

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENGURANGI PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA**

(Studi Eksperimen pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling
STKIP PGRI Sumatera Barat)

TESIS



Oleh

**APRI KASMAN
NIM. 16151052**

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

ABSTRACT

Apri Kasman. 2018. "Implementation of Group Guidance Services to Reduce Student's Academic Procrastination (Study on STKIP PGRI Students of West Sumatera Guidance and Counseling Study Program). Thesis. State University of Padang.

Students' habits in procrastinating lectures and students' concepts that lecture assignments or the day after tomorrow will also be completed will certainly have an impact on the results of the lectures. This shows that the student has academic procrastination behavior. Students who experience delays in completing their studies are one of the factors of bad habits that he did while following the previous lecture. This phenomenon of course needs to be given to the students such as the implementation of group guidance services, through the activities of group guidance services with the topic of duty can reduce student academic procrastination. This study aims to reduce student academic procrastination.

This research uses pre-experiment research type with one group pretest-posttest. Subjects in this study were students STKIP PGRI West Sumatra Guidance and Counseling Study Program. The instrument used is the scale of academic procrastination with Likert scale model. Data were analyzed using nonparametric statistical techniques using Wilcoxon signed ranks test with the help of SPSS version 20.0.

The result of this study is that there is a significant difference in the reduction of academic procrastination between students before being given treatment of group guidance services with after being given treatment of group guidance services.

Based on the findings of this study, it is advisable for students to no longer delay and delay in completing lectures and prioritize the interest of the lecture than any other activity. For lecturers should pay attention to students who show the characteristics of academic procrastination and counselors should carry out group guidance services in helping students to get out of the problem of academic procrastination.

Keywords: Group Guidance, Academic Procrastination.

ABSTRAK

Apri Kasman. 2018. “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa STKIP PGRI Sumatera Barat Program Studi Bimbingan dan Konseling)”. Tesis. Universitas Negeri Padang.

Kebiasaan mahasiswa dalam menunda-nunda tugas perkuliahan serta konsep yang dipakai mahasiswa bahwa tugas perkuliahan nanti atau lusa juga akan bisa diselesaikan, tentu akan berdampak terhadap hasil perkuliahannya. Hal ini menunjukkan mahasiswa tersebut memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan studinya, salah satu faktor dari kebiasaan yang tidak baik yang dilakukannya sewaktu mengikuti proses perkuliahan sebelumnya. Fenomena seperti ini tentunya perlu ada upaya bantuan yang perlu diberikan kepada mahasiswa tersebut, seperti pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas dapat mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-experiment* dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa STKIP PGRI Sumatera Barat Program Studi Bimbingan dan Konseling. Instrumen yang digunakan yaitu skala prokrastinasi akademik dengan model skala *Likert*. Data dianalisis menggunakan teknik statistik nonparametrik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan bantuan *SPSS* versi 20.0.

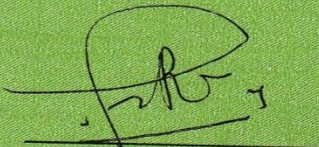
Hasil dari penelitian ini adalah terdapat perbedaan yang signifikan pengurangan prokrastinasi akademik mahasiswa antara sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan kepada mahasiswa untuk tidak lagi menunda-nunda dan terlambat dalam menyelesaikan tugas perkuliahan serta mengutamakan kepentingan perkuliahan daripada aktivitas lain. Bagi dosen hendaknya memperhatikan mahasiswa yang menunjukkan ciri-ciri prokrastinasi akademik dan konselor hendaknya melaksanakan layanan bimbingan kelompok dalam membantu mahasiswa untuk keluar dari persoalan prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Prokrastinasi Akademik.

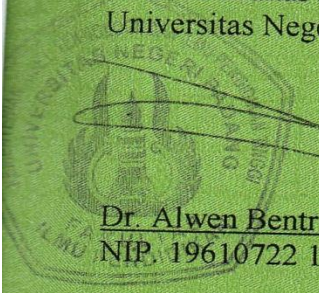
PERSETUJUAN AKHIR TESIS

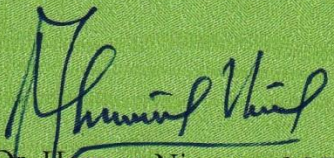
Nama Mahasiswa : *Apri Kasman*
NIM : 16151052

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Yarmis, M.Pd., Kons. Pembimbing I		<u>15/08-2018</u>
Dr. Marlina, S.Pd., M.Si. Pembimbing II		<u>15/8-2018</u>

