



## PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS X TATA BOGA SMK N 4 SURAKARTA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Ariyadi Suryo S<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

---

### Informasi Artikel

#### *Histori Artikel:*

Diterima ... Maret 202...

Revisi ... Juni 202...

Disetujui ... Juni, 202...

#### *Penulis Korespondensi:*

Ariyadi Suryo S,

Email: Suryoaryadi@gmail.com

#### *DOI:*

---

### ABSTRACT (10 PT)

The objective of this research is to find out the effect of discussion technique group guidance services on the academic procrastination of SMK Negeri 4 Surakarta students during the covid-19 pandemic. The research method used an experimental method with a research design of one group design pre-test and post-test. This method is carried out by giving pre-test before being treated with group guidance services with discussion technique and giving post-test after being given the treatment. The results of pre-test and post-test data will provide an answer, whether there is a difference between before being given the treatment and after being given treatment. The sampling technique used purposive sampling, by taking 12 students of class X Tata Boga. Methods of data collection using questionnaires, interviews, and documentation. Based on the result of data analysis shows a significant difference between the results of pre-test and post-test. This is evidenced by the results of the paired sample t-test. The t-test shows that count > table is  $12,784 > 2,200$ . The results also show significant value of  $0,000 > 0,05$ . The value of the comparison of the pre-test and post-test from the results of the paired sample t-test shows the number 17,33. The conclusion can be seen the difference between the result of the pre-test and post-test which show the effect of discussion group guidance service on academic procrastination for class X Tata Boga at SMK Negeri 4 Surakarta during the covid-19 pandemic.

**Keywords:** Group Guidance; Discussion Technique, The Academic Procrastination

---

### ABSTRAK (10 PT)

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 4 Surakarta pada masa pandemi covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *eksperimental* dengan desain penelitian *one group desigen pre-test* dan *post-test*. Metode ini dilakukan dengan memberikan *pre-test* sebelum diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kemudian diberikan *post-test* setelah diberikan perlakuan. Hasil data *pre-test* dan *post-test* akan memberikan jawaban, apakah ada perbedaan antara sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan sesudah diberikan perlakuan. Teknik pengambilan sample menggunakan *purposive sampling*, dengan mengambil 12 siswa kelas X Tata Boga. Metode pengumpulan data menggunakan angket, wawancara, dan

---

dokumentasi. Berdasarkan hasil analisis data, dapat ditunjukkan dengan uji *paired sampel t-test* yang menunjukkan nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $12,784 > 2,200$ . Hasil juga menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 > 0,05$ . Besar nilai dari perbandingan *pre-test* dan *post-test* dari hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan angka 17,33. Simpulan dapat diketahui perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X Tata Boga SMK Negeri 4 Surakarta dimasa pandemi covid-19.

---

**Kata kunci:** Bimbingan Kelompok; Teknik Diskusi; Prokrastinasi Akademik

---

## PENDAHULUAN

Penghujung tahun 2019 muncul wabah penyakit yang melanda di negara China tepatnya di Kota Wuhan, virus tersebut bernama virus corona (COVID-19). Wabah virus tersebut menjadikan pandemi bagi seluruh dunia yang berdampak pada semua sektor kehidupan, tak terkecuali negara Indonesia juga terdampak oleh pandemi. Bulan Maret 2020 yang lalu Badan Kesehatan Dunia (WHO) mengeluarkan kebijakan bahwa wabah covid-19 ini sebagai pandemi global yang ditetapkan pada tanggal 11 Maret 2021. Berdasarkan keputusan tersebut negara Indonesia juga berusaha keras untuk bisa memutus rantai penularan covid-19 salah satunya dibidang pendidikan dengan melakukan pembelajaran jarak jauh (PJJ). Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dibagi menjadi dua pendekatan adapun pendekatannya yaitu pembelajaran jarak jauh dalam jaringan (daring) dan pembelajaran jarak jauh luar jaringan (luring) untuk memberikan layanan kepada peserta didik yang belum memiliki teknologi daring. Satuan pendidikan dapat memilih beberapa pendekatan dari pembelajaran daring atau luring atau kombinasi keduanya dengan kesesuaian karakteristik dan ketersediaan serta kesiapan sarana dan prasarana. (Pemerintah, 2003)

