

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting yang memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga dapat menghasilkan generasi penerus bangsa yang cerdas, mandiri serta bertanggung jawab terhadap diri sendiri maupun orang lain. Hal ini sesuai dengan Undang Undang tentang Sistem Pendidikan Nasional No. 29 Tahun 2003 Pasal 3 yang menjelaskan bahwa:

“Pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik, agar menjadi manusia beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.”

Bersumber pada ulasan dari Undang-undang tentang Sistem Pendidikan Nasional No. 29 Tahun 2003 Pasal 3, maka dapat disimpulkan bahwa setiap peserta didik dituntut untuk memiliki pengetahuan luas, berakhlak mulia, cakap, kreatif, mandiri dan bertanggung jawab dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Tuntutan tersebut dapat tercapai apabila peserta didik mampu belajar menuntut ilmu dimana dan kapan saja. Bagi siapa saja yang mau menuntut ilmu dengan sungguh-sungguh, maka dia akan mendapatkan pengetahuan atau informasi yang dapat memberikan perubahan pada perilaku individu tersebut.

Undang Undang Dasar 1945 pasal 31 ayat (1) menyatakan bahwa setiap warga berhak mendapatkan pendidikan layak. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan terus mengupayakan agar setiap anak wajib belajar 12 tahun, melalui pelaksanaan Program Indonesia Pintar. Program ini mewajibkan anak-anak Indonesia mendapatkan pendidikan wajib mulai dari tingkat SD 6 tahun, SMP 3 tahun, dan SMA 3 tahun, dengan adanya program wajib 12 tahun ini anak Indonesia diharapkan dapat diarahkan dan dibimbing oleh para pendidik dengan baik, agar menjadi generasi penerus bangsa yang berakhlak mulia, cerdas, mandiri dan bertanggung jawab.

Menurut peneliti, dari ketiga jenjang pendidikan tersebut, jenjang pendidikan yang paling cocok untuk dijadikan sebagai topik

penelitian adalah tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Hal ini dikarenakan pada tingkat SMP adalah masa-masa rawan, dimana peserta didik mulai tumbuh menjadi remaja. Pada masa remaja, individu mengalami masa transisi yaitu masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Masa dimana para remaja memasuki periode pubertas dengan rentang usia 12-15 tahun yaitu tahapan yang dialami oleh siswa tingkat SMP. Hal ini sejalan dengan pendapat Monks, Knoers & Haditono (dalam Desmita, 2013:190) yang menyatakan bahwa masa remaja dibedakan menjadi empat bagian: (1) masa pra-remaja atau pra-pubertas yaitu usia 10-12 tahun; (2) masa remaja awal atau pubertas yaitu usia 12-15 tahun; (3) masa remaja pertengahan yaitu usia 15-18 tahun; dan (4) masa remaja akhir yaitu usia 18-21 tahun.

Pada masa remaja, siswa SMP sudah mengalami perubahan-perubahan besar yang memiliki pengaruh terhadap tumbuh kembang dari masa anak-anak menuju dewasa, hal ini ditandai oleh perubahan-perubahan fisik yang umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Menurut Desmita (2013:224) pada tahap perkembangan psikososial remaja, ada enam perkembangan yang terjadi di masa tersebut antara lain yaitu: (1) perkembangan individuasi dan identitas; (2) perkembangan hubungan dengan orang tua; (3) perkembangan dengan teman sebaya; (4) perkembangan seksualitas; (5) perkembangan proaktivitas; dan (6) perkembangan resiliensi. Adapun dalam penelitian ini, peneliti hanya membahas mengenai perkembangan proaktivitas saja.

Menurut Desmita (2013:224) proaktivitas (*proactivity*) adalah sebuah konsep yang dikembangkan oleh Stephen R. Covey mengenai manusia sebagai makhluk bertanggung jawab atas hidupnya sendiri. Perilakunya adalah fungsi dari keputusannya sendiri, dan individu tersebut mempunyai inisiatif serta tanggung jawab untuk membuat segala sesuatunya terjadi. Secara lebih tegas Covey (dalam Desmita, 2013:225) mendefinisikan, “Proaktivitas sebagai kemampuan untuk memiliki kebebasan dalam memilih respons, kemampuan mengambil inisiatif, dan kemampuan untuk bertanggung jawab.” Jadi, dari penjelasan di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa proaktivitas adalah kebebasan untuk memilih dan mampu

bertanggung jawab dengan segala sesuatu yang akan ataupun telah terjadi dalam kehidupan setiap individu.

