PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 3 MANDREHE

Desti Krisdayanti Gulo¹, Famahato Lase², Hosianna Rodearni Damanik³,
Justin Foera-era Lase⁴

¹destingulo2002@gmail.com, ²famahatolase@unias.ac.id, ³hosiannar.damanik@unias.ac.id,
⁴justinfoeraeralase@unias.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nias

Abstract

The implementation of group guidance and group counseling services by school counselors is expected to be carried out in accordance with established procedural stages. This study aims to examine the significant joint influence of Group Guidance services and Group Counseling services on Academic Procrastination, as well as to investigate the partial influence of Group Guidance services on Academic Procrastination, and the partial influence of Group Counseling services on Academic Procrastination. Based on the research findings, which include validated instrument products, it can be concluded that both Group Guidance and Group Counseling services significantly influence and contribute to reducing academic procrastination. Moreover, each 1% increase in variables Group Guidance and Group Counseling is associated with a 0.937% increase in variable Academic Procrastination. These findings demonstrate that well-implemented Group Guidance and Group Counseling services are highly effective in mitigating academic procrastination among students.

Keywords: *Group Guidance, Group Counseling, Academic Procrastination*

Abstrak

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok guru BK diharapkan mampu memberikan layanan sesuai tahap-tahapnya. Tujuan penelitian ini yaitu Mengungkap pengaruh yang signifikan secara bersama-sama layanan Bimbingan Kelompok dan layanan Konseling Kelompok terhadap Prokrastinasi Akademik, mengungkap pengaruh yang signifikan secara parsial layanan Bimbingan Kelompok terhadap Prokrastinasi Akademik, mengungkap pengaruh yang signifikan secara parsial layanan Konseling Kelompok terhadap Prokrastinasi Akademik. Berdasarkan hasil penelitian berupa produk instrumen dapat ditegaskan bahwa layanan Bimbingan Kelompok dan layanan Konseling Kelompok berpengaruh dan memberikan kontribusi besar terhadap prokrastinasi akademik, serta setiap peningkatan Variabel Layanan Bimbingan Kelompok dan Layanan Konseling Kelompok akan diikuti dengan peningkatan 1% akan di ikuti peningkatan variabel Prokrastinasi akademik sebesar 0,937. Ini membuktikan bahwa layanan Bimbingan Kelompok dan layanan Konseling Kelompok yang diselenggarakan dengan baik sangat ampuh dalam mengurangi prokrastinasi akademik peserta didik..

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok, Prokrastinasi akademik

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses membantu peserta didik untuk mengembangkan dirinya, yaitu pengembangan semua potensi, serta karakteristik pribadinya kearah yang positif, baik bagi dirinya maupun lingkungannya (Rahman et al., 2022). Pendidikan bukan sekedar memberikan nilai-nilai atau melatih keterampilan, pendidikan berfungsi mengembangkan apa yang secara potensial dan aktual telah dimiliki peserta didik sebab peserta didik bukan lah gelas kosong yang harus diisi dari luar, melainkan dipandang sebagai makhluk yang memiliki beribu-ribu potensi yang harus dikembangkan. Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena melalui pendidikan dapat terbentuknya manusia yang berkualitas serta mampu menghasilkan sesuatu yang dapat bermanfaat bagi kemajuan suatu bangsa (Hayati et al. 2022).

Sekolah yaitu sebuah lembaga yang dirancang untuk pengajaran siswa dibawah pengawasan pendidik. Sebagian besar Negara memiliki sistem pendidikan formal yang merupakan upaya menciptakan anak didik agar mengalami kemajuan setelah melalui proses pembelajaran, sehingga sekolah menjadi wadah yang memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada peserta didik baik. Sekolah adalah tempat dimana siswa memperoleh pembelajaran yang menjadikan siswa memiliki kualitas dalam akademik maupun non akademik (Ika Sandra Dewi, 2022).

