

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN  
TEKNIK PENGUATAN POSITIF TERHADAP  
PROKRASTINASI BELAJAR SISWA KELAS XI  
SMA Dr. SOETOMO SURABAYA**

**SKRIPSI**



**NELASARI**

**185000012**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
2022**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN  
TEKNIK PENGUATAN POSITIF TERHADAP  
PROKRASINASI BELAJAR SISWA KELAS XI  
SMA Dr. SOETOMO SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi  
sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana  
pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

**NELASARI**

**185000012**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
2022**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh

**Nelasari**

NIM 185000012

Judul Skripsi

Pengaruh Konseling Kelompok  
Dengan Teknik Penguatan Positif  
Terhadap Prokrastinasi Belajar Siswa

Surabaya, 24 Januari 2022

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling



Pembimbing,

Dr. Jahju Hartanti, M. Psi  
NIDN. 0728126701

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Nelasari dengan judul Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Penguatan Positif Terhadap Prokrastinasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Dr. Soetomo Surabaya telah di pertahankan di depan dosen penguji pada tanggal 31 Januari 2022

Dewan penguji:

- |                                      |               |
|--------------------------------------|---------------|
| 1. Dr. Jahju Hartanti, M.Psi         | Ketua .....   |
| 2. Elia Firda Mufidah, S.Pd., M.Pd   | Anggota ..... |
| 3. Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd | Anggota ..... |

Mengesahkan  
Dekan FPP,



Dr. Santika Kusumadewi, M. Kes

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Bimbingan dan  
Konseling,



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Psi

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji atas kehadiran Allah SWT berkat limpahan hidayah-Nya serta nikmat-Nya yang tak ternilai akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagaimana syarat terakhir untuk memperoleh gelar Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Pedagogi Dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Skripsi ini berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Penguatan Positif Terhadap Prokrastinasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Dr. Soetomo Surabaya”.

Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat kelulusan mahasiswa strata satu (S1). Diluar itu, penulis hanya manusia biasa yang menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, baik dari segi Bahasa, susunan kalimat maupun isi dari skripsi ini. Oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati, penulis selaku penyusun menerima segala kritik dan saran yang membangun dari pembaca. Demikian yang bisa penulis sampaikan, semoga skripsi ini dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan dan memberikan manfaat untuk masyarakat luas.

Surabaya, 25 Januari 2022

Penyusun

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Tanpa adanya bantuan, dukungan serta dorongan dari berbagai pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini. Dengan demikian, penulis mengucapkan terima kasih dari hati yang tulus kepada:

1. Allah SWT yang sampai saat ini masih memberikan nikmat yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini;
2. Dr. Soebandowo M. S, selaku Rekrot Universitas PGRI Adi Buana Surabaya;
3. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M. Kes, selaku Dekan Fakultas Pedagogi Dan Psikologi Adi Buana Surabaya;
4. Bapak Dr. Mudhar, S.Pd., M.Pd, selaku Kepala Program Studi Bimbingan Dan Konseling Adi Buana Surabaya;
5. Ibu Dr. Jahju Hartanti, M. Psi selaku Dosen Pembimbing I yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
6. Bapak Dimas Ardika Mifta Farid, S.Pd., M.Pd, selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
7. Pihak sekolah SMA Dr. Soetomo Surabaya yang telah mengizinkan siswa untuk mengikuti kegiatan yang dilakukan oleh penulis;
8. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling karena sudah memberikan ilmu yang bermanfaat;

9. Orang tua yang paling di cintai dan penulis sayangi, yang telah mengasuh, menyayangi, mendidik, yang selalu menjadi penyemangat penulis dan senantiasa mendoakan penulis dalam setiap langkah penulis;
10. Keluarga besar yang sudah banyak membantu, mendukung dan mendokan penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan;
11. Untuk Adikku tercinta, terima kasih sudah ikut mendoakan segala urusan penulis, memberikan semangat, dan selalu ada untuk membantu penulis ketika membutuhkan;
12. Teman-teman Himpunan Mahasiswa Tomia Surabaya (HMTS) yang sudah banyak membantu penulis;
13. Kak Ian dan kak Icu yang sudah membantu dan memotivasi penulis hingga skripsi ini terselesaikan;
14. Untuk diri saya sendiri yang sudah sehat dan mau berjuang sampai sekarang;
15. Kepada semua pihak-pihak yang sudah membantu yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, penulis sangat berterima kasih banyak atas semuanya.

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

**Saya yang bertanda tangan di bawah ini:**

**Nama** : Nelasari  
**NIM** : 185000012  
**Program Studi** : Bimbingan dan Konseling  
**Fakultas** : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia di batalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 27 Januari 2022  
Yang membuat pernyataan,



Handwritten signature of Nelasari.

