

---

**PENGARUH KEAKTIFAN MENGIKUTI LAYANAN BIMBINGAN  
KELOMPOK TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA  
KELAS XI IPA DI SEKOLAH MENENGAH  
ATAS NEGERI 12 PEKANBARU**

**SUCI LIA SARI & RIKA DEVIANTI**

**STAI Auliurrasyidin Tembilahan, Riau**

e-mail: [suciliasari@gmail.com](mailto:suciliasari@gmail.com) & [anggunmamae@gmail.com](mailto:anggunmamae@gmail.com)

---

**Abstract:** *This research studies the correlation. The subject of this study students 'high school science class XI Pekanbaru District 12 and the object of this study is the influence of active service following the guidance of a group of XI grade students' self confidence Natural Science State Senior High School 12 Pekanbaru. The study population was a class XI science students who had attended group counseling services, amounting to 40 people. Given the population is so large, the writer uses Total Sampling. Techniques used to collect data a questionnaire prepared following the Likert scale. Once the data is collected and then analyzed by Product Moment correlation with the formula. Based on the data analysis can be concluded that (1) active service following the guidance of the class XI science students State Senior High School 12 Pekanbaru is located in the category of being which is equal to 76 316%. (2) confidence class XI science students State Senior High School 12 Pekanbaru is located in the category of 67.5%. (3) Based on the obtained correlation test correlation coefficient of 0703. The results of these correlation coefficients indicate that there are significant effect between self-esteem class XI science student State Senior High School 12 Pekanbaru. Effect of active service following the guidance of the group of XI grade students' self confidence Natural Science State Senior High School 12 Pekanbaru obtained from the coefficient of determination was 49%.*

**Keyword:** *guidance of the group, and self confidence*

**Abstrak:** Penelitian ini dilatarbelakangi oleh peserta didik yang melakukan prokrastinasi akademik di SMAN 1 Gunung Tuleh Pasaman Barat. Tujuan penelitian untuk mendeskripsikan: 1) Prokrastinasi akademik dilihat dari penundaan tugas akademik, 2) dilihat dari kelambanan dan keterlambatan tugas akademik, 3) dilihat dari ketidaksesuaian antara rencana dengan kinerja aktual, 4) dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian adalah seluruh kelas XI berjumlah 170 orang. Teknik pengambilan sampel stratified random sampling, sampel berjumlah 117 orang. Instrumen menggunakan angket. Data dianalisis dengan interval skor. Hasil penelitian menunjukan bahwa: 1) Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari penundaan tugas akademik berada pada kategori rendah. 2) dilihat dari kelambanan dan keterlambatan tugas akademik berada pada kategori cukup tinggi. 3) dilihat dari ketidakcocokan antara rencana dengan kinerja aktual berada pada kategori rendah. 4) dilihat dari melakukan aktivitas lain lebih menyenangkan berada pada kategori cukup tinggi.

**Kata Kunci:** Prokrastinasi Penundaan Tugas Akademik

## A. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki peserta didik, sebagaimana yang tertuang dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 tahun 2003 Pasal 1 Ayat 1 yang menjelaskan bahwa pendidikan adalah:

Usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Pendidikan sekolah bertujuan menghasilkan perubahan-perubahan positif (tingkah laku dan sikap) dalam diri peserta didik yang sedang berkembang menuju kedewasaannya. Pasal 14 dinyatakan jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Dalam UUSPN No. 20 tahun 2003 pasal 18 dinyatakan "Pendidikan menengah merupakan lanjutan pendidikan dasar, pendidikan menengah terdiri atas pendidikan menengah umum dan pendidikan menengah kejuruan, pendidikan menengah berbentuk

Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK) atau bentuk lain yang sederajat".

