

**PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI *SELF*  
*MANAGEMENT* DALAM KONSELING KELOMPOK  
TERHADAP PERILAKU PROKRASTINASI  
AKADEMIK SISWA KELAS VIII-D  
DI SMP NEGERI 21 SURABAYA**

**SKRIPSI**



**LAILATUL MUNIRO  
NIM 15500088**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lailatul Muniro  
NIM : 155000088  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil plakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 7 Februari 2019

buat Pernyataan,



Lailatul Muniro  
155000088

**PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI *SELF*  
MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK  
TERHADAP PERILAKU PROKRASTINASI  
AKADEMIK SISWA KELAS VIII-D  
DI SMP NEGERI 21 SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian  
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada  
Program Studi Bimbingan dan Konseling

**LAILATUL MUNIRO  
NIM 155000088**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
2019**

## PERSEMBAHAN

Di kesempatan ini dengan penuh kebanggaan dan rasa syukur, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan hidayah-Nya kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini serta selalu mengabulkan do'a yang kumpulkan setiap bersujud kepadamu.
2. Keluarga besar khususnya kedua orang tua yang sangat kusayangi dan bangga menjadi putri dari bapak Mahfudz dan ibu Suparni. Teruntuk ayahku yang sudah tiada di tahun 2005, terima kasih atas jasa-jasa yang kau berikan selama hidupmu sehingga saya bisa mandiri sampai saat ini. Tak pula kusampaikan terima kasih tiada batas teruntuk ibuku yang penuh keikhlasan selalu mendo'akan disepertiga malammu, memberikan nasihat, dukungan serta semangat untukku dalam menjalani ini semua.
3. Kepada saudara-saudaraku yang turut mendo'akanku, membantu melancarkan dan memberikan motivasi untuk tak patah semangat dalam keadaan apapun.
4. Ibu Dra. Kusbandiami, S.Psi., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan dan meluangkan waktu untuk senantiasa menuntun dan membimbing dalam penyusunan skripsi ini, tak lupa saya sampaikan terima kasih atas ilmu yang diberikan selama ini.
5. Sahabat saya dari grup saudara tak sedarah Intan Sari Andri S, Fildzah Amalina yang tak bosan selalu mengingatkan dan memberikan semangat serta setia menemani saya dalam keadaan suka dan duka.
6. Teman seperjuangan dan bimbingan skripsi, khususnya kelas BK A2 yang senantiasa memberi semangat dan berusaha bersama-sama untuk lulus serta memberikan kenangan saat proses penyusunan skripsi ini ataupun selama 4 tahun ini.
7. Seluruh dosen khususnya bapak dan ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling, saya sampaikan terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang diberikan kepada saya selama 4 tahun ini.

8. Kepala Sekolah, guru, staf serta seluruh siswa SMP Negeri 21 Surabaya terutama siswa-siswa kelas VIII-D yang memberikan kesempatan dan membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
9. Ibu Sapta Meiningsih, S.Pd., M.Si selaku Guru Bimbingan dan Konseling dan bertugas sebagai guru pamong yang telah meluangkan waktu bekerjanya untuk membantu saya dalam mengumpulkan data subjek penelitian di SMP Negeri 21 Surabaya.
10. Tak lupa untuk kamu yang telah mendukung dan memberikan semangat serta kekuatan yang sangat berarti bagi saya.

## **HALAMAN MOTTO**

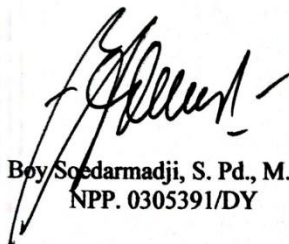
**Bahagia** adalah sebuah **HAK**, sedangkan  
**Kerja keras** adalah sebuah **KEWAJIBAN**  
**LAKUKAN** kewajibanmu dan  
**RAIHLAH** hakmu!

## HALAMAN PERSETUJUAN

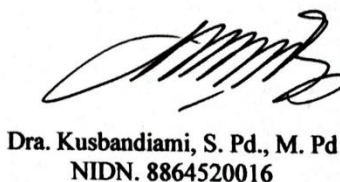
Skripsi oleh :Lailatul Muniro  
NIM 15500088  
Judul Skripsi :Pengaruh Penggunaan Strategi *Self Management* dalam Konseling Kelompok terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VIII D di SMP Negeri 21 Surabaya telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 25 Januari 2019  
Pembimbing,

Mengetahui:  
Kaprodi Bimbingan dan Konseling,



Boy Soedarmadji, S. Pd., M. Pd  
NPP. 0305391/DY



Dra. Kusbandiami, S. Pd., M. Pd  
NIDN. 8864520016



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804  
Surabaya 60234  
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya  
60234.

