

ABSTRAK

Saka, Apolinarius D. 2021. *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Self-Management untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X SMAN 15 Surabaya*. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: *Self-management, Konseling Kelompok, Prokrastinasi Akademik*

Penelitian ini bertujuan mengukur efektivitas layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik self-management untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas X SMAN 15 Surabaya. Rancangan penelitian menggunakan desain One Group Pretest Post-Test yang diberikan terhadap 6 orang siswa yang mendapatkan skor pengukuran perilaku prokrastinasi akademik pada klasifikasi paling tinggi. Instrumen yang digunakan pada penelitian menggunakan skala pengukuran. Proses penentuan sampel menerapkan teknik purposive sampling. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji wilcoxon yang merupakan analisis non-parametrik menggunakan bantuan SPSS for Windows 26.0. Hasil interpretasi data statistik dalam uji wilcoxon diperoleh signifikansi sebesar 0,028. Nilai asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,028 lebih kecil dari 0,05 sehingga disimpulkan hipotesisnya diterima. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa teknik self-management secara signifikan efektif untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas X SMAN 15 Surabaya. Kontribusi penelitian ini bagi BK adalah menambah wawasan dan ilmu bahwa teknik self-management adalah salah satu metode yang tepat dalam menyelesaikan permasalahan mengenai prokrastinasi akademik.

ABSTRACT

Saka, Apolinarius D. 2021. The Effectiveness of Group Counseling Services for Self-Management Techniques to Reduce Academic Procrastination Behavior for Class X Students of SMAN 15 Surabaya. Department of Guidance and Counseling, Faculty of Pedagogy and Psychology, PGRI Adi Buana University, Surabaya. Advisor: Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Self-management, Group Counseling, Academic Procrastination

This study aims to measure the effectiveness of group counseling services by using self-management techniques to reduce academic procrastination behavior in class X SMAN 15 Surabaya. The research design used the One Group Pretest Post-Test design which was given to 6 students who scored the highest classification of academic procrastination behavior. The instrument used in the study used a measurement scale. The process of determining the sample applies purposive sampling technique. Analysis of the data used in this study is the Wilcoxon test which is a non-parametric analysis using SPSS for Windows 26.0. The results of statistical data interpretation in the Wilcoxon test obtained a significance of 0.028. The asymp.Sig (2-tailed) value of 0.028 is smaller than 0.05 so that it can be concluded that the hypothesis is accepted. The results of the study concluded that self-management techniques were significantly effective in reducing academic procrastination behavior in class X SMAN 15 Surabaya. The contribution of this research for BK is to add insight and knowledge that self-management techniques are one of the right methods in solving problems regarding academic procrastination.