Berdasarkan pengertian pendidikan di atas, dapat diketahui bahwa melalui pendidikan dapat dikembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Menurut Ihsan Tujuan pendidikan nasional tersebut diupayakan berhasil dengan diadakannya lembaga pendidikan, mulai dari pendidikan pra sekolah, pendidikan dasar pendidikan menengah, hingga pendidikan tinggi.<sup>1</sup>

Pendidikan menengah diselenggarakan untuk melanjutkan dan meluaskan pendidikan dasar serta menyiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan mengadakan hubungan timbal-balik dengan lingkungan sosial, budaya alam sekitar, serta dapat mengembangkan kemampuan lebih lanjut dalam dunia kerja atau pendidikan tinggi.

Pelaksanaan layanan pembelajaran, Guru BK perlu mengoptimalkan peningkatan hasil belajar peserta didik. Untuk peningkatan belajar peserta didik, guru pembimbing harus memahami kebiasaan belajar peserta didik, tipe atau gaya belajar peserta didik, metode belajar yang dilakukannya, sehingga lebih mudah dalam memberikan layanan dan memperoleh hasil yang optimal. Guru pembimbing perlu memberikan layanan tentang mengembangkan kebiasaan belajar yang efektif di sekolah. Namun, melihat hal-hal yang terjadi di lingkungan sekolah terutama di SMA, terdapat banyak peserta didik mempunyai kebiasaan belajar yang berbeda dengan yang diajarkan, seperti penundaan terhadap penyelesaian tugas-tugas yang diberikan dan melakukan kegiatan-kegiatan yang tidak berhubungan dengan belajar. Sejalan dengan pengertian di atas, Millgram

---

<sup>1</sup>Ihsan, Dasar-Dasar Kependidikan, (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), hal. 130  
| Wira Solina & Ahmad Zaini: Prokrastinasi Akademik Peserta Didik ... 77

(Ghufron & Risnawita mengatakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku pesifik yang meliputi:

1. Suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas.
2. Menghasilkan akibat - akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas.
3. Melibatkan suatu unsur tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah maupun tugas rumah tangga.
4. Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, penik dan sebagainya.<sup>2</sup>

Ferrari membagi prokrastinasi menjadi dua, yakni: (1) *functional procrastination*, yakni penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat, (2) *disfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah.<sup>3</sup> Prokrastinasi akademik yang dilakukan peserta didik di SMA akan berdampak buruk, dan akan mempengaruhi hasil belajar siswa apabila terus dibiarkan, karena hal ini merupakan salah satu sikap dan kebiasaan belajar yang tidak baik.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 10 November 2015 di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh dengan tiga orang peserta didik, bahwa mereka kerap kali menunda tugas-tugas akademik yang diberikan oleh guru. Bentuk penundaan yang dilakukan diantaranya adalah tidak mengerjakan PR di rumah, meminjam tugas temannya, mengerjakan tugas di dalam kelas saat jam pelajaran berlangsung, suka menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru, terlambat mengumpulkan tugas dari guru, berbicara dengan teman saat guru menjelaskan, bermain hand phone saat belajar.

---

<sup>2</sup>Ghufron, Teori-teori Psikologi, (Yogyakarta: Arruz Media), hal. 153

<sup>3</sup>Ferrari, Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment, (New York: Plenum Press), hal 158

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Prokrastinasi Akademik Peserta Didik DI SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat”**.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka peneliti membatasi masalah penelitian yaitu:

1. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas- tugas akademik.
2. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik.
3. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi actual.
4. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas-tugas akademik?
2. Bagaimana prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik?
3. Bagaimana prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi aktual?
4. Bagaimana prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan?

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan:

1. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas- tugas akademik.

2. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik.
3. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi aktual.
4. Prokrastinasi akademik peserta didik dilihat dari melakukan aktivitaslain yang lebih menyenangkan.

## B. METODE PENELITIAN

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan, maka jenis penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas XI di SMAN I Gunung Tuleh berjumlah 170 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *stratified random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 117 orang. Alat pengumpulan data menggunakan angket. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan interval skor. Jenis data dalam penelitian ini adalah data interval. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket.