<http://fkip.unipasby.ac.id/>



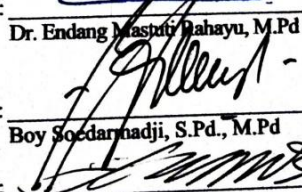
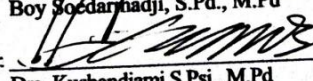
### PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Lailatul Muniro  
NIM : 155000088  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Strategi *Self Management* dalam Konseling Kelompok terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VIII D di SMP Negeri 21 Surabaya

Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya:

Pada hari : Selasa  
Tanggal : 15 Februari  
Tahun : 2019

#### Panitia Ujian Skripsi

1. Ketua :   
Dr. Sulhan, S.H., M.Si
2. Sekretaris :   
Dr. Endang Mastuti Dahayu, M.Pd
3. Anggota :   
Boy Soedarjadi, S.Pd., M.Pd
4. Anggota :   
Dra. Kusbandiami S.Psi., M.Pd



## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, dengan hati yang penuh syukur saya panjatkan atas segala limpahan berkah, rahmat dan karunia Allah SWT. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun kita dari zaman kegelapan menuju jalan yang terang benderang.

Terselesaikannya skripsi yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Strategi *Self Management* dalam Konseling Kelompok terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VIII-D di SMP Negeri 21 Surabaya” tahun ajaran 2018/2019 dengan baik ini merupakan hasil kerja keras penulis dan berkat bantuan dari beberapa pihak yang telah memberikan bimbingan, kritik maupun saran. Untuk itu dikesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Drs. Djoko Adi Walujo, S.T., M.M., DBA. selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Suhari, S.H., M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Boy Soedarmadji, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Ibu Dra. Kusbandiami, S.Psi., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan banyak pengetahuan, pelajaran dan pengalaman selama 4 tahun menempuh kuliah di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
6. Kepala Sekolah, guru, staf serta seluruh siswa SMP Negeri 21 Surabaya terutama siswa-siswa kelas VIII-D yang memberikan kesempatan dan membantu penulis untuk melakukan penelitian ini.

7. Ibu Suparni yang memberikan do'a restu kepadaku untuk menuntut ilmu lagi, yang selalu mendukung serta memberikan pelajaran dan pengalaman hidupnya selama ini.
8. Saudara-saudaraku yaitu kakak tercinta Achmad Syafi'i, Achmad Syafiq, Machfudho dan tak lupa adik-adikku yang senantiasa memberikan semangat, dukungan baik moril serta materiil demi kelancaran segala aktivitas selama 4 tahun ini yang selalu bekerja keras tanpa lelah untuk keberhasilanku.
9. Teman-teman seperjuangan angkatan 2015 khususnya BK-A2 yang turut membantu dalam bentuk do'a, memberikan support, motivasi serta apresiasinya selama proses penyelesaian skripsi ini.
10. Serta seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang ikut serta membantu selama saya menempuh kuliah sampai proses penyelesaian skripsi ini.

Surabaya, 7 Februari 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Halaman Persetujuan .....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Halaman Pernyataan Keaslian .....	iv
Abstrak .....	v
Abstract .....	vi
Persembahan/Moto .....	vii
Kata Pengantar .....	x
Daftar Isi .....	xii
Daftar Tabel .....	xiv
Daftar Gambar .....	xv
Daftar Lampiran .....	xvi

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Variabel dan Definisi Operasional .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	11

### BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Dasar Teori .....	13
B. Tinjauan Penelitian yang Relevan .....	41
C. Kerangka Konseptual .....	45
D. Hipotesis .....	49

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	49
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	50
C. Variabel Penelitian .....	53
D. Metode Pengumpulan Data .....	54
E. Instrumen Penelitian .....	56
F. Metode Analisis Data.....	63

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	64
B. Uji Hipotesis .....	76
C. Pembahasan.....	79

## BAB V PENUTUP

A. Simpulan .....	82
B. Saran .....	83

DAFTAR PUSTAKA.....	85
---------------------	----

LAMPIRAN .....	88
----------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Populasi Penelitian .....	51
3.2 Skor Alternatif Jawaban .....	52
3.3 Kategori Skor.....	56
3.4 <i>Blueprint</i> .....	57
3.5 Hasil Uji Validitas .....	60
3.6 Koefisien Reliabilitas .....	62
4.1 Hasil <i>Pre-test</i> .....	65
4.2 Rincian Responden Hasil <i>Pre-test</i> .....	66
4.3 Hasil <i>Post-test</i> .....	67
4.4 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	68
4.5 Statistik Deskriptif .....	75
4.6 Hasil Rangkuman Analisis Uji <i>Wilcoxon</i> .....	77

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual.....	46
4.1 Rincian Responden Hasil <i>Pre-test</i> .....	67
4.2 Perbedaan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
Lampiran 1	Format Revisi Skripsi .....	88
Lampiran 2	Berita Acara Bimbingan Skripsi .....	89
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	99
Lampiran 4	Surat Balasan Persetujuan Penelitian .....	100
Lampiran 5	Matrik Penelitian Kuantitatif .....	101
Lampiran 6	Skala Pengukuran Sebelum Validitas .....	112
Lampiran 7	Hasil Validitas dan Reliabilitas .....	118
Lampiran 8	Pernyataan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	131
Lampiran 9	Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	134
Lampiran 10	Rencana Pelaksanaan Layanan .....	136
Lampiran 11	Laporan Konseling .....	142
Lampiran 12	Verbatim .....	192
Lampiran 13	Dokumentasi .....	193