Pandemi covid-19 menimbulkan kesenjangan pendidikan di Indonesia yang mengharuskan pembelajaran jarak jauh (PJJ) sampai dengan melakukan pembelajaran tatap muka (PTM), kesenjangan tersebut memunculkan banyak problematika di bidang akademik. Problematika tersebut dihadapi oleh guru sebagai pendidik yang mengalami keterbatasan yang mencakup antara lain: proses penyampaian materi pembelajaran, proses interaksi dengan siswa saat pembelajaran, kurangnya kualitas pemberdayaan sarana dan elemen dalam pembelajaran, kesulitan dalam mengelola bahan ajar untuk disampaikan dalam proses pembelajaran, serta kejelasan kurikulum yang sesuai dengan kondisi saat ini (Rizky, 2020). Menurut (Basar, 2021) mengemukakan bahwa adanya probelmatika

pendidikan tentu berakibat terhadap siswa yang kurang mampu memahami isi materi yang disampaikan oleh guru secara daring, gangguan jaringan internet, penggunaan media pembelajaran online yang tidak maksimal mengakibatkan beberapa materi pelajaran yang membutuhkan alat dan/atau media pembelajaran tertentu tidak dapat tersampaikan dengan baik. Hal tersebut juga disampaikan oleh (Harahap, 2021) yang berakibat siswa mengalami motivasi belajar yang rendah dan stress karena dengan sistem belajar daring selama masa pandemi covid-19, siswa pun masih belum mampu beradaptasi dengan sistem belajar secara daring yang ditambah lagi pembelajaran tidak maksimal yang guru hanya memberikan tugas terlebih dahulu tanpa pemberian materi sehingga membuat siswa stress dan motivasi belajar rendah.

Dampak dari problematika pendidikan tersebut menjadikan siswa memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang malas akan suasana pembelajaran dan memunculkan permasalahan, permasalahan yang peling menonjol dari semua lembaga pendidikan indonseia yaitu perilaku prokrastinasi akademik pada siswa, prokrastinasi akademik merupakan gejala yang umum terjadi di kalangan siswa maupun mahasiswa (Rahardjo, 2010). Prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku peserta didik yang menunda pekerjaan akademis mereka secara mandiri dan mengabaikan tanggung jawab akademis mereka selama kegiatan belajar (Husain, 2010)

Prokrastinasi akademik bisa dilihat dari empat perilaku, antarlain: (1) perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai kegiatan maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas dibidang akademik, (2) perilaku prokrastinasi mengakibatkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas sekolah, (3) melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh prokrastinator (pelaku prokrastinasi) sebagai suatu tugas yang penting dan masih menundanya, seperti menunda tugas sekolah, (4) menghasilkan keadaan emosional seseorang yang tidak menyenangkan seperti perasaan cemas, bersalah, rasa marah dan panik karena perilaku prokrastinasi Miligram (Ghufron, 2018)

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK (Bimbingan dan Konseling) di SMK N 4 Surakarta, bahawa siswa SMK N 4 Surakarta juga memiliki perilaku prokrastinasi akadmeik. Siswa yang paling banyak berperilaku prokrastinasi akademik yaitu siswa kelas X. Guru Bimbingan dan Konseling SMK N 4 Surakarta menyebutkan perilaku prokrastinasi akademik siswa yang dilakukan saat awal pembelajaran jarak jauh (PJJ) yaitu siswa sering

menunda dan terlambat mengikuti pembelajaran online (Daring), adapun alasan dari setiap siswa yaitu terkendala sinyal, kuota internet, dan kesibukan yang lain. Pengerjaan tugas pun sering ditunda dan hasilnya terlambat untuk mengumpulkannya, alasan dari setiap siswa yakni kurangnya pemahaman dari pembelajaran daring dan lupa mengerjakan karena kesibukan yang lain.

Pembelajaran tatap muka (PTM), siswa juga memunculkan perilaku prokrastinasi akademik, yaitu sering menunda pengerjaan tugas sekolah. Siswa sering mengerjakan tugas di sekolah saat pagi hari sebelum pengumpulan tugas dengan cara mencotek tugas temannya, suka menunda kegiatan membaca bahan pembelajaran yang ditugaskan oleh guru, dan sering belajar dengan metode kebut satu malam atau belajar diakhir malam saat menjelang ulangan dan ujian, tegas guru BK.