Dalam menerapkan pembinaan, lembaga pendidikan atau sekolah menyediakan segala fasilitas dalam mendukung pembinaan tersebut. Salah satunya adalah adanya peran guru bimbingan konseling dalam membina perilaku prokrastinasi akademik siswa di sekolah. Menurut Sukardi dan Kusmawati; guru bimbingan konseling atau konselor adalah petugas profesional yang artinya secara formal mereka telah disiapkan oleh lembaga atau institusi pendidikan yang berwenang. Mereka dididik secara khusus untuk menguasai seperangkat kompetensi yang diperlukan bagi pekerjaan bimbingan dan konseling. Jadi, dengan demikian dapat dikatakan bahwa guru bimbingan konseling di sekolah memang sengaja dibentuk menjadi tenaga-tenaga yang profesional dalam pengetahuan, pengalaman, dan kualitas pribadinya dalam bimbingan dan konseling.

Guru bimbingan konseling di sekolah dituntut mempunyai peranan sebagai orang kepercayaan siswa, sebagai teman bagi siswa, bahkan guru bimbingan konseling di sekolah pun harus mampu berperan sebagai orang tua bagi siswa. Menyangkut persoalan

pembinaan prokrastinasi akademik siswa di sekolah, peran guru bimbingan dan konseling merupakan media utama dan penting dalam membimbing serta mengarahkan siswa kepada perilaku prokrastinasi yang bersifat positif.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara kepada salah satu siswa di sekolah SMA Negeri 3 Mandrehe bahwa banyak siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik atau adanya pengaruh dari lingkungan, salah satunya perilaku siswa adalah menunda mencatat di kelas, menunda tugas karena kurangnya motivasi, siswa yang menyontek saat ujian, siswa yang bolos saat proses pembelajaran berlangsung akibat ajakan dari teman kelas, tidak mengatur waktu dengan baik, terjadi keributan di dalam kelas yang di picu oleh ajakan teman-teman kelas, banyak siswa yang tidak memanfaatkan pertemanan dengan positif karena adanya pembentukan kelompok-kelompok kecil atau geng pertemanan. Semua kasus tersebut di atas adalah bagian dari perilaku prokrastinasi akademik siswa yang dilakukan secara bersama-sama atau kelompok, namun beberapa hal tersebut sekolah memberikan berupa sanksi kepada siswa tersebut namun siswa tidak peduli dengan sanksi yang diberikan malahan mengulangi perbuatan itu berkali-kali.

Menurut Pradityarahman (2020) prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda suatu tugas atau pekerjaan baik karena untuk mencapai tujuan lain ataupun dikarenakan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Definisi prokrastinasi akademik menurut Steel dan Klingsieck (Putri & Edwina, 2020: 126) adalah jenis penundaan yang hanya terbatas pada pengerjaan tugas dan kegiatan yang berkaitan dengan pembelajaran. Adapun pengertian prokrastinasi akademik menurut Febriani (2017: 87) merupakan bentuk penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Menurut Safitri, Purnamasari, dan Wakhyudin (2020) mereka mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai perilaku penundaan tugas akademik yang dilakukan secara sadar dan berulang-ulang. Dalam definisi ini, individu cenderung menggantikan tugas-tugas yang dianggap penting dengan aktivitas lain yang lebih menyenangkan atau tidak berkaitan, sehingga tugas yang sebenarnya harus dikerjakan menjadi tertunda. Menurut Rahmawati (2020), prokrastinasi akademik merupakan suatu bentuk strategi pengelolaan waktu yang tidak efektif, di mana penundaan penyelesaian tugas terjadi akibat faktor-faktor seperti kurangnya perencanaan, motivasi yang rendah, serta adanya kecemasan atau ketakutan akan kegagalan. Hal ini dapat berdampak pada

menurunnya kualitas hasil kerja serta prestasi akademik. Jadi dapat disimpulkan bahwa Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang disengaja dalam menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran, di mana seseorang lebih memilih aktivitas yang menyenangkan atau tidak berkaitan. Hal ini sering dipicu oleh kurangnya perencanaan, motivasi rendah, serta kecemasan atau ketakutan akan kegagalan, dan dapat menurunkan kualitas hasil akademik.

