwa pengisian kegiatan waktu luang tidak harus berkaitan dengan sesuatu yang sifatnya akademis, tetapi juga perlu diimbangi dengan hal-hal lain yang menunjang hobi mereka.

D. Kerangka Berpikir

Mengisi waktu luang pada siswa yaitu waktu yang terdapat pada siswa diluar jam pelajaran sekolah. Setiap siswa pasti memiliki waktu luang setiap harinya. Besar kecilnya waktu luang tersebut tergantung pada besar kecilnya aktivitas atau kegiatan yang dimiliki oleh siswa atau remaja yang bersangkutan. Dalam menghadapi waktu luang tersebut, baik setiap siswa mengisinya dengan kegiatan yang berbeda-beda. Ada kalanya waktu luang digunakan untuk hal-hal

yang positif, namun tak jarang pula waktu luang dipergunakan untuk hal-hal yang negatif.

Tempat untuk menghabiskan waktu luang juga beragam dikalangan siswa. Ada yang menghabiskannya lebih banyak dirumah sambil nyantai dan istirahat, namun ada pula siswa yang lebih suka menghabiskan waktu luangnya bersama teman-teman di luar rumah. Tempat untuk mengisi waktu luang tersebut akan banyak mempengaruhi perilaku, karena bagaimanapun juga lingkungan adalah salah satu faktor pembentukan perilaku.

Remaja atau siswa tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Lingkungan yang penuh rasa aman secara psikologis, pola interaksi yang demokratis, pola asuh bina kasih, dan religius diharapkan akan menjadi siswa yang mempunyai perilaku terpuji. Sebaliknya, individu yang tumbuh dan berkembang dengan psikologis yang penuh konflik, pola interaksi tidak jelas, pola asuh yang tidak berimbang, dan kurang religius maka harapan agar siswa tersebut menjadi individu yang memiliki perilaku terpuji menjadi diragukan.

Agar perkembangan pribadi siswa dapat berlangsung dengan baik dan terhindar dari munculnya masalah-masalah psikologis, maka siswa perlu diberikan bantuan yang sifatnya pribadi. Bantuan yang dapat memfasilitasi perkembangan siswa melalui pendekatan psikologis adalah layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling secara khusus bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangannya yang meliputi aspek pribadi-sosial, belajar (akademik), dan karir. Bimbingan mengisi

waktu luang untuk siswa SMA sangat diperlukan untuk mengoptimalkan jadwal kegiatan dan belajar. Selain itu, untuk mengisi kegiatan yang menunjang pengembangan karir dan melakukan kegiatan pengembangan minat dan bakat.

E. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan permasalahan dalam hubungan waktu luang dan remaja atau siswa dapat diajukan pertanyaan penelitian bagaimana siswa SMA Negeri 1 Ngemplak mengisi waktu luang baik untuk berbagai kegiatan relaksasi, hiburan dan pengembangan diri?