Nelasari



## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	ii
Halaman Persetujuan .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Pernyataan Keaslian Tulisan.....	v
Abstrak.....	vi
Moto.....	viii
Kata Pengantar .....	ix
Daftar Isi .....	xii
Daftar Tabel .....	xv
Daftar Gambar .....	xvi
Daftar Grafik.....	xvii
Daftar Lampiran.....	xviii

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Ruang Lingkup Dan Pembatasan masalah.....	8
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Variabel Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10

### BAB II LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori .....	11
1. Prokrastinasi .....	11
a. Pengertian Prokrastinasi .....	11
b. Aspek-aspek Prokrastinasi.....	12
c. Faktor-Faktor Prokrastinasi .....	13
d. Ciri-Ciri prokrastinasi.....	14
2. Konseling Kelompok.....	15
a. Pengertian Konseling Kelompok.....	15
b. Tujuan Konseling Kelompok .....	16
c. Tahap-Tahap Konseling Kelompok.....	16

3.	Penguatan Positif .....	17
a.	Pengertian Penguatan Positif .....	17
b.	Tujuan Penguatan Positif.....	19
c.	Prinsip-Prinsip Penguatan Positif .....	20
4.	Konseling Kelompok Dengan Teknik Penguatan Positif .....	20
B.	Penelitian Terdahulu Yang Relevan .....	21
C.	Kerangka Konseptual.....	25
D.	Hipotesis Penelitian .....	26

### BAB III METODE PENELITIAN

A.	Rancangan Penelitian.....	27
B.	Populasi dan Sampel.....	28
1.	Populasi .....	28
2.	Sampel .....	28
C.	Metode Pengumpulan Data.....	29
1.	Observasi .....	29
2.	Skala Pengukuran .....	29
3.	Uji Alat Ukur .....	36
a.	Validitas.....	36
b.	Reliabilitas.....	38
D.	Teknik Analisis Data .....	38
E.	Jadwal Penelitian .....	39

### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A.	Hasil Penelitian .....	40
1.	Deskripsi Data .....	40
a.	Hasil pre test prokrastinasi akademik siswa .....	41
b.	Hasil post test prokrastinasi akademik siswa .....	45
c.	Perbandingan <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> .....	47
2.	Implementasi Pelaksanaan <i>Treatment</i> .....	48
3.	Hasil Uji Analisis Data .....	52
B.	Pembahasan .....	52
1.	Konseli IGA.....	53
2.	Konseli ISM.....	54

3. Konseli TPA .....	55
4. Konseli FDM .....	56
5. Konseli FPS .....	57
6. Konseli WAK .....	58

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	65
B. Saran .....	65

Daftar Pustaka .....	68
----------------------	----

Lampiran .....	73
----------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1	Populasi ..... 28
3.2	<i>Blue Print</i> ..... 31
3.3	Skala Likert..... 32
3.4	Skala Pengukuran ..... 33
3.5	Hasil Uji Validitas ..... 37
3.6	Uji Reliabilitas..... 38
3.7	Jadwal Penelitian ..... 39
4.1	Jadwal Konseling Kelompok..... 41
4.2	Interval Skor ..... 42
4.3	Subjek Penelitian ..... 42
4.4	Hasil <i>Pre Test</i> ..... 44
4.5	Hasil <i>Post Test</i> ..... 46
4.6	Perbandingan <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> ..... 47
4.7	Uji <i>Wilcoxon</i> ..... 52

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual.....	25
3.1 Rancangan Penelitian.....	27

## DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Hasil <i>Pre Test</i> .....	45
4.2 Hasil <i>Post Test</i> .....	46
4.3 Perbandingan Hasil <i>Pre Test</i> Dan <i>Post Test</i> .....	48
4.4 Konseli IGA .....	53
4.5 Konseli ISM .....	54
4.6 Konseli TPA.....	55
4.7 Konseli FDM.....	56
4.8 Konseli FPS.....	57
4.9 Konseli WAK.....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Skala Pengukuran .....	73
Lampiran 2 Uji Validitas.....	77
Lampiran 3 Uji Realibilitas.....	78
Lampiran 4 Uji Wilcoxon .....	82
Lampiran 5 Subjek Penelitian .....	83
Lampiran 6 Surat Penelitian.....	85
Lampiran 7 Surat Setelah Penelitian .....	86
Lampiran 8 Data Pre Test .....	87
Lampiran 9 Lembar Kesiediaan Konseli.....	88
Lampiran 10 Dokumentasi.....	94
Lampiran 11 Buku Panduan.....	98