



PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DALAM MENGATASI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK

Achamad Irfan Muzni¹, Agus Wibowo², Mia Nurmala Sari³

^{1,2,3}Jurusan Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Metro

E-mail: irf_2007@gmail.com¹, aw23758@gmail.com², mianurmala68@gmail.com³

Abstrak

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan dan hasil dari pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan pendekatan deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang menekankan pada data yang telah terkumpul berbentuk kata, gambar dan bukan angka. Penelitian ini membahas layanan bimbingan klasikal (X) dan prokrastinasi akademik (Y) tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan data, dan merupakan pekerjaan yang penting dalam langkah penelitian tersebut. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode wawancara dan metode observasi. Berdasarkan hasil penelitian, hasil layanan bimbingan klasikal dalam mengurangi perilaku prokrastinasi peserta didik yaitu layanan klasikal yang diberikan guru Bimbingan dan Konseling memberikan pengaruh positif terhadap peserta didik yang mencerminkan perilaku prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: Layanan Bimbingan Klasikal, Perilaku Prokrastinasi Akademik.

Abstract

The research objective to be achieved is to find out how the implementation and results of the implementation of classical guidance services in overcoming the academic procrastination behavior of students of SMA Negeri 5 Metro for the 2019/2020 academic year. This type of research uses a qualitative descriptive approach, which emphasizes the data that has been collected in the form of words, pictures and not numbers. This study discusses classical guidance services (X) and academic procrastination (Y). The main objective of this research is to obtain data, and is an important job in this research step. Data collection methods in this research are interview methods and observation methods.

Keywords: Classical Guidance Service, Academic Procrastination.

PENDAHULUAN

Menuntut ilmu pada jenjang pendidikan peserta didik mempunyai kewajiban mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah serta memiliki tanggung jawab untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang diberikan oleh guru tepat waktu, hal tersebut beryujuan untuk membantu peserta didik agar menjadi pribadi yang lebih bertanggung jawab. Saat ini di dunia pendidikan, selama menuntut ilmu di lembaga pendidikan formal peserta didik tidak akan terlepas dari keharusan mengerjakan tugas-tugas studi, sebagian besar peserta didik sekolah menengah mengerjakan tugas setiap malam, dan orang tua serta guru meyakini bahwa mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah memiliki peran penting dalam proses belajar, prestasi, dan pengembangan keterampilan.

Apabila pelajar tidak mengerjakan tugas, maka akan berpengaruh pada nilai yang diperoleh atau bahkan dapat menyebabkan tidak naik kelas. Namun, menunda-nunda



mengerjakan tugas masih tetap dilakukan oleh peserta didik, menggunakan berbagai alasan untuk membenarkan penundaan tersebut serta mencegah dirinya disalahkan oleh orang lain, menghindari dari tugas, menjanjikan untuk mengerjakan nanti, merupakan tanda bahwa seseorang melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik sendiri merupakan perilaku yang secara disengaja untuk menunda atau mengulur-ulur waktu dalam mengerjakan tugas sekolah. Menurut Knaus yang dikutip Munawaroh, dkk. (2017:26) bahwa:

Procrastination berasal dari bahasa latin “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Salah satu persamaan kata prokrastinasi ialah “*cunctation*” yakni menangguhkan atau menunda pekerjaan untuk dikerjakan di waktu yang lain.

Pendapat tersebut prokrastinasi berasal dari bahasa latin “*Pro*” yaitu mendorong maju dan “*crastinus*” yaitu keputusan hari esok, jadi suatu kegiatan menunda pekerjaan untuk dikerjakan dilain waktu. Steel (dalam Fauziah, 2005:125) menyatakan bahwa:

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu “*pro*” yang berarti “maju”, ke depan, lebih menyukai dan “*crastinus*” yang berarti “besok”. Jadi dari asal katanya prokrastinasi adalah lebih suka melakukan tugasnya besok dibanding menyelesaikannya hari ini. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator.

Hal ini sejalan dengan Husetiya (dalam Savira, dkk. 2013:68) yang menyatakan bahwa:

Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik.

Menurut Millgram yang dikutip Widiseno, dkk. (2018:3) yaitu: “Faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik terdiri dari faktor internal yang meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu sedangkan faktor eksternal yang berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif.”