Alasan siswa melakukan prokrastinasi akademik sangat beragam. Seperti sulit untuk memahami materi pembelajaran, mengharap dapat contekan dari teman dan bantuan untuk mengerjakan tugas, merasa malas, sering tidak mood, dan mereka lebih memilih melakukan kegiatan yang menyenangkan seperti bermain sosial media, melakukan hobi, bermain *games*, dan lebih senang bermain dengan temannya.

Permasalahan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa harus segera ditangani agar bisa tereduksi, karena kebiasaan-kebiasaan prokrastinasi akademik yang dilakukan secara terus menerus akan menjadikan permasalahan yang serius. Permasalahan ataupun kerugian dari perilaku tersebut, dapat mengganggu proses pembelajaran siswa karena kurangnya waktu dan belajar yang tidak maksimal. Dampak negatif lain dari perilaku prokrastinasi akademik yaitu mengakibatkan tugas-tugas siswa terbengkalai, pengerjaan dan hasil tugas tidak maksimal, waktu terbuang sia-sia, dan akan berdampak pada penurunan prestasi akademik. Dampak negatif prokrastinasi akademik dapat mengakibatkan tugas-tugas menjadi terbengkalai, bila cepat diselesaikan hasilnya tidak maksimal, kasus ini belum disadari oleh banyak siswa dampak negatif prokrastinasi akademik yaitu rugi pada diri sendiri maupun rugi terhadap orang lain. Jika permasalahan prokrastinasi akademik ini tidak diperhatikan sejak dini, maka siswa akan melakukan prokrastinasi-prokrastinasi yang serupa dan akan mempengaruhi masa depan mereka dalam hal pekerjaan. (Harahap, 2021)

Dari berbagai permasalahan prokrastinasi akademik tersebut, peneliti akan melakukan penelitian untuk bisa mereduksi ataupun mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa

dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dari bimbingan dan konseling yang ada disekolah, layanan tersebut juga sering dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu bantuan kepada individu yang dilakukan secara kelompok, yang dimana bantuan tersebut berbentuk penyampaian informasi kepada kelompok yang membahas permasalahan individu yaitu pendidikan, pekerjaan dan pribadi sosial (Satriah, 2017). Layanan bimbingan kelompok memiliki beberapa teknik dalam implementasinya, teknik yang akan digunakan oleh peneliti yaitu teknik diskusi. Diskusi kelompok adalah suatu cara atau teknik bimbingan yang mengaitkan sekelompok orang dalam hubungan tatap muka, dimana setiap anggota kelompok dapat memperoleh kesempatan untuk berbagi pikiran, pengalaman atau informasi untuk memecahan masalah atau dalam pengambilan keputusan bersama (Hariyanto, 2016). Alasan peneliti memberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi ini, dikarenakan perilaku prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh siswa SMK N 4 Surakarta belum mendapat perhatian khusus dari pihak sekolah. Guru BK (Bimbingan dan Konseling) pun juga belum pernah memberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dalam menangani perilaku prokrastinasi akademik. Dengan menggunakan teknik diskusi ini, peneliti berharap bisa mencapai tujuan seperti yang dikemukakan oleh (Ahmad, 2013) yang dimana dengan diskusi peserta didik dapat mendapatkan informasi berharga dari teman diskusi dan pembimbing diskusi; dapat membantu mengembangkan peserta didik berfikir kritis yang mampu melakukan analisis dan sintesis informasi dan data yang diterima; membantu mengembangkan keterampilan dan keberanian peserta didik dalam mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah; serta membiasakan kerjasama antara peserta didik dalam mengumpulkan pengalaman dan gagasan secara bersama untuk memecahkan suatu permasalahan, untuk menangani prokrastinasi akademik siswa.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X Tata Boga SMK N 4 Surakarta dimasa pandemi Covid-19”

## METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif (Sugiyono, 2013) Peneliti menggunakan bentuk desain eksperimen, yaitu *pre-experimen desigen* dengan *one group desigen pre-test* dan *post-test*. Menurut Sugiyono (2013:72) metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang dipergunakan untuk mencari pengaruh perlakuan yang diberikan terhadap permasalahan atau kondisi lain yang terkendali.

