

**EFFECT OF GROUP GUIDING TO STUDENT ACADEMIC  
PROGRASTINATION LEVEL AT JUNIOR HIGH SCHOOL 14  
PEKANBARU TP.2016 / 2017**

Sinarwati<sup>1</sup>, Tri Umari<sup>2</sup>, Raja Arlizon<sup>3</sup>

Email : sinarwati345@gmail.com , triumari2@gmail.com, r.arlizon@yahoo.co.id.

No.Hp : 085264145783, 08126858328, 08127653325

*Guidence and Counseling Study Program  
Faculty Of Teacher Training And Education  
Riau University*

**Abstract:** *The objectives of this research are 1) To know the description of academic procrastination level of students before and after the implementation of group guidance, 2) to know the difference of academic procrastination level before and after group guidance in the experimental group, 3) to know the difference of academic procrastination level of pre test students with post test at Control group, 4) to know the difference of academic procrastination level of the students in the post test of the experimental group and post test of the control group, 5) to know the influence of group guidance on the level of academic procrastination of the learners. Data collection tool in the form of an academic procrastination questionnaire. The subjects of the study were students of class VII Junior High School 14 Pekanbaru, amounting to 41 people and divided into 2 experimental groups and 2 control groups. Determination of sample by using technique of Purposive Sampling. Data analysis was performed using percentage technique, wilcoxon comparison, mann whitney different test and rank spearman correlation. Where researchers chose class VII students because of the results of the phenomenon in the field. The result of data analysis showed that the value of Sig. (2-tailed) of 0.063 in group 1 and 0.024 in group 2 with a significance value of 0.05. Sig. (2-tailed) > 0.05 so that  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected in group 1 and  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected in group 2. There is no significant correlation between group guidance to academic procrastination level in group 1 of 33.2% A significant relationship between group guidance on the level of academic procrastination in group 2 was 49.1%. This is evidenced by the correlation value of 0.577 and 0.701 so that the value of the correlation coefficient of group 1 at the level of moderate and group 2 at a strong level. There is a positive relationship between group guidance and the level of student academic procrastination*

**Key Word:** *Group guiding, procrastination, academic*

## **PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP TINGKAT PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA DI SMPN 14 PEKANBARU TP.2016/2017**

Sinarwati<sup>1</sup>, Tri Umari<sup>2</sup>, Raja Arlizon<sup>3</sup>

Email :sinarwati345@gmail.com, triumari2@gmail.com, r.arlizon@yahoo.co.id.

No.Hp : 085264145783, 08126858328, 08127653325

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan 1) Mengetahui gambaran tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok, 2) Mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum dan sesudah bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen, 3) Mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pre test dengan post test pada kelompok kontrol, 4) Mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pada post test kelompok eksperimen dan post test kelompok kontrol, 5) Mengetahui pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik peserta didik. Alat pengumpulan data berupa angket prokrastinasi akademik. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII SMPN 14 Pekanbaru yang berjumlah 41 orang dan dibagi menjadi 2 kelompok eksperimen dan 2 kelompok kontrol. Penentuan sampel dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik persentase, komparasi *wilcoxon*, uji beda *mann whitney* dan korelasi *rank spearman*. Dimana peneliti memilih siswa kelas VII dikarenakan dari hasil fenomena dilapangan. Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,063 pada kelompok 1 dan 0,024 pada kelompok 2 dengan nilai signifikansi sebesar 0,05. Sig. (2-tailed) > 0,05 sehingga Ho diterima dan Ha ditolak pada kelompok 1 dan Ha diterima dan Ho ditolak pada kelompok 2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik pada kelompok 1 sebesar 33,2% dan terdapat hubungan yang signifikan antara bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik pada kelompok 2 sebesar 49,1%. Hal ini terbukti dengan nilai korelasi sebesar 0,577 dan 0,701 sehingga nilai interpretasi koefisien korelasi kelompok 1 pada tingkat sedang dan kelompok 2 pada tingkat kuat. Terdapat hubungan positif antara bimbingan kelompok dengan tingkat prokrastinasi akademik siswa.