Menurut Covey (dalam Desmita, 2013:225) ada unsur-unsur yang terkandung dalam kebebasan memilih yaitu: (1) *self awareness* (kesadaran diri), yaitu kemampuan untuk melihat, memikirkan, merenungkan, dan menilai diri sendiri. Kesadaran diri tidak saja mempengaruhi sikap dan tingkah laku individu, tetapi juga berpengaruh terhadap cara pandang dari sisi luar luar dalam dirinya. (2) *imagination* (imajinasi), yaitu kemampuan untuk membayangkan sesuatu melampaui realitas empiris yang memungkinkan manusia untuk menciptakan sesuatu dalam pikirannya yang dibatasi oleh dunia nyata. (3) *conscience* (kata hati), yaitu kesadaran batin yang mendalam tentang benar-salah, baik-buruk, yang diharapkan-tidak diharapkan sebagai prinsip mengatur perilaku manusia sehingga dia dapat menyelaraskan pikiran, perasaan, dan tindakannya. (4) *independen will* (kehendak bebas), yaitu kemampuan untuk bertindak berdasarkan kesadaran dirinya dan bebas dari segala pengaruh lain. Individu yang bertindak bebas memiliki tanggung jawab dan moral.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Covey, maka peneliti menyimpulkan bahwa unsur-unsur yang terdapat dalam kebebasan memilih adalah setiap individu khususnya di masa remaja memiliki kemampuan untuk mengambil inisiatif dan bertindak, maksud dari mengambil inisiatif ini bukan berarti segala sesuatu yang dilakukan dengan tindakan mendesak, menjengkelkan atau agresif, melainkan harus dengan tindakan cermat, penuh kesadaran, dan sensitif terhadap sesuatu yang ada di lingkungan sekitar. Memiliki kesadaran penuh atas keputusan yang diambil terhadap adanya peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya, misalnya siswa memilih sekolah ataupun jurusan yang disukai, maka dia harus bertanggung jawab atas keputusan yang diambil dengan cara mematuhi peraturan sekolah dan melaksanakan kewajibannya yaitu mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Contoh lain yang berkaitan dengan masalah siswa di masa sekarang salah satunya yaitu kebiasaan menunda tugas seperti jika ada kegiatan belajar mereka lebih memutuskan untuk memilih melakukan aktivitas lain daripada melaksanakan kewajibannya sebagai pelajar tanpa mempertimbangkan dampak yang akan terjadi di masa mendatang.

Setiap sekolah menginginkan peserta didiknya mulai tingkat dasar sampai menengah bisa mematuhi peraturan dengan melaksanakan kewajibannya sebagai siswa, seperti mentaati tata tertib sekolah, mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dengan tepat waktu, serta memiliki prestasi yang baik sehingga dapat menjunjung tinggi nama baik sekolah. Namun, untuk mewujudkan keinginan tersebut bukanlah permasalahan yang mudah bagi setiap sekolah, karena perilaku belajar siswa yang beraneka ragam mempengaruhi perolehan tingkat keberhasilan mereka. Syah (dalam Fajari, 2017:58) mengemukakan bahwa perilaku belajar dapat diwujudkan dalam sembilan bentuk yaitu: kebiasaan, keterampilan, pengamatan, berpikir asosiatif dan daya ingat, berpikir rasional dan kritis, sikap, pencegahan atau larangan (inhibisi), apresiasi serta tingkah laku afektif. Perilaku belajar yang baik dapat terwujud apabila siswa sadar akan tanggung jawab sebagai pelajar. Ketika siswa termotivasi untuk belajar, seringkali hal tersebut hanya keinginan (tataran kognitif) saja sehingga ketika sampai pada tindakan nyata, siswa tersebut sering melakukan kebalikannya. Siswa cenderung menunda-nunda apa yang seharusnya bisa dilakukan pada saat itu, dia lebih memilih mencari berbagai macam alasan untuk bisa melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan sehingga waktu yang dimiliki tidak dikelola dengan baik. Padahal pada umumnya tugas siswa adalah belajar, salah satunya seperti menyelesaikan tugas tepat waktu dan tetap bekerja keras menghadapi kesulitan saat mengerjakan tugas.