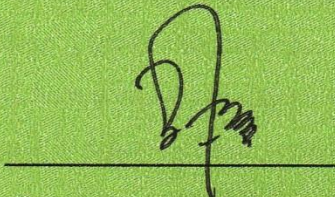
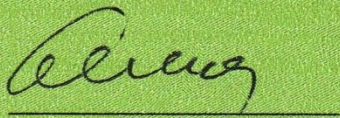
Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang,

Koordinator Program Studi S2 Bimbingan
dan Konseling FIP UNP,


Dr. Alwen Bentri, M.Pd.
NIP. 19610722 198602 1 002


Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
NIP. 19620405 198803 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Dr. Yarmis, M.Pd., Kons. (Ketua)	
2.	Dr. Marlina, S.Pd., M.Si. (Sekretaris)	
3.	Prof. Dr. Mudjiran., M.S., Kons. (Anggota)	
4.	Dr. Marjohan, M.Pd., Kons. (Anggota)	
5.	Dr. Alizamar, M.Pd., Kons. (Anggota)	

Mahasiswa :
Nama : **Apri Kasman**
NIM : 16151050
Tanggal Ujian : 2 Agustus 2018

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul **“Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2018

Saya yang menyatakan,



Apri Kasman
NIM.16151052

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat taufik dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penulisan tesis ini yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”. Ketika menyusun dan menyelesaikan tesis ini, peneliti banyak memperoleh bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu sebagai ungkapan rasa terima kasih, peneliti sampaikan kepada.

1. Dr.Yarmis, M.Pd., Kons. Selaku pembimbing I dan Dr. Marlina, S.Pd., M.Si. Selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan dan motivasi kepada peneliti demi kesempurnaan penelitian ini.
2. Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons. Dr. Marjohan, M.Pd., Kons. Dan Dr. Alizamar, M.Pd., Kons. Selaku penguji dan penimbang instrumen penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan masukan dan saran untuk kesempurnaan penulisan tesis ini.
3. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S2 FIP UNP, khususnya Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan dalam penyelesaian penulisan tesis ini.
4. Pimpinan dan segenap staf tata usaha Program Studi S2 FIP UNP, yang telah memberikan pelayanan terbaik dan kelancaran administrasi pada peneliti dalam rangka penyelesaian penulisan tesis ini.
5. Bapak Fuaddilah Putra, M.Pd., Kons. Selaku pelaksana layanan bimbingan kelompok topik tugas, yang telah mengorbankan waktunya untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok sehingga peneliti selesai menyusun tesis ini.
6. Untuk orangtuaku tercinta, Ayahanda Arasman dan Ibunda Warnis. Terima kasih atas semua dukungan moril dan materil, cinta, kasih sayang, doa, perhatian,

semangat dan kepercayaan yang tidak kenal lelah senantiasa diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan tesis ini.

7. Teman-teman mahasiswa Program Studi S2 BK FIP UNP untuk dukungan, perhatian, semangat serta ide-ide yang telah diberikan dalam menyelesaikan penulisan tesis ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penulisan tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini masih terdapat kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak. Semoga penulisan tesis ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Padang, Juli 2018

Apri Kasman
NIM: 16151052

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah	12
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	13
F. Manfaat Penelitian	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	14
1. Prokrastinasi Akademik	14
a. Pengertian Prokrastinasi Akademik	18
b. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik.....	20
c. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	21
d. Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	26
e. Dampak Prokrastinasi Akademik.....	29
2. Layanan Bimbingan Kelompok	32

a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	34
b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	35
c. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok	37
d. Peran Pemimpin dan Anggota dalam Layanan Bimbingan Kelompok	38
e. Tahap Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok	40
f. Evaluasi Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok	45
g. Teknik-teknik dalam Layanan Bimbingan Kelompok	46
h. Manfaat Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok	46
B. Penelitian yang Relevan	51
C. Kerangka Pemikiran	55
D. Hipotesis	56
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	57
B. Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian	57
1. Waktu Penelitian	57
2. Tempat Penelitian	58
C. Subjek Penelitian	58
D. Prosedur Penelitian	61
E. Definisi Operasional	69
F. Pengembangan Instrumen	70
1. Instrumen Penelitian	70
2. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	72
G. Teknik Pengumpulan Data	76
H. Teknik Analisis Data	77
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	79
B. Pengujian Hipotesis	90

