

**PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK SECARA DARING MELALUI
TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK
PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA KELAS XII**

Aldi Aulia¹, Siti Fatimah², Tuti Alawiyah³

¹ aldiauliamahesa13@gmail.com , ²sitifatimah432@ikipsiliwangi.co.id , ³tutyrahman@yahoo.co.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

For students who have problems regarding academic procrastination at school, this service is very appropriate, because the problems they experience are related to a sense of laziness in procrastinating assignments on the series. The purpose of this study was to determine the implementation, responses, constraints, and difficulties in implementing group guidance services for students who have problems regarding academic procrastination. The approach used in this study is descriptive qualitative using the phenomenological method, in this study the data collection techniques used were observation, interviews, and documentation. The results showed that group guidance services using self-management techniques for students who experienced academic procrastination carried out in groups were effective because they provided information about the importance of changing student behavior in lazy learning which caused task delays to become better, after carrying out group guidance services students were more can be active, can adjust the time in doing tasks, and have good self-control

Keywords: *Academic procrastination, group guidance services*

Abstrak

Bagi siswa yang memiliki permasalahan mengenai prokrastinasi akademik disekolah sangatlah tepat diberikan layanan ini, karena permasalahan yang dialaminya berkaitan dengan rasa malas dalam menunda-nunda tugas terhadap dirinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi, respon, kendala, dan kesulitan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk siswa yang memiliki permasalahan mengenai prokrastinasi akademik. Pendekatan yang dilakukan pada penelitian kali ini yaitu deskriptif kualitatif menggunakan metode *Fenomenologi*, pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang dipakai yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management* untuk siswa yang mengalami prokrastinasi akademik yang dilakukan secara kelompok efektif karena memberikan informasi mengenai pentingnya merubah perilaku siswa dalam malas belajar yang menyebabkan terjadinya penundaan tugas mejadi lebih baik, setelah melaksanakan layanan bimbingan kelompok siswa lebih bisa aktif, dapat menyesuaikan waktu dalam mengerjakan tugas, serta mempunyai pengendalian diri yang baik.

Kata Kunci : Prokrastinasi akademik, layanan bimbingan kelompok

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang dapat mempengaruhi siswa agar menyesuaikan diri terhadap lingkungan serta akan menimbulkan perubahan tingkah laku.

Pendidikan juga merupakan hal yang berpengaruh bagi siswa ketika berada disekolah. Namun sangat disayangkan sejak Maret 2020, Indonesia digegerkan dengan Virus Corona yang menyebabkan kegiatan belajar mengajar yang biasanya dilakukan secara tatap muka terhambat karena adanya pandemi. Sehingga kegiatan belajar mengajar dilakukan secara daring/*online*. Hal ini berdampak buruk terhadap siswa yang sedang menggali ilmu disekolah, dan interaksi antara Guru dan siswa menjadi terhambat.

Dalam pernyataan menurut Nopan Omeri (2015) Pendidikan merupakan salah satu system yang menanamkan nilai-nilai karakter dengan komponennya, yakni pengetahuan, kesadaran kemauan serta tindakan untuk melaksanakan nilai-nilai tersebut. Kemudian menurut Bidianto (dalam Kuniawan 2017) yang menyatakan Pendidikan merupakan cara untuk mempersiapkan serta menumbukan anak didik maupun individu dengan proses yang dilakukan secara terus menerus sejak dilahirkan ke dunia sampai wafat.

Menurut Hamalik (2016), belajar merupakan proses perubahan tingkah laku siswa dengan cara berinteraksi dengan lingkungannya. Maka dapat disimpulkan bahwa Pendidikan dan belajar merupakan aktifitas yang dilakukan individu secara sadar. Belajar dilakukan untuk mendapatkan pengalaman serta pengetahuan baru yang awalnya tidak tahu menjadi tahu. Sehingga dengan belajar dapat merubah tingkah laku siswa baik dalam berpikir maupun dalam bertindak.