Salah satu dampak negatif dari perkembangan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) adalah meningkatnya kecenderungan peserta didik menunda-nunda pekerjaan dengan melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat di luar kegiatan akademik. Pernyataan tersebut didukung oleh pernyataan Ratnaya (2016:17) yaitu:

- a) Anak lebih banyak menghabiskan waktu menonton TV ketimbang melakukan hal lainnya (seperti belajar dan olah raga)



- b) Anak kehilangan kemampuan berbaur dengan masyarakat dan cenderung nyaman dengan kehidupan online

Prasurvey yang di lakukan pada saat program pengalaman lapangan bulan Agustus 2019 di SMA Negeri 5 Metro dengan cara wawancara dengan guru bimbingan dan konseling mengenai masalah yang sering dialami oleh peserta didik didapatkan hal-hal bahwa:

- a. Terdapat peserta didik yang sering menunda-nunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas.
- b. Lebih memilih melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada belajar.
- c. Beberapa peserta didik terlambat dalam mengerjakan tugas.

Berdasarkan masalah tersebut guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 5 Metro (Zulida Z.A) sudah melakukan penanganan mengatasi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik pada saat mata pelajaran bimbingan dan konseling dengan cara memberikan layanan bimbingan klasikal dengan tema perilaku prokrastinasi akademik. Sehubungan hal tersebut dilaksanakannya layanan klasikal, masalah perilaku prokrastinasi akademik peserta didik dapat teratasi atau terentaskan, oleh karena itu, layanan bimbingan klasikal ini dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling karena bimbingan ini merupakan layanan yang praktis dan efektif untuk membantu peserta didik yang mengalami perilaku prokrastinasi akademik.

Berdasarkan latar belakang di atas maka saya akan melakukan penelitian dengan judul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal dalam Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020”.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini peneliti akan menggunakan deskriptif kualitatif. Menurut Sugiyono (2013:1):

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen), dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.



Menurut Arikunto (2010:22) mengemukakan bahwa “penelitian kualitatif adalah penelitian berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh peneliti dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap makna yang tersirat dalam dokumen atau benda”.

Penelitian kualitatif yang menjadi instrumen atau alat penelitian adalah peneliti sendiri, dengan kata lain peneliti bertindak sebagai instrumen utama dalam pengambilan data, dengan menggunakan instrumen bantu seperti pedoman wawancara, sumber observasi, alat tulis, kamera, dan perekam suara. Menurut Moleong (2014:169) “mencakup segi responsif, dapat menyesuaikan diri, menekankan keutuhan, mendasarkan diri atas pengetahuan, memproses dan mengikhtisarkan, dan mencari kesempatan mencari respon”. Dalam hal ini, peneliti merupakan perencana, pelaksana dalam pengumpulan data, pengambilan keputusan, dan pada akhirnya menjadi pelopor hasil penelitian.

Peneliti membuat pedoman wawancara dalam memudahkan nantinya di lapangan. Kisi-kisi pedoman wawancara yang peneliti buat bersifat wawancara tidak terstruktur. Kisi-kisi pedoman wawancara ini berisi tentang beberapa hal yang akan ditinjau oleh peneliti untuk mendapatkan data yang sesuai dengan sumber informasi yang didapatkan di sekolah dan sesuai dengan keadaan di sekolah. Berikut kisi-kisi pedoman wawancara:

Tabel 1. Kisi-Kisi Wawancara

Fokus Penelitian	Sub Fokus Penelitian	Aspek yang ditanyakan	Petikan wawancara
Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal	Tahapan perencanaan layanan bimbingan klasikal dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik	1. Materi layanan	
		2. Tujuan yang ingin dicapai dari kegiatan layanan	
		3. Sasaran kegiatan	
		4. Bahan atau sumber bahan untuk layanan	
		5. Rencana penilaian	
		6. Waktu dan tempat.	
	Tahap pelaksanaan	1. Metode	
		2. Materi	
		3. Media	
	Tahap evaluasi layanan bimbingan klasikal dalam mengatasi	1. Materi evaluasi	
		2. Menetapkan prosedur evaluasi	
		3. Menyusun instrument evaluasi	
4. Mengaplikasikan instrument evaluasi			



Fokus Penelitian	Sub Fokus Penelitian	Aspek yang ditanyakan	Petikan wawancara
Hasil Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal	perilaku prokrastinasi akademik	5. Mengelola hasil aplikasi instrument.	
	Prokrastinasi Akademik	1. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.	
		2. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja	
		3. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	
		4. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.	