Seseorang yang belajar berarti dia sedang berupaya memperoleh pengetahuan baru untuk mencapai suatu perubahan, perubahan yang diinginkan tidak hanya berkaitan dengan penambahan ilmu pengetahuan tetapi juga berbentuk kecakapan, keterampilan, sikap, pengertian, harga diri, minat, watak, dan penyesuaian diri. Di samping itu, setiap individu mempunyai kebutuhan dasar yang harus terpenuhi, salah satunya adalah memerlukan kebebasan untuk menjadi kreatif dan mengaktualisasi diri. Di sisi lain, kendali dalam diri diperlukan sebuah regulasi atas dorongan dan kemampuan yang dimiliki, baik secara fisik, psikis, maupun perilaku. Namun, pada dasarnya setiap individu suka kebebasan dan tidak ingin diperintah, kurang suka memikul tanggung jawab, suka dengan pekerjaan ringan namun mempunyai

hasil yang besar, tidak bersedia bekerja sama serta lebih suka mementingkan diri sendiri, dan sering melakukan pelanggaran misalnya datang terlambat ke sekolah, sering tidak menyelesaikan pekerjaan rumah, menyontek saat ujian, dan memiliki kebiasaan menunda-nunda tugas. Hal-hal yang demikian mengarah pada perilaku yang tidak dapat memanfaatkan waktu secara efektif. Permasalahan yang terjadi saat ini, siswa seringkali menunda-nunda untuk memulai mengerjakan tugas, dia memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang seharusnya segera diselesaikan. Kebiasaan itu dikenal dengan sebutan prokrastinasi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi sangat dekat dengan kegagalan yang berpengaruh pada prestasi belajar. Perilaku prokrastinasi harus dihindari oleh peserta didik, karena dapat menghambat siswa dalam mencapai hasil belajar yang optimal.

Bersumber pada hasil wawancara penelitian yang dilakukan oleh Linda Kurniwati (2018:3), mahasiswa UNESA angkatan 2013 dengan guru BK di SMA Negeri 1 Menganti, menjelaskan bahwa fenomena penundaan tugas di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) khususnya kelas XI IIS 1 sekitar 30% sampai 50% siswa melakukan prokrastinasi akademik. Data tersebut diperkuat lagi dari hasil wawancara dengan beberapa guru mata pelajaran di kelas yaitu guru Matematika, bahasa Indonesia dan Seni budaya menyatakan bahwa terdapat 30% sampai 50% siswa menunda tugas akademik seperti menunda mengerjakan tugas matematika sampai melebihi batas waktu yang telah ditentukan bahkan sampai tidak mengumpulkan tugas matematika, sering mengerjakan tugas lain pada saat mata pelajaran berlangsung, terlambat mengumpulkan tugas, tidak membuat catatan yang diberikan oleh guru. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Linda Kurniwati dengan siswa kelas XI IIS 1 kebanyakan menyebutkan bahwa siswa mengalami penundaan tugas secara di sengaja, faktornya sangat bermacam-macam mulai dari malas, mengantuk, tidak bisa mengatur waktu dengan baik, lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman dan memilih untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti lebih suka menonton tv, jalan-jalan, main *game online*, siswa tidak mengerti instruksi dari tugas yang diberikan guru, sehingga siswa