Pembelajaran daring ini dilaksanakan oleh semua jenjang Pendidikan salah satunya yaitu SMA. Dalam pembelajaran tidak sedikit siswa mengalami permasalahan, salah satu permasalahannya yaitu siswa cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik ini sangat berpengaruh terhadap kemajuan siswa dalam proses belajar, proses menghafal Ketika kegiatan belajar. Menurut Yip dan Leung (2016), prokrastinasi akademik merupakan nilai untuk menunda menyelesaikan tugas akademik. Dampak buruk dari prokrastinasi akademik yaitu tugas tidak terselesaikan dalam jangka waktu yang sudah ditetapkan.

Prokrastinasi akademik ini merupakan tindakan yang sering dialami siswa dalam menunda tugas yang telah diberikan, prokrastinasi akademik ini akan menimbulkan kebiasaan buruk yang merugikan siswa itu sendiri terhadap proses belajarnya. Peran guru BK dalam masalah ini sangatlah penting, untuk memantau perkembangan siswa, serta membantu siswa agar mencapai perkembangan yang optimal. Solusi yang diberikan

dalam masalah ini yaitu dengan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management*, karena dengan bimbingan kelompok melalui teknik *self management* siswa akan diberi pemahaman dalam merubah perilaku yang kurang baik seperti prokrastinasi akademik.

Menurut Nurisan (dalam Suryani, 2017) bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi tertentu. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktifitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan social. Dengan adanya bimbingan kelompok secara daring dapat membantu siswa dalam menumbuhkan hubungan baik antar anggota kelompok dan kemampuan berkomunikasi antar anggota kelompok akan lebih baik. Sedangkan menurut Prayitno (dalam Rici & Alawiyah 2019) layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan konseling yang diberikan kepada sekelompok siswa dalam suasana kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok agar mendapat informasi dan pemahaman baru dari topik yang dibahas.

Pada penelitian ini teknik yang digunakan peneliti yakni teknik *self management*, teknik ini menata perilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat vmencapai kemandirian dan hidupnya berjalan dengan produktif. Dalam penelitian yang di lakukan oleh Alamri. N, (2015) bahwa teknik *self managementt* yang diterapkan dalam bimbingan kelompok dapat membantu siswa melatih diri untuk lebih teratu dalam menjalankan kewajiban belajar.

Metode

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Menurut (Sugiyono, 2017) metode penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang digunakan untuk meneliti pada objek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci. Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Margaasih, pada kelas XII IPS 7 dengan jumlah siswa yang diteliti yaitu 5 orang dipilihanya kelas tersebut atas rekomendasi dari guru BK SMAN 1 Margaasih. Teknik sampling yang digunakan yaitu *snow ball sampling*. Instrument penelitian yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dokumentasi.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Rizki selaku wali kelas kelas XII IPS 7 diperoleh hasil bahwa, terdapat 5 guru BK di SMAN 1 Margaasih. Peran guru BK disekolah sangatlah penting karena dapat menangani berbagai masalah yang dialami siswa. hubungan antara guru BK dan Walikelas sangat baik dan terdapat kerjasama dalam menangani permasalahan siswa. pendapat walikelas terhadap siswa yang mengalami prokrastinasi akademi yaitu siswa yang menunda-nunda tugas dapat merugikan dirinya sendiri, karena berdampak buruk bagi prestasi siswa. faktor yang mempengaruhi siswa mengalami prokrasinasi akademik salah satunya peran orang tua dimana seharusnya orang tua dapat lebih mengawasi saat berada dilingkungan rumah, serta seharusnya orang tua mengkontrol cara belajar siswa, serta bertanya apakah ada tugas dari sekolah dan apabila ada orang tua harus memotivasi anak agar mengerjakan tugas secepatnya. Di kelas XII IPS 7 siswa yang mengalami prokrastinasi akademi tidak tentu jumlahnya, terkadang siswa yang mempunyai prestasi disekolah bisa mengalami masalah tersebut.