**Kata kunci:** Bimbingan Kelompok, Prokrastinasi, Akademik

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan tonggak utama dalam pembentukan generasi penerus bangsa yang baik dan sanggup bersaing dengan bangsa lain. Pendidikan yang dilaksanakan di sekolah akan terkait dengan perkembangan peserta didik, baik dalam taraf akademik maupun nonakademik. Pendidikan di sekolah tentunya menuntut peserta didik untuk berlomba dalam mengejar prestasi akademik maupun akademik sehingga dalam kesempatan yang sama pun mereka juga belajar mengembngkan kepribadiannya. Peserta didik tingkat sekolah menengah pertama merupakan usia remaja awal dan merupakan masa mengembangkan kemampuan dan potensi yang ada di dalam diri mereka. Namun, seiring pencarian identitas usia remaja awal ini seringkali muncul berbagai masalah akademik. Misalnya masalah yang berkaitan dengan prestasi belajar.

Prestasi belajar peserta didik merupakan ukuran derajat keberhasilan proses belajar mengajar yang telah ditetapkan dan diikuti oleh peserta didik. Memasuki Masyarakat Ekonomi ASEAN (MEA) ini menuntut peserta didik berkompeten, memiliki keahlian khusus, disiplin, kreatif dan mampu bersaing dengan peserta didik lain pada khususnya dan peserta didik seluruh ASEAN pada umumnya.

Namun sampai sekarang masih banyak di jumpai peserta didik yang belum memiliki kesiapan dan memenuhi tuntutan tersebut. Masih banyak peserta didik yang mengalami masalah akademik, seperti pengaturan waktu belajar, pengguna cara belajar yang efektif, pemilihan metode yang belajar yang sesuai, penundaan pengerjaan tugas sekolah dan lain sebagainya. Ini merupakan beberapa penghambat dalam tercapainya kualitas generasi muda yang diharapkan.

Diperkuat dengan hasil observasi yang dilakukan terhadap siswa kelas VII SMP N 14 Pekanbaru, peneliti menemukan permasalahan berikut (1) banyak siswa yang terlambat dan bahkan tidak mengumpulkan tugas pada waktu yang telah ditentukan oleh guru mata pelajaran, (2) banyak siswa yang bingung menyelesaikan tugas yang diberikan guru sehingga mengerjakan tugas pada hari pengumpulan, (3) banyak siswa yang melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas yang diberikan.

Berkaitan dengan hal tersebut, dilakukan wawancara dengan guru BK SMPN 14 Pekanbaru dengan hasil bahwa sebagian besar peserta didik memiliki disiplin belajar yang rendah dalam menyelesaikan tugas dan menyebabkan tugas yang diberikan tidak dapat disiapkan dengan bersikap menunda-nunda.

Selain itu, dilakukan analisis hasil Alat Ungkap Masalah Belajar (AUM-PTSDL) yang telah disebar di kelas VII.6 dan VII.7 terdapat siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Hasil siswa tersebut ditemukan gejala-gejala prokrastinasi akademik diantaranya (1) terdapat 42 (55,14%) siswa yang membuang-buang waktu untuk mengobrol, menonton televisi, mendengarkan radio dan lain sebagainya, yang sebenarnya dimanfaatkan untuk waktu belajar, (2) adanya 9 siswa (12,09%) siswa yang kesulitan mengindari ajakan teman pada waktu belajar, (3) Adanya 8 (10,43%) siswa yang lambat dalam memulai belajar/mengerjakan tugas serta lebih mudah lelah.

Diperkuat hasil wawancara dengan guru mata pelajaran dan wali kelas SMP N 14 Pekanbaru, “banyak menunda-nunda tugas yang diberikan oleh guru karena peserta didik malas mengerjakan tugas yang diberikan guru, kurang pemahaman peserta didik terhadap tugas yang diberikan guru, kesibukan peserta didik dengan kegiatan yang lebih

menyenangkan setelah pulang sekolah dan kurangnya pengawasan dan motivasi orang tua terhadap sekolah anak juga menyebabkan terjadinya penundaan tugas”.

Peserta didik yang melakukan penundaan memilih mengerjakan tugas disekolah pada hari pengumpulan atau bahkan mereka memilih tidak datang kesekolah karena takut dihukum atau dikenakan denda sesuai kesepakatan dari guru mata pelajaran. Hal ini akan berpengaruh pada keberhasilan di masa yang akan datang jika terus menerus dilakukan penundaan.