C. Pembahasan	93
1. Pembahasan Secara Umum	93
2. Pembahasan Secara Khusus	94
D. Keterbatasan Penelitian.....	97
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	99
B. Implikasi	99
C. Saran	101
DAFTAR RUJUKAN	103
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Mahasiswa BK yang Lebih Kuliah dari 4 Tahun.....	2
2. Mahasiswa BK yang Mengalami Penurunan IP Dari Tahun Ajaran 2016/2017 Ke Tahun Ajaran 2017/2018.....	4
3. Ciri-ciri Prilaku Mahasiswa yang Mengalami Penurunan IP Indeks Prestasi (Hasil Wawancara dan Observasi).....	5
4. Bidang Permasalahan Mahasiswa	6
5. Rincian Kegiatan Penelitian.....	58
6. Subjek Penelitian.....	60
7. Topik Bimbingan Kelompok	62
8. Penskoran	71
9. Kisi-kisi Instrumen	72
10. Hasil Uji Validitas	74
11. Kriteria Reliabilitas	75
12. Hasil Uji Reliabilitas	75
13. Pengkategorian Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	78
14. Pengkategorian Skor Prokrastinasi Akademik Sebelum Diberikan Perlakuan (<i>Pretest</i>)	79
15. Perolehan Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Sebelum Diberikan Perlakuan (<i>Pretest</i>)	80
16. Pengkategorian Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Sesudah Diberikan Perlakuan (<i>Posttest</i>)	81
17. Perolehan Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Sesudah Diberikan Perlakuan (<i>Posttest</i>)	81
18. Distribusi Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Tahapan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	82
19. Distribusi Nilai Mean Pada Tahapan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	85

20. Distribusi Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Tahapan <i>Pretest dan Posttest</i>	85
21. Hasil Analisis <i>Wilcoxon's Signed Ranks Test</i> Perbedaan Pengurangan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada <i>Pretest dan Posttest</i>	88
22. Arah Perbedaan <i>Pretest dan Posttest</i> Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
23. Tahap Pembentukan	40
24. Tahap Peralihan.....	41
25. Tahap Kegiatan Topik Bebas	42
26. Tahap Kegiatan Topik Tugas	43
27. Tahap Pengakhiran.....	44
28. Kerangka Pemikiran.....	55
29. Bentuk Penelitian <i>The One Group Pretest-Posttest Design</i>	57
30. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	90

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi dan Instrumen Sebelum <i>Judge</i>	109
2. Rekapitulasi Hasil <i>Judge</i>	117
3. Kisi-kisi dan Instrumen untuk Uji Coba	119
4. Tabulasi Data Uji Coba Instrumen.....	126
5. Hasil Uji Validitas Instrumen	127
6. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	132
7. Kisi-kisi dan Instrumen untuk Penelitian.....	134
8. Tabulasi Data <i>Pretest</i> Keseluruhan Mahasiswa.....	142
9. Tabulasi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	146
10. Hasil Uji Hipotesis	147
11. RPL	148
12. Daftar Hadir Mahasiswa Pada Kegiatan Penelitian	178
13. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penelitian	184
14. Surat Izin Uji Coba Instrumen	187
15. Surat Izin Penelitian	188
16. Surat Balasan Diizinkan Melaksanakan Penelitian.....	189
17. Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian	190

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini mahasiswa sangat mudah sekali terpengaruh dengan arus pergaulan yang tidak baik bagi dirinya sebagai seorang intelektual, sehingga dia lupa dengan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa dan berdampak kepada hasil perkuliahannya. Walaupun dengan berbagai alasan setiap orang memerlukan kebebasan untuk menjadi kreatif dan mengaktualisasikan dirinya. Kendali diri dari dalam diri juga diperlukan sebagai regulasi atas dorongan dan kemampuan yang dimiliki baik secara fisik, maupun psikis. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan untuk mengelola atau mengatur seluruh kemampuan dan potensi yang dimiliki oleh setiap mahasiswa.

Setiap mahasiswa hendaknya mampu menyelesaikan perkuliahan tepat pada waktunya, jika mengikuti program sarjana (S1) mahasiswa tersebut hendaknya mampu menyelesaikan studi program sarjana (S1) selama 4 (empat) tahun atau 8 (delapan) semester. Proses mencapai hal tersebut, mahasiswa tentunya harus mengikuti kegiatan perkuliahan dengan baik, tugas-tugas perkuliahan mampu diselesaikan tepat waktu dengan standar yang sudah ditetapkan oleh setiap dosen yang bersangkutan, begitu juga dengan kehadiran selama proses perkuliahan, hendaknya mahasiswa tersebut memaksimalkan kehadirannya selama kegiatan perkuliahan setiap semester. Apabila hal ini dilaksanakan oleh setiap mahasiswa, tentu dia akan mampu menyelesaikan perkuliahan tepat waktu, namun pada saat ini banyak diantara mahasiswa yang tidak memperhatikan hal tersebut.

Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari Tata Usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP PGRI Sumatera Barat, berikut ini merupakan daftar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling tahun masuk 2010 sampai dengan mahasiswa tahun masuk 2012 yang telah lebih kuliah dari 4 (empat) tahun dalam menyelesaikan studi S1 (Strata Satu) atau sarjana.

Tabel 1. Mahasiswa BK yang Lebih Kuliah dari 4 Tahun

Tahun Masuk	Laki-Laki	Perempuan
2010	4 Orang	2 Orang
2011	16 Orang	11 Orang
2012	21 Orang	16 Orang
Jumlah	41 Orang	29 Orang

Sumber: Tata Usaha Program Studi BK Tahun 2017

Berdasarkan data di atas kemudian peneliti melakukan analisis melalui wawancara dengan Dosen-dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP PGRI Sumatera Barat pada tanggal (4 sampai dengan tanggal 7 September 2017). Faktor yang menyebabkan diantara mahasiswa sulit menyelesaikan kegiatan perkuliahan dengan tepat waktu, pada umumnya diantara dosen memberikan keterangan bahwa hal tersebut disebabkan karena mahasiswa dalam proses perkuliahan atau dalam belajar sering menunda tugas-tugas perkuliahan, sehingga banyak diantara mahasiswa tugas-tugas perkuliahannya tidak lengkap. Kehadiran mahasiswa dalam mengikuti aktivitas perkuliahan tidak mencukupi tuntutan minimal jumlah kehadiran yang sesuai dengan peraturan yang ada, mahasiswa sering tidak masuk kelas dan ada juga diantara mahasiswa yang lebih suka melakukan kegiatan atau aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan perkuliahan.

Hasil penelitian yang dilakukan Jeans (2012) di University Of Oxford menunjukkan sebanyak 20% diantara mahasiswa yang terlambat dalam menyelesaikan studi tepat waktu pada tahun 2012 sebanyak 60% adalah mahasiswa mahasiswa yang sering menunda-nunda tuntutan tugas-tugas perkuliahan dan 40% lainnya adalah mahasiswa yang suka *travelling* dan mengabaikan aktivitas perkuliahan. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan Hendriana (2008) di Universitas Dipenogoro faktor yang menyebabkan mahasiswa terlambat dalam menyelesaikan studinya didominasi oleh sebab internal seperti, mahasiswa sering bolos dalam mengikuti kegiatan perkuliahan, mahasiswa sering menunda-nunda tugas perkuliahan, mahasiswa lebih suka organisasi dibandingkan mengikuti kegiatan perkuliahan.

Berdasarkan dari keterangan atau data yang diperoleh peneliti hal ini menunjukkan adanya bentuk perilaku prokrastinasi akademik pada diri mahasiswa. Sementara itu ketika peneliti melaksanakan praktik pengalaman lapangan Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi tersebut, peneliti juga mengamati banyaknya diantara mahasiswa yang suka menunda-nunda tugas, mahasiswa yang lebih suka menghabiskan waktunya dengan kegiatan organisasi dengan mengabaikan kepentingan perkulihan, mahasiswa yang suka bermain daripada menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Kemudian peneliti juga mengamati mahasiswa yang mengalami penurunan IP (Indeks Prestasi) dari tahun ajaran 2016/2017 (semester ganjil Juli-Desember) sampai tahun ajaran 2017/2018 (semester genap Januari-Juni), hal ini tergambar pada Tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Mahasiswa BK yang Mengalami Penurunan IP Dari Tahun Ajaran 2016/2017 Ke Tahun Ajaran 2017/2018

NO	Tahun Masuk Mahasiswa	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-Laki	Perempuan	
1	2014	9 Orang	4 Orang	13 Orang
2	2015	16 Orang	5 Orang	21 Orang
3	2016	12 Orang	9 Orang	21 Orang
Jumlah				55 Orang

Sumber: Tata Usaha Program Studi BK Tahun 2017

Berdasarkan data di atas tergambar banyaknya mahasiswa yang mengalami penurunan indeks prestasi, hal ini tentunya disebabkan oleh berbagai faktor, apabila fenomena seperti ini dibiarkan tentu akan berdampak buruk bagi mahasiswa itu sendiri, bisa saja berdampak kepada keterlambatan mereka menyelesaikan studi, seperti senior mereka yang tergambar pada Tabel 1 sebelumnya, banyak hal yang bisa menyebabkan mahasiswa mengalami penurunan indeks prestasi, seperti mulai malas dalam belajar, sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas perkuliahan, sering tidak hadir dalam kegiatan perkuliahan, mulai menarik diri dari pergaulan sesama teman sebaya, mulai menyukai kegiatan-kegiatan yang tidak terkait dalam tuntutan perkuliahan.

