

**EFEKTIFITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
REALITA UNTUK MEREDUKSI PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMA ITP SURABAYA**

SKRIPSI



Unipa Surabaya

**Cinta Nur Milenina
NIM 185000013**

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

**EFEKTIFITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
REALITA UNTUK MEREDUKSI PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMA ITP 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

**Cinta Nur Milenina
NIM 185000013**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : **Cinta Nur Milenina**

NIM 185000013

Judul Skripsi : Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Realita Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA ITP Surabaya

Surabaya, 7 Februari 2022

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Dosen Pembimbing






Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
NIDN 0728126701

Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd.
NIDN 0706058802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Cinta Nur Milenina dengan judul Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Realita Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA ITP Surabaya telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 9 Februari 2022.

Dewan Penguji:

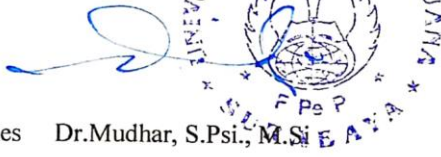

- | | | | |
|----|---------------------------------------|---------|---|
| 1. | Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd. | Ketua |  |
| 2. | Drs. Sutijono, M.M | Anggota |  |
| 3. | Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd. | Anggota |  |

Mengesahkan
Dekan P.PP,



Dr. Santika Bentika Hadi, M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi Bimbingan
dan Konseling



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

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Cinta Nur Milenina
NIM : 185000013
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi 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 saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 7 Februari 2022
Yang membuat pernyataan,



Cinta Nur Milenina

MOTTO

“Selalu berfikir positif”

“Jalanin satu-satu”

“Apapun yang dikatakan orang sekitar terima dengan lapang dada”

“Rasa benci tidak akan menghasilkan apapun, lakukan semua dengan
ikhlas”

(Unknown)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas bimbingan dan kuasa-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan judul skripsi “Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Realita Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA ITP Surabaya”.

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat kelulusan mata kuliah skripsi di Fakultas Pedagogi Dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Penyusunan skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, sehingga penulis hendak menyampaikan terima kasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, M.S. selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi.
3. Bapak Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling.
4. Ibu Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah mengarahkan dan membimbing dengan kesungguhan hati selama penulis menyelesaikan skripsi.
5. Segenap Dosen Fakultas Pedagogi dan Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah serta seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
6. Kedua orang tua saya tercinta Papa Priyo Herbowo dan Mama Nana Perdanawati yang menjadi motivasi saya dalam mengerjakan skripsi juga yang tidak pernah lelah memberikan support terbaik yang mereka bisa demi kelancaran skripsi ini.
7. Kakek nenek dan eyangti saya yang paling saya sayangi Ayah Moch Sunarso, Bunda Nanik Sulistiyowati, dan eyangti Suharyati yang selalu memberikan doa terbaiknya terhadap saya, juga membesarkan saya dari kecil. Terima kasih yang luar biasa juga saya ucapkan.

8. Adik-adik kesayangan saya, Hany Nur Saraswati dan Maharani Nur Fajariah yang selalu memberikan doa dan dukungannya.
9. Para sahabat terbaikku, Margaret Ningtiyas, Dicky Wahyudi, Nanda Elna, Aiza Uzlifatul Jannah, dan Aurora Dahlia selaku sahabat yang selalu ada dan sabar mendengarkan keluh kesah, dan selalu memberi motivasi selama ini.
10. Teman-teman sebimbangan Aurora, Yulia, Dewak, Dewik, Abel, Sandra, Aini dan Rendy selaku anggota grup Skripsi Warrior 2018 yang selama ini telah berjuang bersama dan saling memberikan dukungan.
11. Sahabat-sahabat lainnya yang telah memberikan banyak motivasi.
12. Diri saya sendiri yang telah berjuang sampai detik ini serta berkontribusi secara penuh selama kuliah di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
13. Semua pihak yang telah membantu dan tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang saya miliki. Penulis berharap hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu. Akhir kata saya ucapkan terima kasih.

Surabaya, 7 Februari 2022

Cinta Nur Milenina

DAFTAR ISI

Halaman Judul	ii
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Pernyataan Keaslian Skripsi.....	iv
Abstrak.....	v
Abstract.....	vi
Motto	vii
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Diagram	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah	8
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penulisan.....	9
E. Definisi Operasional Variabel.....	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	12
A. Kajian Pustaka	12
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	26
C. Kerangka Berpikir.....	29

D. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Rancangan Penelitian.....	34
B. Populasi dan Sampel.....	37
C. Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional..	40
D. Metode Pengumpulan Data.....	41
E. Teknik Analisis Data.....	46
BAB IV HASIL DAN ANALISIS DATA PENELITIAN.....	49
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan Hasil Penelitian	96
BAB V PENUTUP.....	101
A. Simpulan	101
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA.....	103
LAMPIRAN.....	110

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Siswa Kelas XI IIS.....	37
Tabel 3.2 Jumlah Siswa Kelas XI MIA.....	38
Tabel 3.3 Tabel Jumlah Populasi	38
Tabel 3.4 Pengambilan Sampel.....	39
Tabel 3.5 Jumlah Sampel Kelompok Eksperimen	39
Tabel 3.6 Jumlah Sampel Kelompok Kontrol.....	40
Tabel 3.7 Angket Prokrastinasi Akademik (Sebelum).....	42
Tabel 3.8 Kategori Jawaban Instrumen Penelitian.....	43
Tabel 3.9 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	46
Tabel 3.10 Angket Prokrastinasi Akademik (Sesudah).....	46
Tabel 4. 1 Pre-test Prokrastinasi Akademik Yang Akan Diberikan Treatment.....	51
Tabel 4.2 Post-test Prokrastinasi Akademik Sesudah Diberikan Treatment.....	81
Tabel 4.3 Hasil Uji SPSS Uji Mann-Whitney U.....	84
Tabel 4.4 Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen.....	85
Tabel 4.5 Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Kontrol.....	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Penelitian Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik	32
Gambar 3.1 Rancangan Nonequivalent Control Group Design	36

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 Hasil Pre-test Kelompok Eksperimen dan Kontrol	52
Diagram 4.2 Hasil Post-test Kelompok Eksperimen dan Kontrol....	82
Diagram 4.3 Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen.....	85
Diagram 4.4 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol.....	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian	110
Lampiran 2. Blueprint Sebelum Uji Validasi	114
Lampiran 3. Blueprint Sesudah Uji Validitas.....	118
Lampiran 4. Pernyataan Angket Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Validasi.....	120
Lampiran 5. Pernyataan Angket Prokrastinasi Akademik Sesudah Uji Validasi.....	123
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas.....	125
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas Angket Prokrastinasi Akademik (Spss 26).....	126
Lampiran 8. Hasil Pre-Test Kelompok Eksperimen (Kelas XI IIS 1) SMA ITP Surabaya	127
Lampiran 9. Hasil Pre-Test Kelompok Kontrol (Kelas XI IIS 2) SMA ITP Surabaya	128
Lampiran 10. Hasil Post-Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	130
Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian.....	131
Lampiran 12. Surat Ijin Penelitian dari Sekolah	132
Lampiran 13. Verbatim	133
Lampiran14. Dokumentasi	243