### 1. Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Di SMAN 1 GunungTuleh Kabupaten Pasaman Barat.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat Dilihat dari Kelambanan dan Keterlambatan dalam AkademikMengerjakan Tugas Akademik**

Interval	Kategori	f	%
33 -40	SangatTinggi	2	1,71
27 -32	Tinggi	19	16,24
20 -26	CukupTinggi	39	33,33
14 -19	Rendah	36	30,77
8-13	RendahSekali	21	17,95
Total		117	100,00

Tabel 2 menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas sebanyak 2 orang peserta didik berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase (1.71%), 19 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (16.24%), 39 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase (33.33%), 36 orang peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase (30.77%), dan 21 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase (17.95%).

## 2. Prokrastinasi Akademik Peserta Didik DiSMAN1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat Dilihat dari Ketidaksesuaian antara Rencana dengan Performansi Aktual**

Interval	Kategori	f	%
50 -60	SangatTinggi	0	0,00
40 -49	Tinggi	6	5,13
31 -39	CukupTinggi	41	35,04
21 -30	Rendah	50	42,74
12.-20	Rendah Sekali	20	17,09
Total		117	100,00

Tabel 3 menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari ketidaksesuaian antara rencana dengan performansi actual sebanyak 6 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (5.13%), 41 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase (35.04%), 50 orang peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase (42.74%), dan 20 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase (17.09%).

### 3. Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Di SMAN 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat Dilihat dari Melakukan Aktivitas lain yang Lebih Menyenangkan**

Interval	Kategori	f	%
37 -45	SangatTinggi	0	0,00
30 -36	Tinggi	12	10,26
23 -29	CukupTinggi	37	31,62
16 -22	Rendah	34	29,06
9. -15	RendahSekali	34	29,06
Total		117	100,00

Tabel 4 menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 GunungTuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan sebanyak 12 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (10.26%), 37 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase(31.62%), 34 orang peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase (29.06%), dan 34 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase ( 29.06%).

## C. PEMBAHASAN

### 1. Prokrastinasi Akademik Dilihat dari Penundaan Pelaksanaan Tugas-tugas Akademik

Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas-tugas menunjukkan bahwa sebanyak 2 orang peserta didik berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase (1.71%), 14 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (11.97%), 31 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase (26.5%), 42 orang peserta didik berada pada

kategori rendah dengan persentase (35.9%), dan 28 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase (23.92%). Jadi, prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas-tugas berada pada kategori rendah, artinya peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat kurang memiliki prokrastinasi, dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas-tugas. Meskipun rata-rata peserta didik memiliki prokrastinasi berada pada kategori rendah dan tidak mendukung indentifikasi masalah yang ada tapi jika dilihat dari perolehan hasil memangadanya peserta didik yang tinggi, bahkan sangat tinggi dalam prokrastinasinya yaitu dalam penundaan penyelesaian tugas-tugas. Sesuai dengan Ferrarri menyatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu, yaitu: penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi.<sup>4</sup> Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan, akan tetapi cenderung menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakannya sebelumnya.

Kebiasaan menunda-nunda tersebut akan berdampak buruk nantinya kepada peserta didik jika terus dibiarkan maka akan berdampak buruk pada perkembangan peserta didik dan menjadi kepribadian yang tidak tepat pulanantinya.

## **2. Prokrastinasi Akademik Dilihat dari Kelambanan dan Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas Akademik**

Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam

---

<sup>4</sup>Ferrari, *Procrasnation and Task Avoidance: Theory, Resesarch and Treatment*, (New York: Plenum Press), hal 158

mengerjakan tugas menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas sebanyak 2 orang peserta didik berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase (1.71%), 19 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (16.24%), 39 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase (33.33%), 36 orang peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase (30.77%), dan 21 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase (17.95%).

Jadi, prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas berada pada kategori cukup tinggi, artinya pesertadidik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat cukup prokrastinasi dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Ferrari menyatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu, yaitu: Keterlambatan atau kelambanan dalam mengerjakan tugas.<sup>5</sup> Orang yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi yang utama dalam prokrastinasi akademik.