Berdasarkan data di atas maka peneliti mencari data tentang bentuk-bentuk perilaku mahasiswa yang mengalami penurunan indeks prestasi tersebut melalui observasi dan wawancara yang peneliti lakukan terhadap beberapa orang dosen dan juga mengamati perilaku mahasiswa yang mengalami penurunan IP tersebut, yaitu pada tanggal 1 Oktober 2017 sampai dengan tanggal 14 Oktober 2017, lebih jelasnya terlihat pada Tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Ciri-ciri Perilaku Mahasiswa yang Mengalami Penurunan Indeks Prestasi (Hasil Wawancara dan Observasi)

NO	Aspek	Bentuk Prilaku Prokrastinasi Akademik
1	Suka menunda-nunda waktu	a. Suka menumpuk-numpuk tugas b. Suka menunda tugas
2	Terlambat mengerjakan tugas	a. Malas memulai mengerjakan tugas b. Merasa tenang terhadap suatu tugas karena masih berpikir waktu yang tersedia masih banyak
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	a. Perencanaan menyelesaikan tugas yang tidak terstruktur b. Sulit melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu tertentu
4	Suka dengan aktivitas yang tidak terkait dengan tugas perkuliahan	a. Lebih mementingkan dan mengutamakan kegiatan-kegiatan organisasi kampus dibandingkan menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan b. Lebih suka bermain daripada belajar

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi penurunan IP di tempat yang peneliti melakukan penelitian ini, berdasarkan data yang peneliti peroleh dari beberapa dosen yang bersangkutan selama ini dilakukan kegiatan konsultasi dengan Dosen Pembimbing Akademik (PA), dan juga dilakukan kegiatan konseling dengan konselor yang ada di Perguruan Tinggi tersebut. Banyak diantara mahasiswa yang telah melakukan konseling menunjukkan perilaku seperti menunda-nunda tugas perkuliahan, malas memulai mengerjakan tugas-tugas perkuliahan, tidak aktual dalam mengerjakan tugas-tugas perkuliahan, lebih suka dengan aktivitas yang tidak terkait dengan tuntutan perkuliahan sehingga kewajiban sebagai seorang mahasiswa terabaikan, seperti menghabiskan waktunya dengan organisasi kemahasiswaan, bermain, menonton. Peristiwa tersebut menunjukkan adanya ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik pada dirinya sehingga menyebabkan IP mahasiswa

tersebut mengalami penurunan, seperti yang dijelaskan Ghufroon & Risnawati (2010) ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik itu adalah seperti sering menunda-nunda untuk memulai menyelesaikan suatu tugas, sering terlambat dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, lebih suka melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan yang tidak ada kaitannya dengan tuntutan perkuliahan.

Berikut ini merupakan data yang telah diperoleh peneliti dari Laboratorium Konseling di Perguruan Tinggi tersebut tentang mahasiswa yang telah melakukan kegiatan konseling dengan jenis masalah yang menunjukkan adanya ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik, data Tahun 2015, 2016 dan 2017.

Tabel 4. Bidang Permasalahan Mahasiswa

NO	Bidang Permasalahan	Laki-laki	Perempuan	Total
1	Pribadi	19	8	27 Orang
2	Sosial	9	7	16 Orang
3	Karir	9	4	13 Orang
4	Belajar	37	20	57 Orang

Sumber: Laboratorium Konseling STKIP PGRI SUMBAR

Berdasarkan data hasil konseling mahasiswa di atas tergambar secara jelas banyaknya diantara mahasiswa yang telah melakukan konseling memiliki bidang permasalahan belajar, sesuai dengan hasil observasi yang telah peneliti jelaskan sebelumnya, banyak mahasiswa yang menunjukkan ciri permasalahan tentang prokrastinasi akademik, dimana hal ini berkaitan dengan bidang permasalahan belajar. Hendaknya perlu ada upaya bantuan yang diberikan sehingga mahasiswa tidak mengalami prokrastinasi akademik lagi yang akan

berdampak terhadap hasil perkuliahannya dan keterlambatan dalam menyelesaikan studinya.

Ghufron & Risnawati (2010) membagi prokrastinasi dalam dua bentuk yaitu; (1) *functional procrastination* yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat, (2) *dysfunctional procrastination* yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah.