Dengan demikian, prokrastinasi akademik dapat mempengaruhi perilaku siswa, baik secara positif maupun negatif. Ini menjadi perhatian khusus bagi pihak sekolah, terutama bagi guru bimbingan dan konseling. Diharapkan bahwa layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok yang diberikan kepada siswa dapat memperluas wawasan dan pengetahuan mereka tentang prokrastinasi akademik, sehingga siswa dapat mengatur dan mengelola perilaku mereka di lingkungan sekolah. Berdasarkan hal ini, siswa bisa mendapatkan layanan berupa bimbingan kelompok dan konseling kelompok dengan baik.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti terdorong untuk membantu siswa mengatasi perilaku prokrastinasi dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok. Bimbingan kelompok dan konseling kelompok berfungsi sebagai salah satu intervensi yang dapat membantu siswa memahami diri mereka dan dinamika sosial dengan lebih baik. Dalam suasana kelompok yang terstruktur dan terfasilitasi, siswa memiliki kesempatan untuk mengeksplorasi persepsi, nilai, dan perilaku mereka dalam interaksi sosial yang aman. Selain memberikan ruang bagi siswa untuk berbagi pengalaman dan menerima umpan balik yang konstruktif, bimbingan kelompok dan konseling kelompok juga membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial yang adaptif tanpa mengorbankan identitas individu mereka. Menurut Yulianto (2023), Bimbingan kelompok adalah suatu pendekatan intervensi yang dilakukan dalam forum kelompok, di mana siswa bersama-sama mengidentifikasi dan mengatasi kecenderungan prokrastinasi akademik. Proses ini melibatkan diskusi terbuka, berbagi pengalaman, dan penyusunan strategi bersama untuk meningkatkan motivasi belajar serta mengelola waktu dengan lebih efektif. Pendekatan ini mengedepankan peran fasilitator yang membantu mengarahkan percakapan sehingga setiap siswa dapat memperoleh wawasan dan dukungan dalam mengatasi penundaan tugas. Lebih lanjut, Rahmawati (2022), Konseling kelompok merupakan pendekatan yang memanfaatkan

dinamika interaksi antar anggota kelompok untuk mengatasi masalah prokrastinasi akademik. Dalam proses ini, siswa saling berbagi pengalaman, hambatan, dan faktor penyebab keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademik. Konselor berperan untuk mengarahkan diskusi, memberikan umpan balik konstruktif, dan membantu kelompok dalam merumuskan solusi kolektif guna meningkatkan disiplin diri dan produktivitas belajar.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dan bersifat bersifat asosiatif kausal yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas atau lebih terhadap variabel terikat, dimana penelitian ini mencari pengaruh variabel bebas bimbingan kelompok (X1) dan konseling kelompok (X2) dengan variabel terikat prokrastinasi akademik (Y). Alat analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Dalam penelitian ini menetapkan populasi penelitian adalah seluruh Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Mandrehe yang berjumlah 83 peserta didik. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Purposive sampling yaitu Teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Asiva Noor Rachmayani, 2019). Purposive Sampling adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan sengaja atau bertujuan, di mana peneliti memilih anggota sampel berdasarkan karakteristik atau kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Sehingga Sampel pada penelitian ini adalah kelas XI-1 SMA Negeri 3 Mandrehe yang berjumlah 30 Orang peserta didik. Instrumen utama pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner. Responden akan diminta untuk mengisi sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang telah disiapkan. Kuesioner akan digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif mengenai pemikiran, perasaan, sikap, kepercayaan, nilai, persepsi, kepribadian, dan perilaku responden, dan kriteria penskoran disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Skor Jawaban Responden Instrument

No.	Alternatif jawaban	Nilai	Keterangan
1.	Selalu	5	Apabila anda selalu melakukan pernyataan tersebut
2.	Sering	4	Apabila anda sering melakukan pernyataan tersebut
3.	Kadang-kadang	3	Apabila anda kadang-kadang melakukan pernyataan tersebut
4.	Jarang	2	Apabila anda jarang melakukan pernyataan tersebut
5.	Tidak pernah	1	Apabila anda tidak pernah melakukan pernyataan tersebut

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam analisis statistik memenuhi asumsi normalitas. Hasil uji Normalitas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Uji Normalitas Data Variabel X1

Tests of Normality			
	Shapiro-Wilk Statistic	Df	Sig.
Bimbingan Kelompok			
Prokrastinasi Akademik	0.919	7	0.464