**Table 1. Desain Penelitian Pretest dan Posttes One Group Desigen**

	Sample	Pre Test	Treatment	Post Test
	S	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
Keterangan :	S	: Sample		
	O <sub>1</sub>	: Pre Test Sample		
	X	: Treatment		
	O <sub>2</sub>	: Post Test Sample		

Populasi dalam penelitian ini menggunakan siswa kelas X Tata Boga SMK N 4 Surakarta. Pengambilan sample menggunakan *purposive sampling* yang berjumlah 12 siswa kelas X Tata Boga SMK N 4 Surakarta.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner prokrastinasi akademik dengan jumlah pernyataan 33 item yang telah dilakukan uji validitas dan dinyatakan layak. Uji validitas menggunakan rumus korelasi *product moment*, dan uji reliabilitas menggunakan rumus *alpha cronbach*. Jawaban pernyataan kuesioner menggunakan model skala likert dengan jawaban *favorable* yaitu sangat setuju (skor 4), setuju (skor 3), tidak setuju (skor 2), Sangat tidak setuju (skor 1) dan *unfavorable* dengan skor sebaliknya. Analisis data yang dilakukan menggunakan analisis *Paired Sampel t-Test* dengan bantuan SPSS Statistic 23, hal tersebut guna untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap prokrastinasi akademik siswa.

Pemberian treatment dalam penelitian dilakukan lima kali pertemuan dengan jangka waktu tujuh hari disetiap sesi pertemuan. Disetiap pertemuan membahas topik permasalahan prokrastinasi akademik dan dilakukan diskusi kelompok untuk memecahkan permasalahan secara bersama, adapun topik permasalahan yang dibahas yaitu penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, kelambanan atau keterlambatan dalam

mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

## HASIL DAN BAHASAN

Hasil penelitian perlu adanya deskripsi data untuk mengetahui dan memberikan pemahaman suatu variabel yang diteliti. Bimbingan kelompok teknik diskusi merupakan variabel bebas yang dilambangkan huruf X, sedangkan prokrastinasi akademik merupakan variabel terikat yang dilambangkan huruf Y. peneliti menggunakan jenis penelitian Pre eksperimen dengan desain *pre-test* dan *post-test one group desigen*, yang memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap prokrastinasi akademik.

Peneliti menganalisis data *pre-test* dan *post-test*, adapun hasil penelitian yang didapat didapat dapat dilihat sebagai berikut.

**Table 2. Hasil Data *Pretest* dan *Postest***

NO	NAMA SISWA	SKOR			
		PRE TEST	KRITERIA	POST TEST	KRITERIA
1	PUPUT MARTA MURSITA	101	Tinggi	79	Sedang
2	RACHEL NAOMIRA TAUFANI	94	Sedang	76	Sedang
3	RAIHAN BINTANG OKTARIO	104	Tinggi	82	Sedang
4	REIKI MULIA MAHANANI	87	Sedang	73	Sedang
5	REVARINDRA PUTRI FEBRYANI	85	Sedang	79	Sedang
6	ROHANA DEVI KHANSA SALSABILA	84	Sedang	70	Sedang
7	SHALFA SHAFIRA ROSALINA	89	Sedang	72	Sedang
8	SINTA SEPTINA ANGGRAENI	96	Sedang	79	Sedang
9	SONDANG APRILIA ARITONANG	98	Sedang	81	Sedang
10	TRIANA RIZQY APRILLIA	107	Tinggi	83	Sedang

11	TSAQIFA ICHA KUSUMAWATI	95	Sedang	77	Sedang
12	YUNIAR KARTIKA NINGSIH	93	sedang	74	Sedang
<b>JUMLAH</b>		<b>1133</b>		<b>925</b>	
<b>RATA-RATA</b>		<b>94.4167</b>		<b>77.0833</b>	

**Table 3. Kriteria Prokrastinasi Akademik**

<b>INTERVAL</b>	<b>KRITERIA</b>
$\geq 99 - 132$	Tinggi
$\geq 66 - 98$	Sedang
$\geq 33 - 65$	Rendah

Berdasarkan table 2 diatas diketahui data *pretest* menunjukkan tiga siswa yang memiliki kriteria prokrastinasi akademik tinggi dan sembilan siswa berkriteria prokrastinasi akademik sedang. Dilihat dari nilai *pretest* tertinggi sebesar 107 dan terendah sebesar 84, nilai rata-rata menunjukkan 94,4167. Dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi tergolong tinggi.