Fenomena-fenomena diatas sesuai dengan hasil yang diteliti. Oleh karena itu, konselor harus melakukan upaya untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik agar peserta didik mampu mengerjakan tugas dengan baik dan tepat waktu. Prokrastinasi merupakan suatu tindakan menunda dengan sengaja dan berulang-ulang memulai suatu tugas yang diberikan dengan melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan sampai batas waktu akhir pengumpulan tugas tersebut.

Penelitian terkait prokrastinasi dilakukan oleh Restu Pangersa Ramadhan dan Hendri Winata (2016) dalam penelitiannya menghasilkan bahwa prokrastinasi sangat mempengaruhi prestasi belajar siswa sehingga perlu dilakukan penanganan yang tepat agar diperoleh prestasi belajar yang memuaskan. Sehingga perlu dipahami faktor yang mempengaruhi baik dari dalam diri peserta didik maupun faktor-faktor lain di luar peserta didik agar kegiatan menunda-nunda tugas akademik juga dapat menjadi salah satu kendala siswa dalam berprestasi disekolah

Selain itu disampaikan oleh Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing (2008) dengan judul Hubungan antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa menunjukkan perlunya perhatian untuk menangani manajemen waktu agar mengurangi prokrastinasi akademik. Pelatihan manajemen waktu dapat mengurangi kekhawatiran dan prokrastinasi dalam bekerja, sehingga sangat memungkinkan diberikan treatment agar dilakukan penanganan pada pelaku prokrastinator ini.penerapan ini dapat mengurangi angka prokrastinasi dilingkungan pendidikan pada umumnya dan sekolah khususnya.

Salah satu cara menerapkan perubahan prokrastinasi di sekolah adalah melalui pelayanan bimbingan dan dikuatkan lagi besarnya peran guru BK sekolah dalam penerapan disiplin hukuman, denda, dan sanksi jika melakukan penundaan tugas di SMP N 14 Pekanbaru. Sehingga pelayanan Bimbingan dan Konseling dilakukan sebagai salah satu cara yang dilakukan untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik di lingkungan sekolah bagi para peserta didik. Pelayanan Bimbingan dan Konseling yang dapat diberikan untuk meningkatkan kepedulian terhadap lingkungan sekolah adalah layanan Bimbingan Kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu upaya peneliti untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik yang dialami peserta didik melalui dinamika kelompok. Bimbingan kelompok ini adalah upaya yang diberikan peneliti kepada para anggota kelompok yang memiliki masalah penundaan tugas, dimana pada setiap pertemuan bimbingan kelompok tersebut membahas masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.

Proses bimbingan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pendapat, saran, dan ide-ide yang dimiliki, saling berkomunikasi untuk menciptakan dinamika kelompok yang efektif. Dinamika kelompok yang baik dapat memberikan perubahan positif pada diri peserta didik, sehingga keaktifan anggota kelompok untuk saling bertukar pikiran dan pendapat serta mampu mendengar,

memahami dan merespon dengan tepat dan positif dapat menunjang penurunan tingkat prokrastinasi akademik.

Keseluruhan uraian dan fenomena diatas menuntun peneliti menemukan bahwa prokrastinasi akademik yang dialami peserta didik sangat banyak. Masalah tersebut perlu diberikan bantuan dari bimbingan konseling melalui layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan beberapa fenomena tersebut, perlu ada penelitian tentang prokrastinasi akademik yang dipengaruhi oleh layanan bimbingan kelompok. Untuk membantu peserta didik memahami tingkat prokrastinasi akademik maka peneliti mencoba menyusun program eksperimen melalui layanan bimbingan kelompok yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Di Smpn 14 Pekanbaru Tp.2016/2017”.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana gambaran tingkat prokrastinasi akademik yang dialami peserta didik sebelum dan setelah diberikan bimbingan kelompok? (2) Apakah terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik sebelum dengan sesudah bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen? (3) Apakah terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pre test dengan post test pada kelompok kontrol? (4) Apakah terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pada post test kelompok eksperimen dan post test kelompok kontrol? (5) Seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik peserta didik?