Tabel 3. Uji Normalitas Data Variabel X2

Tests of Normality			
	Shapiro-Walk Statistik	df	Sig
Konseling Kelompok			
Prokrastinasi Akademik	0.863	4	0.272

Berdasarkan data pada tabel di atas Hasil uji Shapiro-Wilk data Layanan Bimbingan Kelompok (X1) diperoleh hasil hitung sebesar $0,464 > 0,05$ dan untuk data Konseling (X2) diperoleh hasil hitung sebesar $0,272 > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data penelitian Prokrastinasi Akademik, Layanan Bimbingan Kelompok, dan Layanan Konseling Kelompok adalah berdistribusi normal, sehingga analisis data ini dapat dilanjutkan dengan analisis statistik parametrik.

2. Uji Homogenitas

Selanjutnya dilakukan uji homogenitas untuk mengetahui varian data apakah antara dua atau lebih kelompok memiliki varian yang sama atau berbeda. Uji homogenitas ini digunakan sebagai prasyarat dalam menguji hipotesis, yaitu *Independent Sample T Test* dan *one Way ANOVA* Hasil uji homogenitas dapat dilihat dari pada tabel berikut ini.

Table 4. Uji Homogenitas Data Variabel X1

Test of Homogeneity of Variances					
	Levene Statistic		df1	df2	Sig.
Prokrastinasi Akademik	Based on Mean	0.761	5	23	0,587

Table 5. Uji Homogenitas Data Variabel X2

Test of Homogeneity of Variances					
	Levene Statistic		df1	df2	Sig.
Prokrastinasi Akademik	Based on Mean	0.721	6	21	0,637

Hasil analisis data Test Homogeneity of Variances pada tabel 4 dan 5 di atas menunjukkan nilai Signifikansi lebih dari 0,05, maka dapat ditegaskan bahwa data atau varian setiap sampel: Prokrastinasi Akademik (Y), Layanan Bimbingan Kelompok (X1), dan Layanan Konseling Kelompok (X2) adalah bervariasi homogen. Maka data penelitian ini telah memenuhi asumsi dasar homogenitas, sehingga dapat dilanjutkan dengan analisis statistik parametrik.

3. Uji Linearitas

Selanjutnya dilakukan uji linearitas untuk mengetahui linearitas data, yaitu apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Uji ini digunakan sebagai prasyarat dalam analisis regresi linear. Pengujian SPSS dengan menggunakan *Tes for Linearity* pada taraf signifikan 0,05. Hasil uji linieritas dimaksud dapat dilihat pada kedua tabel berikut ini.

Tabel 6. Uji Linieritas Y terhada X1

Anova Table							
			df	Mean Square	F	Sig	
Prokrastinasi Akademik * Bimbingan Kelompok	Between Groups	(Combined)	14.571	6	2.429	0.441	0.844
Linearity			0.098	1	0.098	0.018	0.895

Deviation From Linearity	14.473	5	2.895	0.525	0.755
Within Groups	126.795	23	5.513		
Total	141.367	29			

Tabel 7. Uji Linieritas Y terhadap X2

Anova Table							
				Df	Mean Square	F	Sig
Sum of Squares							
Prokrastinasi Akademik * Konseling Kelompok	Between Groups	(Combined)	43.426	8	5.428	1.164	0.365
Linearity			5.255	1	5.255	1.127	0.301
Deviation from Linearity			38.171	7	5.453	1.169	0.361
Within Groups			97.940	21	4.664		
Total			141.367	29			

Berdasarkan output *ANOVA TABEL* pada tabel 6 dan 7 di atas, dapat dilihat pada hasil uji *Deviation from Linearity*. Prokrastinasi Akademik (Y) dengan Layanan Bimbingan Kelompok (X1) sebesar 0,755 dan Prokrastinasi Akademik dengan Layanan Konseling Kelompok (X2) sebesar 0,361, dengan nilai signifikansi hitung ini lebih besar dari 0,05 atau $0,755 < 0,05$ dan $0,361 < 0,05$. Sehingga dapat ditegaskan bahwa variabel Prokrastinasi Akademik dengan Layanan Bimbingan Kelompok dan Prokrastinasi Akademik dengan Konseling Kelompok terdapat hubungan yang linear.