### **3. Prokrastinasi Akademik Dilihat dari Ketidaksesuaian antara Rencana dengan Performansi Aktual**

---

<sup>5</sup>Ferrari, *Procrasnation and Task Avoidance: Theory, Resesarch and Treatment*, (New York: Plenum Press), hal 158

Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi aktual menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari ketidaksesuaian antara rencana dengan performansi aktualse banyak 6 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (5.13%), 41 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase ( 35.04%), 50 orang peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase (42.74%), dan 20 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase (17.09%).

Jadi, prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi actual berada pada kategori rendah, artinya peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat kurang memiliki prokrastinasi dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi aktual. Sesuaidengan Ferrari menyatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu,yaitu: Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerjaactual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah diatentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan sendiri, akan tetapi ketikasaat nyatiba tidak juga dikerjakan sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehinggamenyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

#### **4. Prokrastinasi Akademik Dilihat dari Melakukan Aktivitas Lain yang Lebih Menyenangkan**

Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat di lihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan sebanyak 12 orang peserta didik berada pada kategori tinggi dengan persentase (10.26%), 37 orang peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase (31.62%), 34 orang peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase (29.06%), dan 34 orang peserta didik berada pada kategori rendah sekali dengan persentase (29.06%).

Jadi, prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan berada pada kategori cukup tinggi, artinya peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat cukup prokrastinasi dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, Sesuai dengan pendapat Ferrari, Jhonson dan Mc Cown, (Ghufron dan Risnawita, 2010: 158) menyatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu, yaitu: Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.<sup>6</sup> Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (Koran majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

---

<sup>6</sup>Ferrari, *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press), hal 158

#### **D. KESIMPULAN**

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, maka dapat disimpulkan prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat sebagai berikut:

1. Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari penundaan pelaksanaan tugas-tugas akademik berada pada kategori rendah.
2. Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas berada pada kategori cukup tinggi.
3. Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari ketidak sesuaian antara rencana dengan performansi aktual berada pada kategori rendah.
4. Prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat dilihat dari melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan berada pada kategori cukup tinggi.

#### **E. SARAN**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti ingin mengajukan saran kepada:

1. Peserta Didik, agar peserta didik mengumpulkan tugas tepat waktu, tidak mengerjakan PR di sekolah dan tidak mengerjakan tugas saat jam pelajaran berlangsung.
2. Guru BK, agar dapat memberikan layanan yang tepat bagi mereka yang melakukan prokrastinasi, seperti memberikan layanan bimbingan kelompok, konseling perorangan dan meningkatkan motivasi dan semangat peserta didik dalam bidang belajar.
3. Pengelola Prodi Bimbingan dan Konseling, hendaknya meningkatkan mutu dalam mengembangkan dan meningkatkan kualitas calon guru BK yang akan memasuki dunia kerja baik di lapangan maupun di sekolah secara profesional.

#### 4. Penelitiselanjutnya

Melalui penelitianini diharapkanbisa menjadi pedomandan acuan untuk meneliti lebihlanjutkhususnya mengenai gambaran prokrastinasiakademik peserta didik.

#### F. KEPUSTAKAAN

- Ferrari, JR; Johnson, JL & McCown, WG. 1995. *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Researchand Treatment*.(NewYork:PlenumPress)
- Ghufron,M Nur dan Rini Risnawita. 2010.*Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arruz Media. Handayani, SriWiroro Retno Indah dan Suharman. 2012. *Konsep Diri, Stress, dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Indonesia*.Vol 1, No.2.
- Ihsan, Fuad. (2011). *Dasar-dasarKependidikan*.Jakarta:RinekaCipta. Rumiani.2006. *Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stress Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol.3 No. 2, Desember2006*.
- Wahyuni, Dwi Wilujengdan Muhari. 2014. *Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Prilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surabaya*.Vol.04,No.03.