Tujuan penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui gambaran tingkat prokrastinasi akademik yang dialami peserta didik sebelum dan setelah diberikan bimbingan kelompok. (2) Untuk mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik sebelum dengan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen. (3) Untuk mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pre test dengan post test pada kelompok kontrol. (4) Untuk mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pada post test kelompok eksperimen dan post test kelompok kontrol. (5) Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik peserta didik

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen, sasaran dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMPN 14 Pekanbaru. Langkah-langkah penelitian eksperimen yang ditempuh yaitu (1) melakukan pretest pada awal pertemuan, (2) melakukan skor angket, (3) pengambilan sampel, (4) melakukan perlakuan, (5) melakukan post test pada akhir pertemuan, (6) mencari perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi Rank Spearman atau  $r_s$ .  $r_s$  ini digunakan untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Tingkat Prokrastinasi Akademik Yang Dialami Peserta Didik Sebelum Dan Setelah Diberikan Bimbingan Kelompok

Tabel 1 Gambaran Tingkat Prokrastinasi Akademik Sebelum Dengan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Rentang Skor	Kategori	Sebelum		Sesudah	
		F	%	F	%
133-165	Sangat Tinggi	0	0	0	0
100-132	Tinggi	21	100	5	23,8
67-99	Rendah	0	0	16	76,2
33-66	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah		10	100	10	100

Sumber : Data Olahan Penelitian 2017

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa gambaran tingkat prokrastinasi akademik sebelum dengan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok sebagian besar berada pada kategori rendah yaitu 76,2%, kemudian pada kategori tinggi yaitu 23,8% dan pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah tidak ada.

### Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Sebelum Dengan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Pada Kelompok Eksperimen

Tabel 2 Tabel Uji Wicoxon Kelompok Ekperimen 1

	post - pre
Z	-2.671 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

Tabel 3 Tabel Uji Wilxocon Kelompok Eksperimen 2

	post - pre
Z	-2.810 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

Hasil analisis perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik sebelum dengan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dapat dilihat hasil SPSS 16 yaitu dengan melihat angka signifikan didapatkan  $\rho=0,008 < 0,05$  kelompok 1 dan  $\rho=0,005 < 0,05$  kelompok 2 maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak artinya terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok pada Kelompok Eksperimen 1 dan Kelompok Eksperimen 2.

### **Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pre Test Dengan Post Test Pada Kelompok Kontrol**

Tabel 4 Tabel Uji Wilcoxon Kelompok Kontrol 1

	post_kontrol - pre_kontrol
Z	-1.604 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.109

Tabel 5 Tabel Uji Wilcoxon Kelompok Kontrol 2

	post_kontrol - pre_kontrol
Z	-1.289 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.197

Hasil analisis perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik pre test dan post test pada kelompok kontrol dapat dilihat hasil SPSS 16 yaitu dengan melihat angka signifikan didapatkan  $\rho=0,109 > 0,05$  kelompok 1 dan  $\rho=0,197 > 0,05$  kelompok 2 maka  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima artinya tidak terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik pre test dan post test pada Kelompok Kontrol.

### **Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pada Post Test Kelompok Eksperimen Dan Post Test Kelompok Kontrol**

Tabel 5 Tabel Hasil Uji Mann Whitney Kelompok 1

	skor_post
Mann-Whitney U	18.500
Wilcoxon W	84.500
Z	-2.576
Asymp. Sig. (2-tailed)	.010
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.008 <sup>a</sup>

Hasil analisis perbedaan tingkat prokrastinasi akademik peserta didik Pada Post Test Kelompok Eksperimen Dan Post Test Kelompok Kontrol dapat dilihat hasil SPSS 16 yaitu dengan melihat angka signifikan didapatkan  $\rho=0,010 < 0,05$  kelompok 1 dan  $\rho=0,001 < 0,05$  kelompok 2 maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak artinya terdapat perbedaan yang signifikan tingkat prokrastinasi akademik pada kelompok ekseperimen dengan kelompok kontrol.