4. Uji Hipotesis

a. Pengaruh Secara Bersama-sama Layanan Bimbingan Kelompok dan Layanan Konseling Kelompok terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa

Hasil temuan penelitian mengenai Pengaruh secara bersama-sama Layanan Bimbingan Kelompok (X1) dan Layanan Konseling Kelompok (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa (Y) dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 8. Hasil Uji F Simulan (X1, X2 terhadap Y)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	26,175	2	13,087	200,602	0,000 ^b
Residual	1,761	27	65,243		
Total	27,937	29			
a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik Siswa (Y)					
b. Predictors: (Constant), Layanan Bimbingan Kelompok (X1), Layanan Konseling Kelompok (X2).					

Selanjutnya dilakukan penentuan F_{hitung} dan F_{tabel} , yakni berdasarkan data pada tabel di atas, diperoleh F_{hitung} sebesar 200,602 dan F_{tabel} dapat dilihat pada tabel statistik pada tingkat signifikansi 0,05 dengan df 1 atau jumlah variabel-1 = 2, dan df 2 adalah $n-k-1$ atau $30-2-1 = 27$, n adalah jumlah data dan k adalah jumlah variabel independen. Hasil diperoleh untuk F_{tabel} sebesar 2,960. Kriteria pengujian, jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau signifikansi hitung lebih kecil dari pada 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak dan Hipotesis H_a diterima. Kesimpulan, karena F_{hitung} lebih besar daripada F_{tabel} ($200,602 > 2,960$) atau signifikansi hitung lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) maka hipotesis H_0 ditolak dan Hipotesis H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok, Layanan Konseling Kelompok secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa.

b. Pengaruh Secara Parsial Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa

Hasil temuan penelitian mengenai Pengaruh Secara parsial Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 9. Hasil Uji T Parsial (X1 terhadap Y)

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1. (Constant)	-41,497	5,914		-7,017	0,000
2. Layanan Bimbingan Kelompok (X1)	0,639	0,263	0,443	2,425	0,022
Layanan Konseling Kelompok (X2)	0,706	0,241	0,534	2,924	0,007
a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik (Y)					

Selanjutnya dilakukan penentuan t_{hitung} dan t_{tabel} , yakni berdasarkan olahan data di atas diperoleh t_{hitung} sebesar 2,425 dan t_{tabel} dicari pada signifikansi $0,05/2 = 0,25$ (uji 2 sisi) dengan derajat kebebasan $df = n-k-1$ atau $30-2-1 = 27$. Hasil yang diperoleh untuk t_{tabel} sebesar 0.68368. Kriteria pengujian, jika $t_{tabel} >$

t_{hitung} maka H_0 diterima dan jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak.. Maka dari kriteria pengujian tersebut disimpulkan bahwa, karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($2,425 > 0.68368$) atau nilai signifikansi hitung lebih kecil dari $0,05$ ($0,004 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok berpengaruh secara parsial terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa. Nilai koefisien regresi variabel Layanan Bimbingan Kelompok (b_1) bernilai positif, yaitu $0,639$. Artinya bahwa setiap peningkatan Layanan Bimbingan Kelompok sebesar $1,00\%$ maka akan diikuti dengan perubahan positif perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa sebesar $0,639\%$ dengan asumsi variabel independen lainnya tetap.

c. *Pengaruh Secara Parsial Layanan Konseling Kelompok Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa*

Pengujian koefisien variabel Layanan Konseling Kelompok dan perumuskan hipotesis, sebagai berikut.

Tabel 9. Hasil Uji T Parsial (X_2 terhadap Y)

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1. (Constant)	-41,497	5,914		-7,017	0,000
2. Layanan Bimbingan Kelompok (X_1)	0,639	0,263	0,443	2,425	0,022
Layanan Konseling Kelompok (X_2)	0,706	0,241	0,534	2,924	0,007
a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik (Y)					

Kriteria pengujian; jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau nilai signifikansi hitung lebih besar dari pada $0,05$ maka H_0 diterima. Maka dari kriteria pengujian tersebut disimpulkam bahwa; karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($2,924 > 0.68368$) atau signifikan hitung lebih kecil dari pada $0,05$ ($0,007 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa Layanan Konseling Kelompok berpengaruh signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa. Nilai koefisien regresi Layanan Konseling Kelompok (b_2) bernilai positif, yaitu $0,706$. Artinya bahwa setiap peningkatan Layanan Konseling Kelompok sebesar $1,00\%$ maka akan diikuti dengan

perubahan positif perilaku Prokrastinasi Akademik sebesar 0,706% dengan asumsi variabel independen lainnya tetap.