Hasil data *posttest* menunjukkan keduabelas siswa memiliki kriteria prokrastinasi akademik sedang. Dilihat dari *posttest* menunjukkan nilai tertinggi sebesar 83, nilai terendah sebesar 70, dengan nilai rata-rata menunjukkan 77,0833. Dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi menunjukkan penurunan nilai dari hasil *prstest*.

Berdasarkan table 3 menunjukkan bahwa skor prokrastinasi bisa dikriteriakan menjadi 3, yaitu skor 99-132 dikriteriakan sebagai tinggi, skor 66-98 dikriteriakan sebagai sedang, skor 33-65 dikriteriakan sebagai rendah. Hal tersebut digunakan peneliti untuk mengkriteriakan skor prokrastinasi akademik menjadi sebuah kata. Menurut (Sugiyono, 2013) *rating-scale* atau kriteria adalah data mentah yang diperoleh berupa angka kemudian ditafsirkan dalam pengertian kualitatif.

Hasil dari *pretest* dan *posttest* terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Peneliti juga melakukan uji t untuk memperkuat pengaruh dari sebuah perlakuan terhadap prokrastinasi akademik siswa dengan menggunakan bantuan SPSS Statistik.

Hasil perhitungan uji *paired sample t test* yang telah dilaksanakan, menunjukkan hasil nilai t yaitu 12,784 dan nilai sig.(2-tailed) yaitu 0,000. Dasar pengambilan keputusan untuk

membandingkan berpengaruh atau tidaknya bisa dilihat dari  $t_{hitung} > t_{table}$ , maka dapat dinyatakan ada perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Sebaliknya jika  $t_{hitung} < t_{table}$  dapat dinyatakan tidak ada perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Pengambilan keputusan dari hasil *pre-test* dan *post-test* juga dapat dilihat dari nilai sig.(2-tailed)  $< 0,05$  maka bisa dinyatakan ada perbedaan yang signifikan, apabila nilai sig.(2-tailed)  $> 0,05$  maka dinyatakan tidak ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Pengkajian hasil perhitungan uji *paired sample t test* yang telah dilaksanakan oleh peneliti, menunjukkan bahwa perolehan hasil nilai  $t$   $12,784 > 1,795$  dan nilai sig.(2-tailed) menunjukkan  $0,000$  yang dimana  $0,000 < 0,05$ . Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis yang sudah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa dengan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terdapat pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X Tata Boga SMK Negeri 4 Surakarta dimasa pandemi covid-19 dan terbukti dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa yaitu kurangnya tanggung jawab atas tugas-tugas sekolah yang harus dikerjakan, kurangnya keyakinan diri dalam kemampuan pengerjaan tugas, dan lebih mementingkan aktifitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas sekolah. Faktor prokrastinasi akademik juga dijelaskan oleh Solomon dan Rothblum (Fitriyah, 2016) terdapat tiga faktor yang pertama ketakutan bila gagal dan memunculkan kecemasan serta rasa bersalah apabila tidak bisa menggapai apa yang diinginkan; Kedua rasa tidak suka terhadap tugas yang diberikan, karena ada perasaan buruk terhadap tugas yang dihadapi dan juga adanya perasaan terlalu terbebani oleh tugas yang membuat rasa tidak puas; yang ketiga memiliki kebiasaan bergantung secara berlebihan kepada orang lain dan harus membutuhkan bantuan orang lain, sikap yang kurang ketegasan serta memiliki kesulitan dalam mengambil keputusan. Pengaruh lain yaitu adanya tugas-tugas sekolah yang dibiarkan menumpuk tidak segera dikerjakan mengakibatkan kesulitan dalam menyelesaikan tugas.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa dapat dilihat dari ciri-cirinya, menurut Ferrari et all (Nafessa, 2018) prokrastinasi akademik memiliki beberapa ciri-ciri, diantaranya Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, individu menyadari akan tugas yang didapat harus segera dikerjakan dan diselesaikan. Akan tetapi individu tersebut menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya dan menunda untuk menyelesaikan tugas sampai tuntas yang mengakibatkan tidak segera terselesaikan.

Individu sering keterlambatan dalam mengerjakan tugas, yang dimana seseorang tersebut yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan dan mengakibatkan pengerjaan dengan mengulur-ulur waktu.

Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, yang mana seorang prokrastinator mempunyai kesulitan dalam memenuhi tugas dengan batas waktu yang telah ditentukan. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi semua deadline yang telah ditentukan dan membutuhkan perpanjangan waktu, baik ditentukan oleh diri sendiri maupun orang lain.

Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan juga termasuk seseorang memiliki prokrastinasi akademik, yang dimana seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya dengan mengerjakan aktivitas lain. Aktivitas yang sering dilakukan yaitu mencari hiburan diluar rumah, bermain sosial media, bermain game online, melakukan hobi yang lebih menyenangkan, dan lebih suka rebahan yang mengakibatkan tersitanya waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas yang semestinya harus diselesaikan.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa harus segera ditangani, dikarenakan dampak negatif yang dapat berpengaruh terhadap prestasi siswa. Diantaranya yaitu terbengkalai tugasnya dan membuat penurunan nilai, tidak bisa tertib dalam menjalankan tugas-tugasnya, dan kebiasaan tersebut akan terbawa sampai masa depan pada jenjang kerja siswa. Dampak negatif juga berakibat pada waktu yang terbuang sia-sia, tugas menjadi terbengkalai, jika diselesaikan hasilnya tidak maksimal. Hal lain dapat berakibat hilangnya kesempatan atau peluang yang akan datang dan yang didapat. Penurunan performa kualitas akademik yang rendah mengakibatkan stres, kecemasan, panic yang berlebih, mempengaruhi kesehatan dan produktivitas, menghambat kebahagiaan terlambat,

serta sulit mencapai keinginan yang diinginkan, membuat sulit mengatur waktu atau management waktu, penyesalan diakhir, putus asa, dan menyalahkan diri sendiri atas perbuatannya (Rengganis, 2017).

Guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah berupaya untuk mengatasi Permasalahan prokrastinasi akademik siswa, yang dimana upaya tersebut dengan melakukan pemberian layanan bimbingan kelompok. Seperti yang dikemukakan oleh (Farid, 2017) layanan bimbingan kelompok merupakan sebuah layanan yang ada di bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, sosial, belajar, serta melakukan pengembalian keputusan dalam melakukan kegiatan tertentu yang sesuai dengan tuntunan karakter yang terpuji dengan situasi dinamika kelompok. Hal tersebut juga dinyatakan oleh (Satriyah, 2017) yang menyatakan bahwa kegunaan bimbingan kelompok dapat melatih individu untuk hidup dengan dinamika kelompok dan melatih kerjasama antar individu atau siswa lain yang bertujuan untuk bisa mengentaskan masalah, membiasakan mengemukakan pendapat, bisa menghargai pendapat orang lain Peserta didik pun lebih berani membicarakan kesukarannya dengan penyuluh setelah mereka mengerti bahwa teman-temannya juga mengalami kesukaran tersebut, juga banyak informasi yang dibutuhkan peserta didik yang bisa diberikan secara kelompok bersama pembimbing.

Dalam layanan bimbingan kelompok ada teknik yang diberlakukan didalamnya, Teknik yang digunakan yaitu teknik diskusi. Teknik diskusi merupakan cara penyajian pelajaran yang dimana peserta didik dihadapkan kepada suatu masalah, yang masalah tersebut bisa berupa pernyataan atau pernyataan yang bersifat problematik untuk dibahas dan dipecahkan secara bersama (Hamdayama, 2014). Teknik tersebut juga dikemukakan oleh (Sadona, 2021) yang mana tujuan diskusi untuk menanamkan serta mengembangkan keterampilan siswa dalam mengemukakan pendapat secara berani, bisa mendapatkan informasi dari anggota kelompok dan pembimbing kelompok, dan memupuk kesadaran bahwasannya setiap orang memiliki masalah tersendiri untuk bisa mengubah sikap, siswapun mampu menerima kritik atau saran dari setiap anggota kelompok.

