

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran tentang prokrastinasi penyelesaian skripsi dengan menyebar angket sebelum pelaksanaan layanan konseling individual (*pre-test*) dan setelah pelaksanaan layanan konseling individual (*post-test*). Selanjutnya data-data ini diolah dengan tahapan mulai dari deskripsi data, pengujian persyaratan analisis dan pengujian hipotesis.

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Medan, berlokasi di Jalan Willem Iskandar Pasar V Medan Estate. Universitas ini telah berdiri sejak tahun 1963 yang dahulu diberi nama IKIP Medan. Kemudian berubah menjadi Universitas Negeri Medan (UNIMED). Perubahan IKIP Medan menjadi Universitas dimaksudkan sebagai upaya peningkatan mutu penyelenggaraan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK).

Perubahan ini pada gilirannya di tempatkan sebagai upaya untuk meningkatkan mutu lulusan yang dipandang relevan untuk menjawab kebutuhan pembangunan diberbagai bidang. Perubahan kelembagaan menjadi Universitas Negeri Medan yang peresmianya dilaksanakan pada bulan Februari 2000 dengan SK.Presiden No. 124 tahun 1999, tanggal 7 Oktober 1999 menyebabkan terjadinya perubahan fungsi lembaga dan yang sebelumnya hanya mengelola bidang-bidang jurusan/program studi kependidikan (Dik) yaitu Sarjana

Pendidikan (S.Pd), setelah menjadi universitas juga menamatkan Sarjana Sains (S.Si) dibidang jurusan/program studi non kependidikan.

Perubahan kelembagaan ini menyebabkan perluasan fungsi lembaga yang diperkirakan memiliki nilai lebih ditinjau dari beberapa hal antara lain Unimed mengelola 7 (tujuh) Fakultas dan 1 (satu) Program Pasca Sarjana terdiri dari : 1) Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP), 2) Fakultas Bahasa dan Seni (FBS), 3) Fakultas Ilmu Sosial (FIS), 4) Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), 5) Fakultas Teknik (FT), 6) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), 7) Fakultas Ekonomi (FE), 8) Program Pascasarjana (PPs).

Dari ketujuh fakultas tersebut yang menjadi pusat pengembangan ilmu pendidikan adalah Fakultas Ilmu Pendidikan. Sesuai dengan visi fakultas tersebut yaitu menjadi pusat pengembangan ilmu dan teknologi pendidikan, pembelajaran serta pengembangan dan pembinaan tenaga kependidikan. Salah satu jurusan dan program studi yang ada di Fakultas Ilmu Pendidikan tersebut adalah jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dengan program studi Bimbingan dan Konseling.

Pada tahun 2016 ini program studi bimbingan dan konseling dipimpin oleh Dra. Zuraida Lubis M.Pd.,Kons selaku ketua jurusan sekaligus dosen tetap dengan dibantu oleh sekretaris jurusan. Kemudian memiliki 20 orang staf pengajar dan 1 orang staf administrasi. Dosen yang menjadi staf pengajar di prodi bimbingan dan konseling, merupakan lulusan dari Perguruan Tinggi Negeri serta beberapa orang

diantaranya telah memperoleh gelar guru besar dan ada juga yang telah memperoleh gelar konselor dibidang Bimbingan dan Konseling.

4.2 Persiapan Penelitian

Peneliti mengajukan permohonan surat izin meneliti kebagian administrasi di FIP Universitas Negeri Medan pada tanggal 05 Oktober 2016, sebagai pengantar yang ditanda tangani oleh Wakil Dekan 1 Bidang Akademik Fakultas Ilmu Pendidikan guna mengumpulkan data untuk kepentingan penelitian yang ditujukan kepada Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan untuk melakukan penelitian di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.

4.3 Pengujian Persyaratan Analisis

Pelaksanaan uji coba instrumen angket prokrastinasi penyelesaian skripsi dilakukan pada tanggal 21 September 2016 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan dimana responden berjumlah 30 orang mahasiswa yang melakukan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi lewat dari batas idealnya (lebih dari 6 bulan atau 1 semester) dijadikan responden uji coba oleh peneliti sebanyak 30 orang. Dalam tahap uji coba ini peneliti meminta kesediaan 30 mahasiswa untuk mengisi angket yang diberikan berdasarkan keadaan mahasiswa yang sebenarnya dengan jujur dan terbuka sebab dalam angket tersebut tidak akan dinilai jawaban benar atau salah.

Setelah angket terkumpul selanjutnya dilakukan penilaian terhadap angket dengan cara membuat format nilai berdasarkan skor-skor yang ada pada setiap

angketnya kemudian skor yang merupakan pilihan subjek pada setiap butir angket ditabulasi dan diolah secara manual.

4.4 Uji Validitas Angket

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi untuk butir angket nomor 2 diperoleh r_{xy} hitung=0,542 pada taraf signifikan $\alpha = 5\%$ dan $N = 30$ didapat nilai r_{tabel} 0,361 selanjutnya hasil tersebut dapat dilihat bahwa r_{xy} hitung $>$ r_{tabel} yaitu $0,542 > 0,361$ sehingga dapat disimpulkan bahwa butir angket nomor 2 dinyatakan valid. Dari 70 item angket yang disebar diketahui ada 45 item soal yang valid dan 25 item soal yang tidak valid, 45 item yang valid yaitu soal 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 33, 34, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 47, 48, 49, 53, 55, 56, 65, 70.