Berdasarkan uraian di atas peneliti melihat fenomena yang terjadi di lapangan pada saat ini pada bagian *dysfunctional procrastination* banyak yang terjadi dan dialami mahasiswa. Mahasiswa saat ini banyak terlambat wisuda dan bisa saja dikeluarkan secara tidak hormat di Perguruan Tinggi dikarenakan tidak bisa menyelesaikan perkuliahan sampai waktu yang ditentukan, hal ini tentu disebabkan karena hasil belajar hasil belajar yang rendah, atau hasil perkuliahan mahasiswa tersebut yang tidak mendukung keberhasilannya dalam menyelesaikan tuntutan setiap mata perkuliahan.

Prokrastinasi merupakan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain disekitarnya, bahkan perilaku ini sudah diingatkan oleh Allah SWT lewat Firman-Nya di Al-Qur'an yang artinya, maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, QS.Al-Insyirah ayat 7. Makna dari Al-Quran di atas kita diingatkan agar tidak menunda pekerjaan, ternyata di dalam agama kita juga dilarang untuk berperilaku menunda-nunda suatu pekerjaan, kita semua mengetahui bahwa jika hal itu dilarang berarti tidak baik untuk diri sendiri.

Hasil penelitian Sastroadi (2011) tentang perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Sunan Kalijaga menggambarkan secara jelas persentase mahasiswa angkatan 2011 yang menunda studinya berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan, persentase mahasiswa laki-laki yang menunjukkan adanya perilaku prokrastinasi sebanyak 78,5%, sedangkan mahasiswa perempuan yang menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik sebanyak 21,5%. Hal ini kemudian dapat disimpulkan bahwa untuk angkatan 2011 mahasiswa laki-laki lebih sering menunda studinya dengan berperilaku prokrastinasi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan, dan setelah dilakukan kegiatan bimbingan kelompok persentase perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tersebut menjadi berkurang yakni, persentase mahasiswa laki-laki yang menunjukkan adanya perilaku prokrastinasi sebanyak 47 % sedangkan mahasiswa perempuan sebanyak 16,5%.

Hasil penelitian Nalbant (2011) di Turkey mengenai terapi konseling dalam memecahkan persoalan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Giresun menggambarkan sebanyak 23% dari mahasiswa tersebut menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik, dan setelah diupayakan dengan terapi konseling dalam memecahkan persoalan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tersebut menunjukkan manfaat yang sangat signifikan dalam memecahkan persoalan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Carolia, Yusuf & Yanuvianti (2012) di universitas pendidikan di Bandung menunjukkan bahwa 22% diantara

mahasiswa menunjukkan skor prokrastinasi akademik sangat rendah, 17% diantara mahasiswa menunjukkan skor prokrastinasi akademik rendah, 14% diantara mahasiswa menunjukkan skor prokrastinasi akademik sedang, 29% diantara mahasiswa menunjukkan skor prokrastinasi akademik tinggi dan 18% diantara mahasiswa menunjukkan skor prokrastinasi akademik sangat tinggi.

Hasil penelitian yang dilakukan Lamieux (2007) di University Toronto Kanada sebanyak 82,7% diantara mahasiswa yang telah melakukan konseling mengalami penurunan skor prokrastinasi akademik. Lamieux (2007) menjelaskan tahapan dan proses dalam pelaksanaan konseling dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi mahasiswa seperti permasalahan akademik. Hasil penelitian yang dilakukan Sayful Indra (2015) di MTs Koto Tangah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Team Asisted Inividualization* sangat efektif untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa, selanjutnya penelitian yang dilakukan Sinarwati (2016) tentang pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat prokrastinasi akademik siswa di SMPN 14 Pekanbaru menunjukkan sebanyak 49,1% diantara siswa mengalami penurunan skor prokrastinasi akademik.

Ghufron & Risnawati (2010) menjelaskan bahwa ada aspek irasional yang dimiliki oleh seorang *procrastinator* memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga *procrastinator* tersebut akan merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera, dikarenakan jika segera mengerjakan tugas akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal, dengan kata lain penundaan yang dikategorikan sebagai

prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas.

Berdasarkan data dan hasil penelitian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti persoalan ini dengan melakukan upaya bantuan untuk mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa dengan melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Queener & Kenyon (2011) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok dapat digunakan oleh peserta kelompok untuk mendiskusikan masalah pribadi, sosial, dan akademik. Faktor yang mendasari penyelenggaraan bimbingan kelompok adalah proses pembelajaran dalam bentuk perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku termasuk dalam hal pemecahan masalah. Dalam suatu kelompok, anggotanya dapat memberi umpan balik yang diperlukan untuk membantu mengatasi masalah anggota yang lain, dan anggota satu dengan yang lainnya saling memberi dan menerima.