tidak yakin dimana memulai dan bagaimana cara menyelesaikan tugasnya dengan baik, alhasil siswa lebih memilih untuk mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah dengan melihat hasil tugas temannya karena dia merasa tidak bisa mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Permasalahan yang sama terjadi di UIN Sunan Kalijaga, sesuai hasil penelitian dari Muhammad Johan Nasrul yang dikutip oleh Erlangga (2017:5), mahasiswa UNESA angkatan 2012 menyatakan bahwa presentase mahasiswa angkatan 2004/2005 yang menunda studinya berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan. Presentase mahasiswa laki-laki yang menjadi prokrastinator sebanyak 78.5% sedangkan mahasiswa perempuan yang menunda studinya sebanyak 21.5%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa untuk angkatan 2004/2005 mahasiswa laki-laki lebih sering menunda studinya dibandingkan dengan mahasiswa perempuan. Disamping itu, hal serupa juga terjadi di SMP Negeri 25 Padang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mayrika nitami mahasiswa Universitas Negeri Padang menyatakan bahwa secara umum perilaku prokrastinasi akademik siswa secara keseluruhan berada pada kategori sedang dengan presentase rata-rata 52%. Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa tempat pendidikan, maka peneliti menyimpulkan bahwa peserta didik dari kalangan menengah sampai perguruan tinggi masih banyak yang suka menunda-nunda dalam memulai mengerjakan tugas ataupun menyelesaikannya secara tuntas, selain itu siswa juga tidak memperhitungkan dengan baik waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran.

Menurut Glenn (dalam Ghufron dan Rini, 2010), menjelaskan bahwa prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri. Prokrastinator biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, penyebab stres dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya. Sedangkan menurut Watson, prokrastinasi berkaitan dengan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang, melawan kontrol, juga mempunyai sifat ketergantungan dan kesulitan dalam membuat keputusan. Sedangkan menurut Gafni dan Gery (dalam Sebastian, 2013:2), prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang untuk menunda

kegiatan yang dilakukannya sampai pada saat-saat terakhir. Pendapat tersebut diperjelas oleh Knaus (dalam Sebastian, 2013:3) menyatakan bahwa seorang individu melakukan prokrastinasi karena tidak nyaman terhadap tugas yang diberikan, sehingga mereka terus menerus untuk melakukan penundaan terhadap pekerjaannya.

Prokrastinasi pada siswa banyak berdampak negatif, diantaranya adalah siswa akan mendapatkan nilai rendah, menarik diri terhadap pendidikan yang lebih tinggi, memiliki tingkat kehadiran di kelas yang rendah sehingga dikeluarkan dari sekolah. Seseorang yang melakukan prokrastinasi akan memiliki kesehatan yang lebih buruk dibanding yang tidak, penundaan tugas juga memiliki akibat terhadap emosi seseorang. Ketika seseorang sadar bahwa dia melakukan prokrastinasi, maka mereka mengalami berbagai perasaan dalam dirinya, diantaranya adalah rendah diri, rasa bersalah, merasa melakukan kecurangan, mengalami ketegangan, kepanikan dan kecemasan dalam diri.

Berdasarkan penjelasan tentang prokrastinasi yang telah dipaparkan, maka peneliti menyimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan penundaan pekerjaan yang dilakukan oleh seseorang dengan alasan yang tidak rasional, seperti berperilaku tidak efisien dalam menggunakan waktu belajar. Mereka suka menunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas, terlambat mengumpulkan tugas, adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja, memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang seharusnya segera diselesaikan. Kecenderungan dalam menunda pekerjaan disebabkan karena adanya ketakutan untuk gagal dan berpandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan sempurna, sehingga prokrastinator merasa lebih aman untuk tidak mengerjakan tugas tersebut dengan segera. Prokrastinasi dapat terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau melihat status sebagai pelajar, mahasiswa ataupun pekerja. Bentuk prokrastinasi yang terjadi pada siswa dari beberapa faktor diantaranya adalah menunda waktu belajar agar dapat informasi lengkap untuk menyelesaikannya, tidak mengerjakan PR di rumah hingga terlambat mengumpulkan tugas dari guru mata pelajaran, hal ini bisa terjadi karena mereka lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan seperti *hangout*,

bermain *gadget*, membaca novel, dan kegiatan lainnya. Jika perilaku ini terus-menerus dilakukan tanpa adanya regulasi diri ataupun pengendalian diri, maka hal ini tentu akan mempengaruhi prestasi belajar siswa.