Merujuk dari hasil analisis data *pretest* dan *posttest* menunjukkan skor rata-rata pada satu kelompok eksperimen dengan adanya penurunan setelah pemberian treatment, dengan menggunakan kajian bimbingan kelompok dan teknik diskusi. Hasil tersebut menyatakan bahwa dengan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terbukti dapat mengurangi

perilaku prokrastinasi akademik siswa. Disarankan untuk penelitian selanjutnya menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik berbeda, agar dapat mengetahui tingkat keefektifan dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik khususnya di SMK N 4 Surakarta. Adapun layanan bimbingan kelompok dengan teknik lain dapat dilihat dari artikel penelitian yang dilakukan oleh Hafit Riansyah, Hengki Satrianta, & Astriyaningsih 2018 dalam penelitian “Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa” yang menggambarkan bahwa role play mampu mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa dengan uji t yang telah dilakukan (Riansyah, 2018). Kemudian penelitian Hadei Yoga Swara, Supardi, & Padmi Dhyah Yulianti 2020 dalam penelitian “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik” penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* terhadap prokrastinasi akademik. Dan membuktikan ada pengaruh dari hasil kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Sawara, 2020)

## **KESIMPULAN**

Tujuan dilakukan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X Tata Boga SMK Negeri 4 Surakarta pada masa pandemi covid-19, dan hasil penelitian membuktikan adanya pengaruh yang cukup signifikan. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan dari hasil analisis yang telah dilakukan dengan menggunakan *paired sample t-test* yang mana hipotesis memberikan jawaban  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga terbukti bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh positif dalam mengurangi prokrastinasi akademik siswa. Untuk penelitian selanjutnya disarankan melakukan treatment dengan lebih inovatif dalam mengurangi prokrastinasi akademik siswa, mengingat dalam pemberian treatment dilakukan secara daring yang masih mengalami keterbatasan dalam pelaksanaannya dan diharapkan penelitian selanjutnya untuk memberikan treatment secara tatap muka dan teknik yang berbeda agar lebih maksimal dalam menangani prokrastinasi akademik khususnya siswa di SMK N 4 Surakarta.

## **Ucapan Terimakasih**

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada kepala sekolah SMK Negeri 4 Surakarta yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian, saya ucapkan terimakasih kepada guru bimbingan dan konseling yang telah membimbing peneliti dalam melakukan penelitian, dan

saya ucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing peneliti hingga sampai menyelesaikan penelitian ini.

### **Daftar Rujukan**

- Ahmad. (2013). Implementasi Layanan bimbingan Kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan sikap toleransi antara siswa Di SMAN 1 Bangkinang Kota.
- Basar, A. M. (2021). *Problematika Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di SMPIT Nurul Fajar-Cikarang Barat-Bekasi)*, 2, 209. Retrieved from <https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.112>
- Farid. (2017). Bimbingan Kelompok Online:Pemanfaatan Teknologi Dalam Bimbingan Kelompok. 57.
- Fitriyah, & L. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang. 63-74. Retrieved from <http://jurnal.radenfatah.ac.id/>
- Ghufron, R. (2018). *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi Dalam Mengantasi Prokrastinasi Akademik*. Kartasura: CV Sindunata.
- Hamdayama. (2014). Metode Diskusi Untuk Mengoptimalkan Motivasi Belajar. 131.
- Harahap, W. D. (2021). *Upaya Guru BK Dalam Mengantasi Prokrastinasi Akademik Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Madrasah Tasnawiyah Negeri 2 Medan*, 3. Retrieved from <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/almursyid/>
- Hariyanto. (2016). Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Pemahaman Perilaku Bullying Siswa Kelas Viii Smpn 2 Gedangan.
- Husain, S. (2010). *Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa*, 1, 72-78.
- Nafessa. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. 53-67.

- Pemerintah, P. (2003). *Reinterpretasi Hifdzul Aqli dan Relevansi Maqasid Syariah Terhadap Kebijakan Pembelajaran Tatap Muka Di Masa Pandemi*, 13, 23-34.
- Rahardjo, J. S. (2010). *Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Siswa*, 4, 72-78.
- Rengganis, Y. N. (2017). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabata.
- Riansyah. (2018). Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa. 4. doi: <https://doi.org/10.26638/jfk.527.2099>
- Rizky. (2020). *Problematika Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di SMPIT Nurul Fajri-Cikarang Barat -Bekasi)*.
- Sadona, E. (2021). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Sikap Toleransi Antara Siswa DI SMAN 1 Bangkinang Kota. 18.
- Satriah, L. (2017). *Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Seting Masyarakat)*. Bandung: Fokusmedia (Anggota IKPI).
- Satriyah, L. (2017). *Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Seting Masyarakat)*. Bandung: Fokusmedia (Anggota IKPI).
- Sawara. (2020). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik SelfManagement Terhadap Prokrastinasi Akademik. 3.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.