Paisley & Milsom (2006) menjelaskan bahwa pengetahuan pemimpin kelompok dan keterampilan dalam merencanakan, membentuk, dan memfasilitasi kelompok, dapat membantu sasaran yang jelas dalam kegiatan kelompok, memfasilitasi partisipasi aktif dari semua anggota, dan mengelola anggota kelompok dalam kegiatan yang sedang dilakukan. Perasaan dan hubungan antar anggota sangat ditekankan di dalam kelompok ini. Dengan demikian antar anggota akan dapat belajar tentang dirinya dalam hubungan dengan anggota yang lain atau dengan orang lain. Selain itu di dalam

bimbingan kelompok, anggota dapat pula belajar untuk memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota yang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti menyimpulkan layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang menekankan pada proses berpikir secara sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat. Melalui layanan bimbingan kelompok, individu menjadi sadar akan kelemahan dan kelebihanannya, mengenali keterampilan, keahlian dan pengetahuan serta menghargai nilai dan tindakannya sesuai dengan tugas-tugas perkembangan, melalui kegiatan bimbingan kelompok dengan penerapan topik tugas dari pemimpin kelompok yang bertujuan untuk mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut; (1) masih ada mahasiswa yang sering menunda-nunda menyelesaikan tugas perkuliahan, (2) masih ada mahasiswa yang terlambat dalam mengerjakan tugas perkuliahan, (3) masih ada mahasiswa yang tidak aktual dalam mengerjakan tugas perkuliahan, (4) masih ada mahasiswa yang tidak mampu memanfaatkan waktu senggang, (5) masih ada mahasiswa yang menunjukkan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, (6) masih ada mahasiswa yang lebih suka melakukan aktivitas lain yang tidak bermanfaat untuk keberhasilannya dalam perkuliahan.

Ghufron & Risnawati (2010) menyebutkan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu, berikut ini adalah keterangannya; (1) penundaan untuk memulai menyelesaikan suatu tugas, (2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan, (4) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

C. Batasan Masalah

Banyaknya masalah yang terlihat pada identifikasi masalah di atas maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini, yaitu mengenai prokrastinasi yang bersifat akademik saja, artinya hanya dalam ruang lingkup pendidikan saja. Penelitian ini akan melihat hasil pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa di Perguruan Tinggi STKIP PGRI Sumatera Barat Program Studi Bimbingan dan Konseling.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dapat mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa di Perguruan Tinggi STKIP PGRI Sumatera Barat Program Studi Bimbingan dan Konseling?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengurangan skor prokrastinasi akademik mahasiswa dengan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di Perguruan Tinggi STKIP PGRI Sumatera Barat Program Studi Bimbingan dan Konseling.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian terbagi menjadi dua yaitu manfaat teoretis dan praktis.

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan pada bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya bagi pengembangan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti lain yang berminat meneliti permasalahan yang terkait dengan penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa, dosen, dan peneliti; (a) bagi mahasiswa, dapat meningkatkan tanggung jawab terhadap tugas-tugas akademik, (b) bagi dosen sebagai bahan pertimbangan dalam menangani kasus mahasiswa yang menunjukkan adanya ciri-ciri perilaku prokrastinasi akademik dan, (c) bagi peneliti, dapat menambah pengalaman dan keterampilan cara mengurangi prokrastinasi akademik.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data dari hasil penelitian yang telah dilakukan analisis statistik dan uji hipotesis, maka dapat disimpulkan dari hasil penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan pengurangan prokrastinasi akademik mahasiswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas.

Berdasarkan uji hipotesis terbukti bahwa layanan bimbingan kelompok dapat menurunkan skor prokrastinasi akademik mahasiswa. Layanan bimbingan kelompok yang telah teruji pada penelitian ini bertujuan untuk mengajak mahasiswa mampu mengaktualisasikan diri dan mengimplementasikan secara keseluruhan apa yang dirasakan dan apa yang diamati oleh mahasiswa setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok topik tugas, sehingga mahasiswa atau anggota kelompok merasakan langsung dampak dari apa yang telah mereka lakukan selama kegiatan layanan bimbingan kelompok yang telah mereka ikuti.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian ini terhadap bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut:

1. Melaksanakan layanan bimbingan kelompok secara berkelanjutan dengan perencanaan yang baik.

Melalui layanan bimbingan kelompok mahasiswa memahami dampak dari prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, penyelenggaraan layanan

bimbingan kelompok yang terencana dan berkelanjutan di perguruan tinggi dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa, dan dapat membantu mengentaskan masalah mahasiswa terkait dengan prokrastinasi akademik.