Disinilah peran strategi *self management* (pengelolaan diri) sangat dibutuhkan oleh setiap individu khususnya bagi peserta didik yang selalu melakukan kebiasaan menunda tugas tanpa memperhitungkan waktu yang dimiliki, sehingga tidak dapat dimanfaatkan dengan sebaik mungkin. Pengelolaan diri merupakan suatu prosedur dimana individu dapat mengatur perilakunya sendiri. Pada strategi ini menurut Sukadji (dalam Erlangga, 2017:1) individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku siswa, memonitor perilaku tersebut, memilih aturan atau jadwal aktivitas keseharian yang akan ditetapkan, melaksanakan dan mengevaluasi aturan tersebut. Adapun masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan strategi *self management* (pengelolaan diri) adalah: (1) perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri; (2) perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif; (3) perilaku siswa/konseli berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri dan; (4) tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab siswa/konseli.

Setiap orang dalam menjalankan kehidupan sehari-harinya pasti memiliki kebiasaan yang berbeda-beda, ada kebiasaan baik dan kurang baik. Tidak semua orang dapat menghilangkan kebiasaan kurang baik secara cepat, sehingga setiap individu perlu melakukan proses pengelolaan diri terlebih dahulu untuk bisa mengontrol perilakunya. Salah satu tujuan menggunakan pendekatan ini yaitu membantu peserta didik agar bisa mengubah perilaku mal-adaptif dengan mempelajari serta menyesuaikan diri terhadap perilaku baru. Oleh karena itu, untuk bisa mengontrol atau mengarahkan perilaku prokrastinasi tersebut, maka peneliti akan menggunakan layanan konseling kelompok dengan strategi *self management*, dimana strategi tersebut merupakan salah satu dari bagian pendekatan behavioral. Penggunaan strategi *self management* dalam penelitian



ini diharapkan dapat berjalan secara efektif untuk bisa mengontrol atau mengarahkan diri supaya bisa mengurangi perilaku prokrastinasi yang sering dialami oleh peserta didik. Jadi, peneliti menyimpulkan bahwa *self management* merupakan suatu teknik yang mengarah pada pikiran dan perilaku individu untuk membantu peserta didik dalam mengelola dan mengubah perilaku ke arah yang lebih positif melalui proses belajar tingkah laku baru. Disamping itu, permasalahan pengelolaan diri dalam menangani kebiasaan menunda tugas tidak hanya tanggung jawab guru-guru mata pelajaran, tetapi juga guru BK. Untuk itu, guru BK perlu menindaklanjuti masalah tersebut dengan cara memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik. Sukadji juga menambahkan dalam penerapan strategi *self management* tanggung jawab keberhasilan berada di tangan siswa/konseli. Konselor hanya berperan sebagai mentor dan juga fasilitator yang membantu merancang program, serta motivator bagi konseli. Salah satu tujuan dari layanan tersebut adalah membantu siswa untuk menjadi individu yang dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik serta mampu memecahkan masalah secara mandiri.

Berdasarkan uraian latar belakang terkait tingginya tingkat presentase perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi di semua tingkat pendidikan di Indonesia, bukan tidak mungkin akan dialami juga oleh siswa, khususnya kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya. Oleh karena itu, peneliti memiliki ketertarikan ingin mengetahui lebih lanjut untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh penggunaan strategi *self management* dalam konseling kelompok terhadap perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII-D di SMP Negeri 21 Surabaya.”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, dapat diuraikan rumusan masalah sebagai berikut. Apakah penggunaan strategi *self management* dalam konseling kelompok secara signifikan berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII-D di SMP Negeri 21 Surabaya?

### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah yang telah dipaparkan, tujuan penelitian ini adalah untuk menunjukkan secara signifikan ada tidaknya pengaruh penggunaan strategi *self management* dalam konseling kelompok terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII-D di SMP Negeri 21 Surabaya.