### **Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik Peserta Didik**

**Tabel 6. Tabel Hasil Uji Spearman Rank Kelompok 1**

			pre_test	post_test
Spearman's rho	pre_test	Correlation Coefficient	1.000	.577*
		Sig. (2-tailed)	.	.063
		N	11	11
	post_test	Correlation Coefficient	.577*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.063	.
		N	11	11

**Tabel 9. Tabel Hasil Uji Spearman Rank Kelompok 2**

			pre_test	post_test
Spearman's rho	pre_test	Correlation Coefficient	1.000	.701**
		Sig. (2-tailed)	.	.024
		N	10	10
	post_test	Correlation Coefficient	.701**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.024	.
		N	10	10

Hasil analisis pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik peserta didik dapat dilihat hasil SPSS 16 yaitu dengan melihat angka signifikan didapatkan  $\rho=0,063 > 0,05$  kelompok 1 maka  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat prokrastinasi akademik pada kelompok ekseperimen dengan kelompok kontrol dan  $\rho=0,024 < 0,05$  kelompok 2 maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak artinya terdapat perbedaan yang signifikan tingkat prokrastinasi akademik pada kelompok ekseperimen dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan tabel interpretasi nilai koefisien korelasi dari Sugiyono (2010), analisis tingkat hubungan bimbingan kelompok dengan prokrastinasi akademik.

**Tabel 10. Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi**

<b>Interval Koefisien</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
Antara 0,00 sampai dengan 0,199	Sangat Rendah
Antara 0,20 sampai dengan 0,399	Rendah
Antara 0,40 sampai dengan 0,599	Sedang
Antara 0,60 sampai dengan 0,799	Kuat
Antara 0,80 sampai dengan 1,000	Sangat Kuat

Hasil perhitungan diatas dapat disimpulkan bahwa pengaruh bimbingan kelompok terhadap penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa pada kelompok 1 berada pada kategori sedang yaitu 0,577 sehingga bimbingan kelompok bisa dikatakan cukup efektif untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. Sedangkan pada kelompok 2 berada pada kategori kuat yaitu 0,701 dengan persentase sebesar 49,1% sehingga bimbingan kelompok bisa dikatakan sangat efektif untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa.

## **PEMBAHASAN**

### **Bimbingan Kelompok dengan Tingkat Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan hasil analisis data terjadi penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa di kelas VII SMP Negeri 14 Pekanbaru. Meskipun penelitian yang berkaitan dengan pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai salah satu perlakuan untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa masih belum banyak dilakukan oleh peneliti lain, namun dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti di sekolah menyatakan bahwa bimbingan kelompok cukup mempengaruhi penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa di sekolah.

Dikatakan cukup berpengaruh karena di dalam bimbingan kelompok terjadi perubahan yaitu tingkat prokrastinasi akademik tinggi menjadi rendah. Selain itu, di dalam bimbingan kelompok siswa diberikan latihan untuk mengerjakan tugas tepat waktu dan mengumpulkan tugas sebelum dateline yang diberikan.

Hal ini didukung oleh teori mengenai bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Siti Hartinah (2009) bahwa bimbingan kelompok dapat dijadikan alat untuk mengatasi masalah siswa yang dihadapi anak sekolah, dikarenakan bimbingan kelompok memiliki kelebihan yaitu dapat membantu siswa yang bersifat umum dari semua bidang bimbingan baik bidang pribadi, sosial, karir maupun belajar.

Pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik siswa menurut teori dikuatkan karena di dalam prosesnya setiap siswa dilatih untuk berpendapat, menjawab pertanyaan dan berdiskusi mengenai manajemen waktu, sebab-akibat prokrastinasi dan komitmen terhadap tugas. Sehingga kemampuan siswa dalam mengatur diri dari segi pengelolaan waktu belajar, pengerjaan tugas tepat waktu dan pengumpulan tugas sebelum dateline dapat optimal.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Muhari dan Wilujeng Dwi Wahyuni (2014) dengan judul "Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk

Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surabaya” menunjukkan hasil penelitian yaitu adanya penurunan skor perilaku prokrastinasi akademik antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok realita.