5. Uji Koefisien Determinasi (R²)

Besaran kontribusi, sumbangan dan pengaruh secara bersama-sama dan parsial variabel: layanan Bimbingan Kelompok (X1) dan Layanan Konseling Kelompok (X2) terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa (Y), dapat dilihat berikut ini.

Tabel 10. *Uji Koefisien Determinasi*
Besaran Pengaruh Variabel X1, X2 Terhadap Variabel Y

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,968 ^a	0,937	0,932	8,077

Predictors: (Constant), Layanan Bimbingan Kelompok (X1) Layanan Konseling Kelompok (X2)

Pada tabel 10 di atas diperoleh kontribusi, sumbangan dan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen yakni variabel: Layanan Bimbingan Kelompok (X1), Layanan Konseling Kelompok (X2), terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa (Y) sebesar 0,937 R Square (R²) atau kuadrat dari R, yaitu koefisien determinasi yang akan diubah ke dalam bentuk persen, yakni 0,937 X 100 = 93,7 % artinya presentase sumbangan variabel X1, X2 terhadap Y dan nilai R² sebesar 93,7% sedangkan sisanya sebesar 6,3 % dipengaruhi oleh variabel lain yang belum diteliti.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 3 Mandrehe. Prokrastinasi akademik merupakan bentuk penundaan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang berdampak negatif terhadap prestasi dan perkembangan siswa. Oleh karena itu, diperlukan intervensi layanan yang tepat untuk menurunkan tingkat prokrastinasi tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok memberikan pengaruh yang sangat besar dan signifikan terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini ditunjukkan oleh kontribusi bersama dari kedua variabel independen (layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok) terhadap variabel dependen (prokrastinasi akademik) sebesar 93,7%, sebagaimana

ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,937. Artinya, perubahan perilaku prokrastinasi akademik siswa sebanyak 93,7% dapat dijelaskan oleh keberadaan dan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling kelompok, sementara sisanya sebesar 6,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam studi ini, seperti faktor kepribadian, lingkungan keluarga, dan motivasi internal siswa.

Dari segi uji signifikansi secara simultan, diperoleh nilai F hitung sebesar 200,602, jauh lebih tinggi dari F tabel sebesar 2,960 dengan tingkat signifikansi 0,05. Selain itu, nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 juga lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan kriteria pengujian, kondisi ini menunjukkan bahwa secara simultan, layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Lebih lanjut, uji parsial menunjukkan bahwa masing-masing layanan juga memberikan pengaruh signifikan secara mandiri terhadap prokrastinasi akademik. Untuk layanan bimbingan kelompok, nilai t hitung sebesar 2,425 lebih besar dari t tabel sebesar 0,68368, dan nilai signifikansi $0,004 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok secara parsial berpengaruh signifikan dalam mengurangi prokrastinasi akademik siswa. Begitu pula pada layanan konseling kelompok, diperoleh t hitung sebesar 2,924, juga lebih besar dari t tabel (0,68368), dengan nilai signifikansi sebesar $0,007 < 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok juga secara signifikan berpengaruh dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik.

Temuan ini konsisten dengan berbagai penelitian terkini. Misalnya, Munir, Setiyowati, dan Atmoko (2024) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik sinemaedukasi berbasis e-book sangat efektif dalam mencegah prokrastinasi akademik siswa SMA. Penelitian tersebut menegaskan pentingnya pendekatan kelompok sebagai sarana untuk menginternalisasi nilai-nilai kedisiplinan dan tanggung jawab akademik secara kolektif. Sementara itu, Prasetyowati dan Farid (2024) dalam penelitiannya menemukan bahwa konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif mampu mereduksi tingkat prokrastinasi secara signifikan, yang mendukung efektivitas layanan konseling kelompok sebagaimana diterapkan di SMA Negeri 3 Mandrehe. Demikian pula, Sari et al. (2022) menegaskan bahwa berbagai teknik

