

	<b>Jurnal Al-Taujih</b> Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami	p-ISSN : 2502-0625, e-ISSN: 2715-7571
		Volume 9 No. 1 Januari - Juni 2023 Hal 61-65
		<a href="https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/">https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/</a>
<b>Received Agustus 2<sup>th</sup> 2022; Accepted June 20<sup>th</sup> 2023; Published July 16<sup>th</sup> 2023</b>		

## EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MEREDUKSI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMK NEGERI 28 JAKARTA

**Almira Putri Ramadhani\* & Jum Anidar**

almiraputri64@gmail.com & jumanidar@uinib.ac.id

**Universitas Indraprasta PGRI & Universitas Negeri Imam Bonjol Padang**

**Abstract :** *The purpose of the study was to determine the effectiveness of group guidance services in reducing students' academic procrastination behavior at SMK Negeri 28 Jakarta. The research method in this study is a quantitative method with a research design of one group pretest-posttest design. The population in this study were students of class X SMK Negeri 28 Jakarta. The sampling technique in this study was sampling, namely students who had high academic behavior. The data collection technique in this study used a Likert scale research questionnaire. The data analysis technique in this study used the Paired Sample T Test with SPSS version 20. The findings revealed that the description of the academic procrastination behavior of SMK Negeri 28 Jakarta students before being given services was in the High category (Pretest), different from the results after being given services (Posttest) were in the GB Low category. Thus, there is a significant difference in the behavior of academic procrastination in the group of students, before and after participating in group guidance services.*

**Keywords:** *Group Guidance Services; Academic Procrastination.*

**Abstrak :** Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMK Negeri 28 Jakarta. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Negeri 28 Jakarta. Teknik penarikan sampel dalam, penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu 8 siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik tinggi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket penelitian *skala likert*. Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan uji *Paired Sample T Test* dengan versi 20. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa gambaran perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 28 Jakarta sebelum diberikan layanan berada pada kategori Tinggi (*Pretest*), berbeda dengan hasil setelah diberikan layanan (*Posttest*) berada pada kategori Sangat Rendah. Maka, terdapat perbedaan yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada kelompok siswa, sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok.

**Kata Kunci:** Layanan Bimbingan Kelompok, Prokrastinasi Akademik.

### A. PENDAHULUAN

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa, namun tidak semua siswa memiliki pengelolaan belajar yang baik, khususnya dalam pengelolaan waktu. Hal ini pula yang dialami oleh siswa SMKN 28 Jakarta. Pengelolaan waktu belajar yang kurang baik

siswa sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik. Perilaku menunda tugas-tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas yang sering terjadi pada siswa dikarenakan ketidakmampuan siswa dalam menyelesaikan

tugas serta belum adanya rasa tanggung jawab pada diri siswa tersebut untuk menyelesaikan tugasnya. Hal ini menjadi perhatian peneliti yang sekaligus bertugas membantu siswa untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik, salah satu upaya yang bisa peneliti lakukan dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa adalah dengan memberikan bantuan layanan bimbingan kelompok.

Menurut Solomon & Rothblum dan Ferrari, dalam Utaminingsih (2012:48) bahwa prokrastinasi akademik ialah menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas utama dan lebih memilih mengerjakan pekerjaan yang tidak berguna sehingga banyaknya waktu yang terbuang sia-sia, sehingga menyebabkan individu kurang produktif dalam hidupnya dan menghambat individu dalam meraih kesuksesan dalam kehidupan akademiknya. (Pascale,dkk, 1982, dalam Rumiani 2006:38).

Menurut Sukardi (2002:48) Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan dalam pelayanan BK di sekolah adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber (terutama guru Bimbingan dan Konseling) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan yang menjadi primadona (Putra, 2013) bagi siswa, karena bimbingan kelompok dilaksanakan secara dinamis dan sekaligus memanfaatkan dinamika kelompok. Menurut Erfan Ramadhani dalam penelitiannya yang berjudul efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan Discovery Learning Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa mengerjakan Tugas Di SMP Negeri 1 Tarakan Tahun Pelajaran 2016/2017. Dalam penelitiannya Erfan menjelaskan bahwa siswa sering lalai dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, kelalaian siswa

tersebut dapat berdampak pada penyelesaian tugas.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang tidak efektif dan efisien dalam memanfaatkan waktu dan adanya cenderung untuk tidak segera memulai suatu tindakan atau menunda tugas yang ingin dikerjakan sampai waktu berikutnya, sehingga perilaku penundaan tersebut dapat menghambat kesuksesan akademik siswa. Untuk membantu siswa, Erfan mencoba memberikan alternatif sebagai upaya membantu siswa untuk mengurangi prokrastinasi akademik, dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan discovery learning. Penelitian ini mencoba memanfaatkan materi-materi yang terkait prokrastinasi akademik siswa dalam menyelesaikan tugas. Hasilnya setelah diberikan layanan bimbingan kelompok data hasil Posttest mengalami penurunan jumlah skor mengalami perubahan.

Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian di atas adalah penelitian ini akan menguji tingkat keefektifitasan layanan bimbingan kelompok dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana keefektifan layanan bimbingan kelompok dalam mereduksi perilaku siswa terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Negeri 28 Jakarta. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu 8 siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik tinggi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket penelitian *skala likert*. Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan uji *Paired Sample T Test* dengan SPSS versi 20.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti akan membahas data hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMK Negeri 28 Jakarta tentang pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap siswa yang memiliki prokrastinasi. Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok, rata-rata siswa memiliki perilaku prokrastinasi akademik dengan skor 102 yaitu berada pada kategori Tinggi, hal ini dapat dilihat dari hasil angket *pretest* prokrastinasi akademik. Setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok siswa mengalami perubahan yang signifikan, hal ini dapat dilihat dari skor hasil angket *posttest* yaitu 52 yang berada pada kategori Rendah. Berikut tabel perbandingan skor hasil *pretest* dan *posttest* :

**Tabel 1.** Perbandingan Perilaku Prokrastinasi Akademik Dalam Kelompok Siswa *Pretest* dan *Posttest*

No	Siswa	Pretest		Posttest	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1.	SNS	108	Sangat Tinggi	55	Sangat Rendah
2.	SA	112	Sangat Tinggi	58	Rendah
3.	MC	88	Sedang	41	Sangat Rendah
4.	MV	97	Tinggi	53	Sangat Rendah
5.	NAF	102	Tinggi	49	Sangat Rendah
6.	NNZ	121	Sangat Tinggi	67	Rendah
7.	AW	77	Sedang	35	Sangat Rendah
8.	IPK	117	Sangat Tinggi	64	Rendah
<b>Rata-Rata</b>		<b>102</b>	<b>Tinggi</b>	<b>52</b>	<b>Rendah</b>

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa perilaku prokrastinasi akademik dalam kelompok siswa mengalami penurunan skor. Artinya terjadi perubahan perilaku prokrastinasi akademik siswa. Perubahan yang signifikan terjadi setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Perbedaan frekuensi kondisi pada kelompok siswa dari hasil *Pretest* dan *Posttest* tentang perilaku prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

**Tabel 2.** Hasil *Pretest* dan *Posttest* Perilaku Prokrastinasi Akademik Kelompok Siswa

Interval	Kategori	Pretest		Posttest	
		Siswa	%	Siswa	%
≤ 58	Sangat Rendah	-	-	5	62,5
58 - 74	Rendah	-	-	3	37,5
74 - 90	Sedang	2	25	-	-
90 - 106	Tinggi	2	25	-	-
≥ 106	Sangat Tinggi	4	50	-	-
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas terlihat 8 orang anggota kelompok yang dilibatkan dalam pelaksanaan, mengalami penurunan skor dari *pretest* dan *posttest* atau mengalami perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Tabel distribusi frekuensi di atas ditentukan kategorinya menggunakan rumus Azwar.

#### 1. Uji Normalitas

**Tabel 3.** Hasil Uji Normalitas Perilaku Prokrastinasi Akademik Kelompok Siswa

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Unstandardized Residual		
N		8
	Mean	0E-7
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Std. Deviation	2.32706497
Most Extreme Differences	Absolute Positive	.205
	Negative	.137
Kolmogorov-Smirnov Z		.580
Asymp. Sig. (2-tailed)		<b>.889</b>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel di atas hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,889 \geq 0,05$ . Nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal.

## 2. Uji Homogenitas

**Tabel 4.** Hasil Uji Homogenitas Perilaku Prokrastinasi Akademik Kelompok Siswa  
**Test of Homogeneity of Variances**

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.899	1	14	.359

Berdasarkan Tabel 4.10 hasil uji homogenitas terdapat nilai signifikansi sebesar  $0,359 \geq 0,05$ . Nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data di atas tersebut homogen.