Selain dari hasil uji skor angket prokrastinasi akademik *pre test* dan *post test* yang diberikan kepada subjek penelitian, perubahan penurunan perilaku prokrastinasi akademik juga didukung oleh pernyataan subjek setelah melakukan konseling kelompok realita dari tahap pertama sampai tahap ke lima. Subjek yang telah melakukan konseling kelompok realita mengaku mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademiknya. Subjek lebih dapat bertanggung jawab terhadap tugas-tugas akademisnya yaitu tugas atau PR yang diberikan guru.

Penelitian lainnya oleh Mujiyati (2015) dengan judul Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Teknik *Token Economy* dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik *Token economy* terbukti efektif mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa, hal ini dikarenakan dalam penerapan teknik *token economy* lebih terfokus pada tingkah laku yang ditujukan kepada individu yang sesuai dengan target yang telah disepakati dengan menggunakan penguatan positif.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok (Prayitno, 1995). Prayitno lebih menekankan dinamika kelompok sebagai wahana mencapai tujuan kegiatan bimbingan dan konseling yang muncul pada bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok.

Menurut Syaiful Indra, A. Muri Yusuf dan Jamaris Jamna (2015) dalam penelitiannya Efektivitas *Team Assisted Individualization* Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik menyatakan bahwa prokrastinasi akademik dapat terjadi dengan mudah. Prokrastinasi juga akan terjadi di lingkungan sekolah. Sikap siswa dalam belajar akan ditentukan oleh beberapa faktor, baik faktor eksternal maupun internal. Ada kalanya siswa termotivasi dalam belajar akan tetapi seringkali hal tersebut hanya berhenti sampai tataran kognitif atau pemikiran saja sehingga ketika sampai pada tindakan nyata untuk belajar maka siswa tersebut seringkali melakukan kebalikannya.

Prokrastinasi akademik dapat mengganggu kegiatan proses dalam belajar, hal ini berdampak siswa tidak maksimal dalam memanfaatkan waktu yang ada. Faktor lain yang sehingga siswa cenderung melakukan prokrastinasi akademik ialah adanya pemikiran-pemikiran yang irrasional pengaturan waktu yang kurang baik, dan siswa cenderung melakukan hal yang lebih menyenangkan dibandingkan belajar. Oleh karena itu, masalah yang dialami oleh siswa yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik yang tinggi memerlukan bantuan konselor.

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan, maka dapat dilihat bahwa sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok, rata-rata siswa berada pada kategori sedang. Setelah pelaksanaan bimbingan kelompok dan berdasarkan data yang telah diolah terlihat penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa dari kategori tinggi ke kategori sedang.

Hal ini terlihat dari hasil pengamatan peneliti terhadap anggota kelompok selama melakukan penelitian dilapangan terlihat adanya keinginan pada diri siswa tersebut dan diikuti dengan serangkaian tindakan yang dilakukannya dalam melakukan sebuah perubahan khususnya dalam penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa.

Penerapan bimbingan kelompok ini diharapkan dapat menjadi alternatif yang menarik dalam menyelesaikan masalah pribadi belajar siswa, sehingga siswa lebih aktif untuk bertanya serta tidak ragu-ragu dalam mengungkapkan pendapatnya di kelas dan dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangannya secara maksimal.

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan: (1) Siswa yang telah mengikuti bimbingan kelompok mengalami perubahan tingkat prokrastinasi akademik, sedangkan siswa yang tidak mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok tidak mengalami perubahan, (2) Bimbingan kelompok memberikan pengaruh positif terhadap tingkat prokrastinasi akademik.

### **Rekomendasi**

Adapun rekomendasi dari peneliti adalah :