konseling seperti self-management dan time-management dalam konteks bimbingan dan konseling kelompok memiliki kontribusi yang besar dalam mengatasi perilaku menunda tugas-tugas akademik. Muhammad, Fatimah, dan Alawiyah (2022) juga menunjukkan bahwa bimbingan kelompok secara daring dengan pendekatan self-management terbukti meningkatkan kontrol diri dan ketepatan waktu siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya memperkuat temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok efektif dalam mengurangi prokrastinasi akademik, tetapi juga selaras dengan literatur ilmiah mutakhir yang menekankan efektivitas pendekatan kelompok dalam konteks intervensi psikopedagogis. Intervensi yang terstruktur, kolaboratif, dan diarahkan pada pengembangan keterampilan manajemen diri serta restrukturisasi pola pikir terbukti mampu menghasilkan perubahan perilaku yang signifikan. Oleh karena itu, penerapan layanan bimbingan dan konseling kelompok perlu terus dioptimalkan di lingkungan sekolah sebagai bagian integral dari strategi pendidikan karakter dan peningkatan kinerja akademik siswa.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok berpengaruh sangat signifikan terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,937, yang berarti 93,7% variasi perilaku prokrastinasi akademik dapat dijelaskan oleh keberadaan kedua layanan tersebut, sementara sisanya (6,3%) dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Uji signifikansi secara simultan menghasilkan F hitung = 200,602, jauh lebih besar dari F tabel = 2,960 pada taraf signifikansi 0,05, dengan nilai signifikansi (p -value) = 0,000 < 0,05. Hal ini menegaskan bahwa secara simultan, kedua layanan tersebut berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Secara parsial, layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh signifikan dengan t hitung = 2,425 > t tabel = 0,68368 dan p = 0,004 < 0,05. Demikian pula, layanan konseling kelompok menunjukkan pengaruh signifikan dengan t hitung = 2,924 > t tabel = 0,68368 dan p = 0,007 < 0,05. Oleh karena itu, keduanya secara independen terbukti efektif dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik siswa.

REFERENSI

- Adhiputra, N. (2015). *Konseling Kelompok: Perspektif Teori dan Aplikasi*. Media Abadi.
- Ami, D. E. (2020). Profil Karakter Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika* , 415-416.
- Bestari Laia1, S. F. (2021). Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Negeri Di Kabupaten Nias Selatan. *Jurnal Ilmiah AquinaS* , 163.
- Chandra, R. (2024). Penyebab Prokrastinasi pada Siswa Sekolah Menengah: literature reuiu. *indonesian research on education* , 2574.
- Chandra, R. (2024). Penyebab Prokrastinasi pada Siswa Sekolah Menengah: Literature Review. *indonesian research journal on education*, 120-133.
- Ibrahim, D. S. (2022). Peran Guru Dalam Membentuk Karakter Siswa Melalui Pembelajaran Kooperatif . *Jurnal DIDIKA : Wahana Ilmiah Pendidikan Dasar* , 115-125.
- Jadidah, I. T. (2023). Faktor Penyebab Perilaku Prokrastinasi Akademik Padamahasiswa Fitk Angkatan 2021 UIN Raden Fatah Palembang. *JIMR*, 112-124.
- laia, b. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa SSMAMA Negeri Di Kabupaten Nias Selatan. *Jurnal Ilmiah AquinaS* , 115-122.
- Lutfia, H. (2023). Regulasi Diri dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Mengerjakan Tugas Akhir di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Al Husna*, 112-126.
- Syifani, S. (2022). rancangan program pelayanan BK Berbasis Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Negeri 2 Bukittinggi (Studi pada Kelas XI Tata Boga) . *jurnal pendidikan dan konseling* , 18.
- Ayuna, R. S. Q., & Wahyuni, E. (2023). Cognitif behaviour therapy untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa : literature review. *Teraputik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7 number 2, 1–11.
- Aziza, N. (2023). Penerapan Konseling SFBC (Solution Focused Brief Counseling) Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 5 Enrekang.
- Dartina, V., Nabila, S., Alfaiz, A., & Maharani, I. F. (2024). Systematic Literature Review: Penerapan Layanan Konseling Kelompok Solution Focused Brief Therapy (SFBT) pada Peserta Didik di Sekolah Menengah. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 36-46.
- Hidayat, A. H. (2021). Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Konseling Posmodernisme. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 117-134.
- Mufidah, H., Fitri, L., Adirama, D. R., Pedhu, Y., Grace, G., & Rundupadang, A. Pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 14 Jakarta.
- Nirmala, Y. T., Susilo, A. T., & Suryawati, C. T. (2023). Studi Kepustakaan Penerapan Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 7(1), 18. <https://doi.org/10.20961/jpk.v7i1.72112>
- Rustamana, A., Wahyuningsih, P., Azka, M. F., & Wahyu, P. (2024). Penelitian metode kuantitatif. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 5(6), 81-90.
- Sari, E. P., Hartati, S., Agungbudiprabowo, A., & Siswanti, R. (2022). Teknik–Teknik Bimbingan dan Konseling dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 11896-11905.