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik tersebut pelaksanaan layanan bimbingan klasikal diberikan dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Hal ini dipaparkan oleh Guru Bimbingan dan Konseling dari hasil wawancara (W/01/F1/b/07/60) bahwa

“Metode yang digunakan guru BK dalam layanan bimbingan klasikal mengatasi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik adalah metode ceramah dan tanya jawab”.

Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan peserta didik adalah menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah. Layanan bimbingan klasikal dijadikan hal yang utama dalam pemberian layanan kepada peserta didik. Hal ini sesuai dengan petikan wawancara guru Bimbingan dan Konseling (W/01/F2/a/15/61) sebagai berikut:

“Setelah diberikan layanan bimbingan klasikal beberapa peserta didik sudah mulai mengaku untuk berusaha tidak menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sekolah”.

Salah satu tujuan dari bimbingan klasikal yaitu membantu peserta didik menyelesaikan permasalahannya dalam belajar untuk mencapai kesuksesan dalam mencapai tujuan belajar. Meskipun sudah dilakukan layanan bimbingan klasikal, peserta didik mengaku akan berusaha untuk tidak menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah. Hal ini diperkuat kembali melalui hasil observasi yang dilakukan peneliti (OB/F2/a/07/62) bahwa:



“Sebagian peserta didik masih melakukan penundaan dalam memulai dan mengerjakan tugas”.

Hasil observasi menunjukkan masih ada peserta didik yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas sekolah. Menunda mengerjakan tugas dapat mempengaruhi proses belajar dan hasil belajar peserta didik. Selain itu waktu belajar terbuang sia-sia. Waktu menjadi hal yang dikeluhkan peserta didik, sebab masih ada kesenjangan antara waktu dengan mengerjakan tugas. Hal ini sesuai dengan petikan wawancara guru Bimbingan dan Konseling (W/01/F2/a/16/61) sebagai berikut:

“Untuk kesenjangan antara waktu dengan mengerjakan tugas masih ada peserta didik yang mengeluhkan akan hal itu”.

Hal ini diperkuat kembali melalui hasil observasi yang dilakukan peneliti (OB/F2/a/08/62) bahwa:

“Peserta didik masih mengalami kesenjangan antara rencana waktu untuk mengerjakan tugas sekolah dan kinerja saat mengerjakan tugas sekolah”.

Kesenjangan antara waktu dengan mengerjakan tugas sekolah masih menjadi hal yang dikeluhkan oleh peserta didik. Dengan kata lain rencana dan kinerja belum sesuai dengan yang diharapkan, sehingga hal ini menjadi salah satu penyebab peserta didik menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah. Sebagian peserta didik terutama laki-laki masih tetap mengutamakan hal-hal yang menyenangkan dibanding untuk segera menyelesaikan tugas sekolah. Hal ini sesuai dengan petikan wawancara guru Bimbingan dan Konseling (W/01/F2/a/17/61) sebagai berikut:

“Terdapat beberapa peserta didik yang masih tetap mengutamakan hal-hal yang menyenangkan dibanding harus segera mengerjakan tugas sekolah bu, masih terdapat beberapa peserta didik terutama laki-laki, tetapi tidak sebanyak sebelum diberikan layanan”.

Hal ini diperkuat kembali melalui hasil observasi yang dilakukan peneliti (OB/F2/a/09/62) bahwa:

“Peserta didik lebih memilih melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan seperti bermain game, menonton tv, dan juga mengakses media sosial”.

Aktivitas lain yang menjadi kebiasaan peserta didik yang menghabiskan waktu berjam-jam seperti menonton televisi, mengakses jejaring sosial, ataupun bermain game



online adalah salah satu penyebab perilaku prokrastinasi. Sebagian peserta didik masih lebih memilih melakukan aktivitas di luar akademik yang kurang bermanfaat daripada mengerjakan tugas sekolah sehingga terlambat dalam mengumpulkan tugas.

Hal ini sesuai dengan petikan wawancara guru Bimbingan dan Konseling (W/01/F2/a/18/61) sebagai berikut:

“Keterlambatan dalam mengumpulkan tugas masih ada segelintir anak, hanya saja sudah tidak sebanyak sebelum diberikan layanan klasikal.”.