2. Konselor atau Dosen-dosen Bimbingan dan Konseling harus mampu menentukan materi layanan yang tepat sesuai dengan permasalahan mahasiswa tentang prokrastinasi akademik.
3. Ketika dosen menghadapi permasalahan mahasiswa terkait dengan prokrastinasi akademik, Konselor atau dosen-dosen Bimbingan dan Konseling hendaknya memberikan layanan bimbingan kelompok daripada menyelenggarakan layanan lainnya.

Layanan bimbingan kelompok topik tugas yang diselenggarakan terbukti dapat untuk mengatasi kasus prokrastinasi akademik mahasiswa. Oleh karena itu, ketika Konselor atau Dosen-dosen Bimbingan dan Konseling dihadapkan pada permasalahan yang sama, yaitu prokrastinasi akademik, hendaknya Konselor atau Dosen-dosen Bimbingan dan Konseling segera memberikan layanan bimbingan kelompok kepada mahasiswa. Agar layanan bimbingan kelompok lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang prokrastinasi akademik, Konselor atau Dosen-dosen Bimbingan dan Konseling harus memperhatikan karakteristik mahasiswa dan permasalahan-permasalahan prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa, sehingga layanan bimbingan kelompok lebih efektif.

C. Saran

Berdasarkan hasil-hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat diajukan sebagai tindak lanjut penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling

- a. Konselor di perguruan tinggi disarankan untuk lebih meningkatkan pelaksanaan layanan BK terutama sekali pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian topik bahasan tentang pentingnya memperhitungkan waktu dalam menyelesaikan tugas menunjukkan penurunan skor yang sangat signifikan. Saran peneliti untuk Konselor di perguruan tinggi supaya lebih mengembangkan kreatifitas dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam menentukan topik yang dibahas.
- b. Sebagai bahan masukan dalam penerapan program BK di perguruan tinggi.

2. Bagi mahasiswa

- a. Mahasiswa disarankan untuk lebih berpartisipasi dan berperan aktif dalam penyelenggaraan layanan BK di perguruan tinggi terutama sekali pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang diselenggarakan oleh Konselor dan Dosen-dosen BK.

- b. Mahasiswa hendaknya tidak lagi menunda-nunda penyelesaian tugas-tugas perkuliahannya, sehingga dia memperoleh hasil perkuliahan yang memuaskan.
 - c. Mahasiswa hendaknya menyadari bahwa perilaku prokrastinasi akademik yang dialaminya adalah perilaku yang tidak baik untuk kesuksesan dalam menyelesaikan studinya.
3. Bagi peneliti lainnya
- a. Perlu dilakukan penelitian yang serupa dengan mempelajari kelemahan-kelemahan dalam penelitian ini, ataupun dengan mengembangkan penelitian ini dengan dilatarbelakangi oleh konteks yang berbeda agar dapat membandingkan temuan dari hasil penelitian ini.
 - b. Hendaknya peneliti lain bisa terinspirasi untuk meneliti lebih lanjut tentang prokrastinasi akademik terkait dengan aspek-aspek yang menyebabkan mahasiswa berperilaku prokrastinasi akademik.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdullah, M. 2017. Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Self Management* untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 2 (4): 11-15.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Arikunto, S. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Binder, K. 2000. "The Effects of an Academic Procrastination Treatment on Student Procrastination and Subjective Well-Being". *International Journal of Academic*. 6 (2): 50-77.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. 2008. "Procrastination: Why You Do It, What To Do About It No". *International Journal of Pshycological*. 1 (12): 23-44.
- Brown, W. F., & Holzman, C. B. 1997. "Providing Mental Health Services to Southeast Asian Adolescent Girls: Integration of a Primary Prevention and Group Counseling". *The Journal for Specialists in Group Work*. 26 (4): 350-367.
- Carolia, F., Yusuf, U., & Yanuvianti, M. 2012. Profil Perilaku Prokrastinasi Akademik Berbasis Cognitive Behavioral Therapy pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 1 (1): 79-86.
- Corey, G. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan oleh Koeswara. Bandung: Rafika Aditama.
- Ekawati, S. H. 2009. Pengembangan Kemampuan Komunikasi Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok (Eksperimen di SMA Negeri 1 Siak Kabupaten Kampar). *Tesis tidak diterbitkan*. Padang : Program Pascasarjana UNP.
- Ellis, K. & Knaus, H. 2010. "Procrastination Academic Cheating Among Fifth Grade Students: The role of self efficacy and academic self-handicapping". *Journal of Life Science Biomed*, 2 (1): 1-6.
- Erlangga, D. 2016. "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa dengan Pendekatan Self-Management". *Tesis*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.