### D. Variabel dan Definisi Operasional

#### 1. Variabel Penelitian

Suryabrata (2015:25) menyatakan bahwa variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Di penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan strategi *self management* dalam layanan konseling kelompok, sedangkan variabel terikatnya adalah perilaku prokrastinasi atau menunda-nunda waktu belajar siswa.

#### 2. Definisi Operasional Variabel

Suryabrata (2015:29) menyatakan bahwa definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan sehingga dapat diamati. Kedua variabel penelitian ini didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

- a. Penggunaan strategi *self management* dalam konseling kelompok adalah suatu layanan konseling yang dibentuk dalam dinamika kelompok oleh Guru BK/konselor, dengan maksud agar para anggota (minimal jumlahnya dua orang) dapat mencegah, memperbaiki perilaku serta memberikan informasi satu sama lain terkait materi yang akan didiskusikan. Di penelitian ini, materi yang dibahas yaitu tentang perilaku prokrastinasi akademik. Dimana pada layanan tersebut ada sesi pengungkapan dan pemahaman masalah konseli, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah dengan menggunakan strategi *self management* dan kegiatan evaluasi serta tindak lanjut. Adapun cara menerapkan strategi *self management* dalam layanan konseling kelompok harus melalui empat tahapan sebagai berikut: (1) langkah awal; (2) langkah transisi; (3) langkah kerja; dan (4) langkah terminasi.
- b. Prokrastinasi merupakan penundaan pekerjaan yang dilakukan

oleh seseorang dengan alasan yang tidak rasional, salah satunya seperti berperilaku tidak efisien dalam menggunakan waktu. Prokrastinasi dapat terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau melihat status sebagai pelajar, mahasiswa dan pekerja. Bentuk prokrastinasi yang terjadi pada siswa diantaranya adalah menunda waktu belajar, tidak mengerjakan PR di rumah hingga terlambat mengumpulkan tugas dari guru, hal ini bisa terjadi karena mereka lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan seperti membaca novel, bermain gadget, dan kegiatan lainnya. Jika perilaku ini terus-menerus dilakukan tanpa adanya regulasi diri, maka hal ini tentu akan mempengaruhi prestasi belajar siswa. Adapun indikator-indikator yang ada di dalam prokrastinasi yaitu: (1) suka menunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas; (2) terlambat mengumpulkan tugas; (3) adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual (kenyataan); (4) memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang seharusnya segera diselesaikan.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan uraian rumusan masalah yang telah dipaparkan, manfaat penelitian yang didapatkan adalah:

##### **1. Bagi Peneliti**

Peneliti dapat mengetahui seberapa besar pengaruh penggunaan strategi *self management* dalam konseling kelompok terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa, serta dapat memberikan wawasan lebih luas tentang ciri-ciri, penyebab serta dampak negatif yang menjadikan peserta didik melakukan kebiasaan menunda-nunda tugas, sehingga proses penanganan dari permasalahan tersebut dapat diterapkan pada peserta didik khususnya tingkat SMP terkait penerapan dalam bidang pendidikan.

##### **2. Bagi Sekolah**

Pihak sekolah, khususnya guru BK dapat mengetahui bagaimana cara mengatasi permasalahan tentang perilaku prokrastinasi yang sering dialami oleh peserta didik, serta membantu proses

pengecahan adanya perilaku prokrastinasi berkelanjutan yang dapat mempengaruhi hasil belajar dan prestasi siswa. Di samping itu, dapat membantu kepala sekolah untuk memperoleh informasi dari hasil penelitian ini serta bisa dipergunakan sebagai bahan untuk mengambil kebijaksanaan, khususnya mengenai pengembangan pelayanan program Bimbingan dan Konseling guna memfasilitasi Guru BK dalam menangani serta membantu peserta didik yang secara individual mengalami masalah psikologis atau psikososial.

3. Bagi Pembaca

Bagi para pembaca dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai rujukan atau bahan pertimbangan untuk menambah pengetahuan baru, meningkatkan dan mengembangkan penelitian tentang pengaruh penggunaan strategi *self management* dalam konseling kelompok terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa tingkat SMP.