- Wahyuni, & Fadhillah, M. (2024). Analisis Tingkat Prokrastinasi Akademik Pada Siswa
Analysis Of The Level Of Students' Academic Procrastination. *Jurnal Attending*,
3(1).
- Waruwu, K. I. R., Damanik, H. R., Lase, J. F., & Lase, F. (2024). Hubungan Efikasi Diri
dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII di UPTD Smp Negeri
2 Gunungsitoli Utara. *Jurnal Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran: JPPP*, 5(3), 309-319.
- Yasjulia, R., Muta'alimah, N., Fahrezi, R. M., Khairunnisa, N. B., & Halimatussadiyah,
E. (2022). Konseling SFBT Melalui Media Journaling dalam Mengatasi
Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Rosi. *Journal of
the Japan Welding Society*, 91(5), 328–341. <https://doi.org/10.2207/jjws.91.328>
- Asep Rahmatullah. (2021). Konseling Kelompok dalam Menjaga Lingkungan dan
Kesehatan Perspektif al Qur'an. *La-Tahzan: Jurnal Pendidikan Islam*, 13(1), 19–
31. <https://doi.org/10.62490/latahzan.v13i1.124>
- Bimbingan, J., Vol, K., & Tahun, B. A. (2025). 1226 Peningkatan Kepercayaan Diri
Korban. 9(2), 1226–1235. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6299>
- Herik, E., Sah, M. M., Pambudhi, Y. A., Yunita, A., Hidayah, N., Psikologi, J., Oleo, U.
H., Psikologi, J., Oleo, U. H., Psikologi, J., Oleo, U. H., Psikologi, J., Oleo, U. H.,
Psikologi, J., Oleo, U. H., Psikologi, J., & Oleo, U. H. (2020). Jurnal Ilmiah
Bening : Belajar Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Bening*, 8, 91–102.
- Jahju Hartini. (2022). Bimbingan Kelompok. In M. P. Lucky Nindi Riandika M., S.Pd.
(Ed.), *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. UD DUTA
SABLON.
- Karnangsyah, E. (2023). *Konseling Kelompok Eksistensial Therapy dalam Perspektif
Budaya dan Etika*. 5(2), 169–178.
- Ningtyas, I. W. (2021). Pelayanan Konseling Kelompok Dalam Menangani Kasus
Bullying. *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*,
1(1), 34–47. <https://doi.org/10.24260/as-syamil.v1i1.363>
- Nisrina, F., Syibli, Y. M., & Therapy, R. P. (2025). *Layanan Konseling Kelompok Melalui
Terapi Role Playing (Bermain Peran) Dalam Mengatasi*. 49–71.
- Oktamala, L. I. A. (2024). *Pe n g g u n a a n k o n s e l i n g k e l o m p o k* (Vol. 2024).
- Pebrimaya, F., Sobari, T., & Irmayanti, R. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok Daring
Berbantuan Aplikasi Google Meet Terhadap Bullying Siswa Kelas Viii Smp
Advent Cimindi. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*,
5(6), 447–457. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i6.9259>
- Pretitama, D., & Madiun, U. P. (2024). *Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Sebagai
Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Media Permainan Uno Stacko
pada Siswa Kelas VII-H SMP Negeri 4 Madiun Tahun Ajaran 2023 / 2024*. 3(3),
82–89.