Hasil wawancara dengan Ibu Rani selaku guru BK di SMAN 1 Margaasih, diperoleh hasil terdapat 6 guru BK di SMAN 1 Margaasih masing-masing memegang 1 kelas (X IPA, X IPS, XI IPA, XI IPS, XII IPA, XII IPS). Terdapat beberapa siswa yang sering berkonsultasi dengan permasalahan yang berbeda-beda. Pada kelas XII terdapat siswa yang mengalami masalah prokrastinasi akademik. Menurut guru BK Faktor yang mempengaruhi siswa mengalami prokrastinasi akademik yaitu siswa sibuk dengan gadgetnya, manajemen waktu kurang baik, lupa akun *Google Classroom*, lingkungan siswa. ciri-ciri siswa yang mengalami prokrastinasi akademik yaitu, jarang mengerjakan tugas dan itu dapat dilihat di *Google Classroom*. Pada masalah ini peran orang tua sangat penting karna siswa harus mendapat perhatian lebih dari orang tua. Dalam masalah ini guru BK menanganinya dengan komunikasi serta kolaborasi dengan walikelas, kemudian cek masalah siswa dan berikan layanan. Apabila tidak ada perubahan maka pihak sekolah harus mengundang orang tua dan diajak diskusi mengenai solusi yang harus diberikan.

Adapun dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* terdapat beberapa tahapan, diantaranya : tahap awal, tahap peralihan, tahap kegiatan inti, dan tahap pengakhiran. Pada tahap awal guru BK mengawali dengan

mengucapkan salam, berdoa bersama dan mengabsen siswa dan menanyakan kabar. Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dan ketiga dimana guru BK kembali menjelaskan mengenai tujuan dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok agar siswa dapat memasuki tahap kegiatan dengan semangat dan kemauan yang tinggi, setelah dua tahapan tersebut dilaksanakan maka selanjutnya masuk kedalam tahap kegiatan inti, dimana tahapan ini sangatlah penting dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, dimana pada tahap ini guru BK dan siswa akan membahas mengenai permasalahan yang sedang dialami oleh siswa yaitu tentang prokrastinasi akademik. Kemudian tahap selanjutnya masuk ketahap pengakhiran, dimana pemimpin kelompok mengemukakan hasil-hasil dari kegiatan, kesan, dan harapan. Kemudian siswa dan guru BK menentukan jadwal pertemuan selanjutnya dan diakhiri dengan doa penutup.

Berdasarkan hasil dari respon siswa sebelum diberi layanan, berbeda-beda masalah yang dialami siswa yakni, siswa bosan dengan pembelajaran daring, signal, bosan diberi tugas, siswa tidak fokus ketika guru memberikan tugas ketika pembelajaran dikelas berlangsung, selain itu siswa sering mengeluh terhadap banyaknya tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran yang bisa menyebabkan siswa mengalami prokrastinasi akademik. Setelah diberi layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* siswa sedikit demi sedikit mulai bisa menyesuaikan diri terhadap tugas-tugas yang telah diberikan oleh guru mata pelajaran ketika dilingkungan sekolah maupun pembelajaran jarak jauh, serta siswa dapat beradaptasi terkait pengendalian diri setiap individu.

Berdasarkan hasil dari kesulitan siswa dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* terhadap siswa yang berinisial AL, AE, FZ, IQ, TQ, menjelaskan kesulitan ataupun kendala saat mengikuti layanan yang diberikan oleh guru BK yaitu merasa takut dan tegang saat dihubungi oleh guru BK, kemudian merasa bingung untuk menjelaskan suatu masalah dirinya sendiri kepada guru BK, selain itu kesulitan yang dialami oleh siswa yang melaksanakan layanan bimbingan kelompok yaitu keterbatasan sinyal yang kurang maksimal saat pelaksanaan layanan bimbingan yang memperlambat proses jalannya bimbingan kelompok yang diberikan kepada siswa yang sedang mempunyai masalah.

Kendala yang dihadapi berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK yaitu ketika proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok adanya keterbatasan sinyal yang

kurang maksimal yang mengakibatkan pelaksanaan zoom meeting terganggu, selain itu kendala yang dihadapi yaitu pengkondisian siswa saat proses pelaksanaan bimbingan terlambat.

Pembahasan

Menurut pernyataan Hartinah (2017) beliau menyatakan bahwa dalam layanan bimbingan kelompok dapat menumbuhkan, mengelola, dan mengarahkan dinamika kelompok yang dilayani oleh seluruh peserta bimbingan kelompok akibatnya peserta yang berkepentingan tersebut benar-benar mendapatkan pengalaman yang berharga terhadap perubahan individu tersebut. Layanan bimbingan kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat membahas topik atau permasalahan siswa siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok, sama halnya dengan yang diungkapkan oleh Tohirin (2014) menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada siswa melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok.