## 3. Uji Hipotesis (*Paired Sample T Test*)

**Tabel 5.** Hasil Analisis *Paired Sample T Test* Perbedaan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa pada *Pretest* dan *Posttest* Kelompok

	Paired Samples Test				t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Paired Differences				
			Mean	Std. Error			
Pretest - Posttest	50.0000	4.89898	1.73205	45.90435	54.09565	28.868	.000

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi Sig (2-tailed) perilaku terhadap prokrastinasi akademik kelompok siswa sebesar 0,000 atau probabilitas di bawah 0,05 ( $0,000 \leq 0,05$ ). Dari hasil tersebut maka  $H_0$  diterima  $H_0$  ditolak. Dengan demikian, maka hipotesis pertama yang di uji dalam penelitian ini, yaitu “Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada kelompok siswa, sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok”.

Berdasarkan hasil penelitian, terungkap bahwa gambaran Prokrastinasi Akademik siswa SMK Negeri 28 Jakarta sebelum di lakukan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori Tinggi. Terdapat masih banyak siswa SMK Negeri 28 Jakarta yang belum bisa mengelola waktu belajar dengan baik, penundaan sampai terlambat mengumpulkan tugas, belajar di saat ujian akan dekat atau sistem belajar kebut semalam.

Ferrari dkk., (1998) dalam Munawaroh dkk., (2017) mengungkapkan bahwa sekitar

25% hingga 75% perilaku prokrastinasi ini merupakan salah satu masalah akademik peserta didik yang membawa dampak negatif bagi para prokrastinator. Selanjutnya, Mujiyati (2015:145) menjelaskan dampak lainnya terjadi pada rendahnya nilai akademik yang diperoleh karena kekurangan waktu dan terlambat dalam menyelesaikan tugas sehingga hasil pekerjaan yang dihasilkan kurang berkualitas.

Menurut Sukardi (2002:48) Salah satu jenis layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat di gunakan dalam pelayanan adalah Layanan Bimbingan Kelompok. Bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru bimbingan dan konseling) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan anggota masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sebanyak 6 kali di kelas X SMK Negeri 28 Jakarta bertujuan untuk melihat efektivitas layanan dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa yang akan mempengaruhi dalam hasil belajar. Prayitno, (2004:2) Secara umum tujuan bimbingan kelompok ialah untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi khususnya kemampuan berkomunikasi (Hartanti, 2022:12). Melalui kondisi dan proses berperasaan, berpikir, berpersepsi dan berwawasan yang terarah, luwes dan luas serta dinamis, maka kemampuan berkomunikasi, bersosialisasi dan bersikap dapat dikembangkan.

Sri Narti (2014:17). Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan atau bimbingan kepada individu melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu atau siswa yang menjadi peserta layanan.

#### D. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa gambaran perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 28 Jakarta sebelum diberikan layanan berada pada kategori Tinggi (*Pretest*), sedangkan setelah diberikan layanan (*Posttest*) berada pada kategori Sangat Rendah. Selain itu terdapat perbedaan yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada kelompok siswa, sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok, sehingga terbukti bahwa bimbingan kelompok efektif dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 28 Jakarta.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Azwar.S, 2012, *Metode Penelitian*, Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Erfan Ramadhani, Kurnia Sari, 2018, *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan Discovery Learning Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Mengerjakan Skripsi*, Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang. Wahana Didaktika Vol. 16 No.2 193-206.
- Hakim, Abdul, 2016, *Metode Kuantitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Malang. CV. Cita Intrans Selaras.
- Hartanti, Jahju, 2002, *Bimbingan Kelompok*, UD Duta Sablon, Tulung Agung.
- Munawaroh, M. L., Alhadi, S, dan Saputra W.N. E, 2017, *Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9*, Yogyakarta. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling 2 (1), 26 – 31.
- Narti Sri, 2014, *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*, Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Prayitno, 2004, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Putra, 2013, Efektifitas Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *Self Efficacy* Mahasiswa, *Konselor, Jurnal Ilmiah Konseling*, Volume 2 Nomor 2.
- S. Utaminingsih, Iman Setyabudi, 2012, Tipe Kepribadian Prokrastinasi Akademik Pada Siswa, *Jurnal Psikologi*, Volume 10.
- Sukardi. 2002, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta. Rineka Cipta.
- V. Wiratna Sujarweni, 2014, *SPSS Untuk Penelitian*, Yogyakarta. Pustaka Baru Press.