Setelah layanan bimbingan klasikal diberikan, masih terdapat beberapa peserta didik yang terlambat mengumpulkan tugas. Hal ini diperkuat kembali melalui hasil observasi yang dilakukan peneliti (OB/F2/a/10/62) bahwa:

“Peserta didik masih terlambat dalam mengumpulkan tugas”.

Setelah melakukan penelitian kemudian diperoleh data hasil penelitian serta diperoleh temuan penelitian.

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 5 Metro seperti, membuat Rancangan Pemberian Layanan (RPL), membuat program layanan, menentukan materi dan metode layanan, sasaran layanan, waktu pelaksanaan dan tujuan layanan bimbingan klasikal. hasil penelitian ini didukung pendapat Prayitno dan Amti (2004:77) menjelaskan bahwa: “tahap perencanaan meliputi materi layanan, tujuan yang ingin dicapai dari kegiatan layanan, sasaran kegiatan, bahan atau sumber bahan untuk layanan, rencana penilaian, waktu dan tempat”.

Berdasarkan pendapat tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan klasikal pada tahap perencanaan kegiatan yang dilakukan seperti membuat dan menentukan materi layanan, tujuan yang ingin dicapai dari kegiatan layanan, sasaran kegiatan, bahan atau sumber bahan untuk layanan, rencana penilaian, waktu dan tempat. Pada tahap ini dilakukan upaya untuk mengatur dan menata program layanan agar pelaksanaan layanan bimbingan klasikal berjalan dengan lancar.

2. Tahap Pelaksanaan

Dalam tahap ini guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 5 Metro melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal, seperti menjelaskan pengertian dan dampak perilaku



prokrstinasi akademik dengan media, melakukan kegiatan selingan atau permainan, melakukan kegiatan Tanya jawab dan diskusi. hasil penelitian ini didukung oleh pendapat Prayitno dan Amti (2004:77) menjelaskan bahwa “tahap pelaksanaan meliputi metode materi, media. metode yang digunakan dalam layanan bimbingan klasikal ialah ceramah, tanya jawab, dan diskusi”. Kemudian tahap tersebut sejalan dengan pendapat Fatimah (2017:36) bahwa:

Tahap pelaksanaan yaitu pelaksanaan kegiatan pelayanan berdasarkan RPL itu diselenggarakan dengan subjek sasaran, materi dan arah serta aktifitas kegiatan dengan langkah penerapan prinsip, asas, dan teknik BK sebagaimana yang sudah direncanakan dalam RPL.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa pada tahap pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan layanan bimbingan klasikal sesuai dengan RPL yang telah dirancang, termasuk di dalamnya subjek sasaran, materi, arah serta aktifitas kegiatan sesuai dengan prinsip, asas dan teknik BK.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 5 Metro yaitu menilai sejauh mana keberhasilan pemberian layanan bimbingan klasikal. Berdasarkan temuan tentang tahap evaluasi dalam layanan bimbingan klasikal, maka hasil penelitian ini didukung oleh pendapat Prayitno dan Amti (2004:77) menjelaskan

Tahap evaluasi yaitu tahapan proses penilaian sejauh mana keberhasilan pemberian layanan informasi, yang meliputi menetapkan materi evaluasi, menetapkan prosedur evaluasi, menyusun instrument evaluasi, mengaplikasikan instrument evaluasi, mengelola hasil aplikasi instrument.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan yang dilakukan pada tahap evaluasi antara lain memberikan penilaian terhadap keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan konseling, menyusun instrument evaluasi, mengaplikasikan instrument evaluasi, dan mengelola hasil aplikasi instrument.



Gambar 1. Wawancara dengan peserta didik SMA N 5 METRO



Gambar 2. Wawancara dengan guru bimbingan dan konseling

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil paparan data dan temuan penelitian menunjukkan bahwa hasil bimbingan klasikal dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik yaitu:

1. Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal ini, guru Bimbingan dan Konseling menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Bimbingan klasikal merupakan salah satu layanan pemberian informasi yang diberikan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk membantu peserta didik mengatasi permasalahan yang dialaminya terutama dalam proses dan hasil belajar.
2. Bimbingan klasikal memiliki tujuan seperti: “(1) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, (2) membimbing perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang, (3) mengembangkan potensi dan kekuatan yang dimiliki peserta didik secara optimal, (4) membantu peserta didik menyesuaikan diri dengan lingkungannya, serta (5)



membantu peserta didik menyelesaikan permasalahannya dalam belajar untuk mencapai kesuksesan dalam mencapai tujuan belajar”.