Menurut pernyataan Uno (Asrianti, 2016) beliau menjelaskan pengertian dari *self management* yaitu tingkah laku siswa yang bertanggung jawab untuk mengatur segala tingkah laku individu siswa tersebut, tujuannya supaya siswa tersebut menjadi lebih mandiri, dan dapat memperkirakan masa depan. Alasan dari penggunaan teknik *self management* yaitu agar siswa dapat terbantu dalam memecahkan suatu permasalahan yang sedang dihadapi oleh siswa kelas XII IPS7 SMAN 1 Margaasih, dikuatkan dengan peneliti terdahulu yang dilakukan oleh Alamri. N, (2015) bahwa teknik *self management* yang diterapkan dalam bimbingan kelompok dapat membantu siswa melatih diri untuk lebih teratu dalam menjalankan kewajiban belajar.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai respon siswa terhadap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management* untuk prokrastinasi akademik yaitu siswa sangat antusias dan menyambut baik terhadap pelaksanaan layanan bimbingan, dan siswa mengaku terbantu dalam menangani permasalahan yang sedang dialami, selain itu guru BK memberikan respon baik terhadap peneliti terkait penelitian yang dilakukan dalam menangani kasus dari

setiap siswa yang mengalami prokrastinasi akademik dikelas XII IPAS 7 SMAN 1 Margaasih.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada AL, AE, MF, IQ, TQ, kesulitan pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru bk pada umumnya merupakan rasa takut, cemas ketika guru bk menghubungi siswa akan nantinya mengikuti layanan bimbingan kelompok, selain itu kendala pada pelaksanaan pemberian layanan adalah ketersediaan waktu dan koneksi jaringan tidak stabil yang mengakibatkan pelaksanaan layanan bimbingan kurang maksimal. Hal ini berkaitan dengan yang telah di kemukakan oleh Gufron dan Rismawati (2017) Prokrastinasi akademik yaitu kegagalan dalam melaksanakan hal yang sehausnya diinginkan.

Kendala yang dihadapi oleh guru bk pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yaitu di antara dengan adanya pandemi covid 19 yang pelaksanaannya seharusnya bisa bertatap muka secara langsung bersama siswa yang sedang mempunyai masalah dalam bidang akademik ataupun yang lainnya, dengan adanya pandemi covid 19 ini maka pemberian layanan kepada siswa diberikan secara daring menggunakan zoom, walaupun bisa terlaksana dalam pelaksanaan bimbingan tentunya ada kendala yang dihadapi seperti sinyal yang kurang stabil sehingga siswa keluar zoom secara tiba-tiba yang mengakibatkan proses dari pelaksanaan layanan kurang maksimal, itulah beberapa kendala yang dialami oleh guru bk pada pemberian layanan kepada siswa yang sedang mempunyai masalah prokrastinasi akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Penerapan layanan Bimbingan Kelompok secara daring melalui teknik self management untuk prokrastinasi akademik siswa SMA kelas XII dalam menunjukkan adanya berbagai temuan di lapangan antara lain siswa yang masih banyak menunda nunda tugas sepenuhnya dibuktikan dengan hasil angket prokrastinasi.

REFERENSI

- Alamri, N. (2015) Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah.
- Asrianti. 2016. Penerapan Teknik Self Management untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain Game Online pada Siswa di SMA Negeri 1 Tinggimoncong. Skripsi (tidak diterbitkan). Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Hamalik, Oemar. 2016. Proses Belajar Mengajar Jakarta: Bumi Aksara

- Hartinah, S. (2017). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Rafika. Aditama.
- Nopan Omeri (2015) Pentingnya Pendidikan Karakter Dalam Dunia Pendidikan. Diterbitkan Melalui Online. SMA Negeri 1 Arga Makmur.
- Yip, K. Y., & Leung, M. T. (2016). The structural model of perceived parenting style as antecedent on achievement emotion, self-regulated learning and academic procrastination of undergraduates in Hong Kong. Dalam Leung, M. T., & Tan, L. M. (Eds.), *Applied psychology reading*. Singapore: Springer
- Rici & Alawiyah, T. (2019). *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Untuk Bisa Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa. FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Tohirin. (2015). *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integasi)*. Jakarta: Rajawali Pers.