1. Bagi sekolah khususnya guru ketika dalam pelaksanaan proses belajar-mengajar hendaknya dapat memperhatikan perkembangan dan membimbing siswa dalam penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa.
2. Bagi guru Bimbingan dan Konseling agar lebih intensif melakukan bimbingan untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa dan juga dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa melalui setiap proses layanan bimbingan kelompok.\
3. Kepada orang tua siswa sebaiknya lebih mengawasi tingkat prokrastinasi akademik dalam proses belajar di rumah pada khususnya maupun di sekolah pada umumnya.
4. Bagi siswa agar lebih mengurangi tingkat prokrastinasi akademik khususnya dalam pengerjaan tugas dan pengumpulan tugas tepat waktu sehingga dapat berprestasi akademik secara optimal di sekolah.
5. Bagi peneliti yang akan datang dapat melakukan penelitian mengenai tingkat prokrastinasi akademik siswa dengan variabel yang berbeda, seperti Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah dan Riana, 2010. Penerapan Konseling Kelompok Kognitif-Perilaku Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Siswa. *Jurnal Psikologi Universitas Negeri Semarang* 11(2). (Online) <http://ejournal.unesa.ac.id> (diakses 13 November 2016)
- Abu Darwis. 2005. *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling*. Departemen Pendidikan Nasional Pusat Teknologi Komunikasi dan Informasi Pendidikan. Jakarta
- Dosi Juliawati. 2014. Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. Padang: Program Pascasarjana FIP Padang. Tesis tidak diterbitkan.
- Farida Sholichatun Nisa, Muhari, Titin Indah Pratiwi dan Elisabeth Christiana, 2013. Penerapan Strategi Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas VIII E Smp Negeri 1 Sukomoro Nganjuk Tahun Ajaran 2012-2013. *Jurnal BK UNESA* 1(2). (Online). <https://www.scribd.com/doc/144642917> (dikases 19 Oktober 2016)
- Ferrari, Joseph R. *et.al.* 1995. *Procrastination and Task Avoidance Theory, Research and Treatment*. (Online) **Error! Hyperlink reference not valid.**(diakses tanggal 04 November 2016)
- Ghufron Dan Risnawita. 2014. *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media, Jogjakarta
- Itryah, 2004. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Tugas Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 7 Palembang. *Jurnal Psikologi Universitas Bima Darma* 8(2). (Online) <http://jurnal.binadarma.ac.id> ( diakses 19 Oktober 2016)
- Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing, 2008. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Surabaya* 23(2). (Online) <http://repository.ubaya.ac.id> (diakses tanggal 13 November 2016)
- Muharni dan Wilujeng Dwi Wahyuni, 2014. Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surabaya. *Jurnal Universitas Negeri Surabaya* 4(3). (Online) <http://ejournal.unesa.ac.id> (diakses tanggal 14 Februari 2017)

- Mujiyati, 2015. Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Teknik Token Economy. *Jurnal STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung 1(2)*. (Online) <http://ejournal.stikmpringsewu-lpg.ac.id> (diakses tanggal 14 Februari 2017)
- Rahmawati Husnul Khotimah, Carolina L. Radjah, Dany M. Handarini, 2016. Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang 1(2)*. (Online) <http://journal.um.ac.id> (diakses 13 November 2016)
- Prayitno, 1995. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_, 2004. *Seri Kegiatan Pendukung Konseling*. Universitas Negeri Padang. Padang.
- Rahmatia dan Nurhalim, 2015. Model Pengentasan Sikap Prokrastinasi Akademik (Studi Pengembangan Berbasis Cognitive Behavior Therapy). *Jurnal Psikologi, pendidikan dan Konseling 1(2)*. (Online). <http://ojs.unm.ac.id> (diakses 17 November 2016)
- Restu Pangrsa Ramadhan dan Hendri Winata, 2016. Academic Procrastination Reduce Students Achievement. *Jurnal pendidikan manajemen perkantoran 1(1)*. (Online). <http://ejournal.upi.edu> (di akses 23 Januari 2017)
- Rico Septian Avico dan Mujidin, 2014. Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bengkulu Yang Bersekolah Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Universitas Ahmad Dahlan 2(2)*. (Online) <http://journal.uad.ac.id> (diakses tanggal 19 Oktober 2016)
- Siti Hartinah, 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT. Rafika Aditama
- Sugiyono, 2008. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung
- \_\_\_\_\_, 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung
- Syaiful Indra, A. Muri Yusuf dan Jamaris Jamna, 2015. Efektivitas Team Assisted Individualization untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Universitas Negeri Padang 1(2)*. (Online) <http://jurnal.unp.ac.id> (diakses tanggal 03 Februari 2017)
- Tohirin, 2007. *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Rajawali Press . Jakarta