3. Guru Bimbingan dan Konseling memberikan layanan bimbingan klasikal dengan metode ceramah dan tanya jawab kepada peserta didik terkait perilaku prokrastinasi akademik kepada peserta didik, sehingga diharapkan perilaku prokrastinasi akademik yang dialami peserta didik dapat dikurangi.

Maka hasil penelitian ini didukung oleh pendapat Prayitno (dalam Widiseno, 2018:4) bahwa:

Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor perlu memberikan pelayanan konseling yang optimal dan komprehensif sesuai kebutuhan peserta didik dengan menyediakan program BK yang cocok untuk mengatasi prokrastinasi akademik pada peserta didik seperti menyelenggarakan layanan Informasi (klasikal), layanan layanan klasikal, layanan konseling kelompok, layanan konseling individual.

Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan pendapat Fatimah (2017:28) yang menjelaskan bahwa:

Tujuan bimbingan klasikal yaitu untuk merencanakan kegiatan penyelesaian studi, membimbing perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang, mengembangkan potensi dan kekuatan yang dimiliki peserta didik secara optimal, membantu peserta didik menyesuaikan diri dengan lingkungannya, serta membantu peserta didik menyelesaikan permasalahannya dalam belajar untuk mencapai kesuksesan dalam mencapai tujuan belajar.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa pelaksanaan bimbingan salah satu layanan bimbingan yang dapat digunakan untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik yaitu layanan klasikal, layanan konseling kelompok, layanan konseling individual.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Setelah melakukan tahapan penelitian dari pengumpulan data, analisis, pemaparan data temuan hasil analisis sampai pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik sma negeri 5 metro tahun pelajaran 2019/2020 yaitu:



Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dilakukan melalui beberapa tahapan, seperti perencanaan, sebelum memberikan layanan bimbingan klasikal guru bimbingan dan konseling menyiapkan materi layanan, menentukan tujuan layanan dan sasaran layanan, tahap selanjutnya yaitu pelaksanaan seperti penentuan metode serta media yang akan digunakan, yang kemudian dilanjutkan dengan tahap evaluasi sebagai penilaian proses layanan yang telah dilakukan, apakah pemberian layanan sudah sesuai dengan tujuan atau masih membutuhkan kegiatan tindak lanjut.

Hasil layanan bimbingan klasikal dalam mengurangi perilaku prokrastinasi peserta didik yaitu layanan klasikal yang diberikan guru Bimbingan dan Konseling memberikan pengaruh positif terhadap peserta didik yang mencerminkan perilaku prokrastinasi akademik. Hal tersebut dapat dilihat dari berkurangnya perilaku menunda dalam menyelesaikan pekerjaan sekolah, peserta didik sudah mulai mengesampingkan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dan lebih mengutamakan menyelesaikan tugas terlebih dahulu serta sudah mulai tidak ditemukan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan adanya pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik SMA Negeri 5 Metro, maka penulis akan memberikan saran-saran diantaranya sebagai berikut:

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling sebagai acuan dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik, dengan harapan peserta didik dapat memanfaatkan waktu luang dengan baik, serta tidak menunda-nunda tugas sekolah. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang telah dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling sudah sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, akan tetapi dalam proses pemberian layanan masih terbilang monoton atau membosankan, akan lebih baik lagi apabila dalam pemberian layanan bimbingan klasikal selanjutnya digunakan beberapa metode atau permainan yang sesuai dengan materi yang akan disampaikan.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Fatimah, Dewi Nur. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling dan Dakwah Islam* 14(1) h. 25-37.
- Fauziah, Hana Hanifah. (2005). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi* 2(2), h. 123 – 132.
- Moleong, Lexy J. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Munawaroh, Dkk. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, 2(1) h. 26-37
- Ratnaya, I Gede. (2016). Dampak Negatif Perkembangan Teknologi Informatika Dan Komunikasi Dan Cara Antisifasinya. *UNDIKSHA* 8(1), h. 17-28.
- Savira, Fitria dan Suharsono, Yudi. 2013. Self-Regulated Learning (SRL) Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Malang*. 1(1), h. 66-75.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Afabeta. Bandung
- Prayitno., Amti dan Erman. (2004). *Layanan bimbingan dan konseling kelompok*. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Padang.
- Widisenno, Dkk. (2017). Studi Deskriptif Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Pontianak. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Untan Pontianak* 1(1), h. 1-9.