Jadi soal yang diberikan terhadap 10 subjek berjumlah 45 item. Kisi-kisi angket yang sudah valid sebagai berikut. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 4.

Tabel 4.1
Kisi-kisi Angket Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Yang Valid

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item Soal		Jlh Item
			<i>Favourable</i> (Positif)	<i>Unfavourable</i> (Negatif)	
prokrastinasi penyelesaian skripsi	1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi)	Menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika sudah mulai mengerjakan sebelumnya.	17,25,33,41,49	5,13,21,29,37,53,65	12
	2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi)	Menghabiskan waktu yang dimiliki untuk mempersiapkan diri secara berlebihan juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas (skripsi), tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.	2,10,18,26,34,42	14,22,30,38	10
	3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja <i>actual</i>	Merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas (skripsi) pada waktu yang telah ditentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan.	3,11,19,27,43	7,15,23,31,47,55	11
	4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas (skripsi) yang harus diselesaikan.	4,12,20,36,44	8,16,24,40,48,56,70	12
Jumlah			21	24	45

4.5 Uji Reliabilitas Angket

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas yang menggunakan rumus Alpha diketahui $r_{11} = 0,968$ dan setelah dikonsultasikan dengan indeks korelasi termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa angket prokrastinasi penyelesaian skripsi telah memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan sebagai alat pengumpul data. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 5.

Tabel 4.2

Klasifikasi Reliabilitas

Reliabilitas	Klasifikasi
$0,9 < r_h 1$	Sangat tinggi
$0,7 < r_h 0,8$	Tinggi
$0,5 < r_h 0,6$	Cukup
$0,3 < r_h 0,4$	Rendah
$0,0 < r_h 0,2$	Sangat rendah

4.6 Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan akan memaparkan hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan. Hasil dari proses penelitian yang akan dipaparkan meliputi gambaran tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi sebelum dan setelah mendapatkan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT).

Setelah diketahui jumlah skor angket prokrastinasi penyelesaian skripsi sebelum diberikan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT). Skor maksimal = 180 ; Skor minimal = 45.

Jumlah kelas = $(\sum K) = 1 + 3,322 \log N = 1 + 3,322 \log 10 = 4,322$. Rentang

$$(R) = \frac{\text{skor maksimal} - \text{skor minimal}}{4} = \frac{180 - 45}{4} = 33,75$$

Tabel 4.3

Klasifikasi Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian skripsi

Interval	Klasifikasi
45-78	Rendah
79-112	Sedang
113-146	Tinggi
147-180	Sangat tinggi

Tabel 4.4
Hasil Penjaringan Subjek Penelitian

No	Responden	Skor	Klasifikasi
1	MFA	74	RENDAH
2	MKB	75	RENDAH
3	DT	87	SEDANG
4	NL	89	SEDANG
5	BS	96	SEDANG
6	WE	103	SEDANG
7	WAA	109	SEDANG
8	RE	114	TINGGI
9	SNP	122	TINGGI
10	ESR	139	TINGGI
Jumlah		1008	

Dari tabel 4.4 diatas dipaparkan hasil *pre-test* terhadap 10 responden. Terdapat tiga mahasiswa yang termasuk dalam kriteria tinggi dengan skor 113-146, lima mahasiswa dalam kriteria sedang dengan skor 79-112, dan dua mahasiswa dalam kriteria rendah dengan skor 45-78. Pengambilan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* yakni pengambilan subjek yang dilakukan dengan memilih secara sengaja menyesuaikan dengan tujuan penelitian (Purwanto, 2010:231). Maka diambil beberapa subjek manfaat yang melakukan kecenderungan prokrastinasi penyelesaian skripsi dalam kriteria tinggi yakni tiga mahasiswa yang melakukan prokrastinasi penyelesaian skripsi dalam kriteria tinggi (RE,SNP,ESR,).

Tabel 4.5**Hasil *Pre-Test***

Sebelum Diberi Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)

No	Responden	Skor	Kategori
1	ESR	139	TINGGI
2	RE	114	TINGGI
3	SNP	122	TINGGI
N		3	
Jumlah Nilai		375	
Skor Tertinggi		139	
Skor Terendah		114	
Rata-rata		125	
Standart Deviasi		144,9	

Adapun hasil *pre-test* sebelum diberi layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) dengan $N = 3$ maka diperoleh jumlah nilai sebesar 375, skor tertinggi = 139, skor terendah = 114, rata-rata = 125 dan standart deviasi = 144,9. Hasil perhitungan *pre-test* dapat dilihat di bawah ini dan perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 9.

Ketiga responden yang terpilih sebagai subjek penelitian memiliki perbedaan dalam tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi. Hal ini bertujuan untuk memperkaya sumber-sumber dalam pembahasan topik, sehingga pembahasan dapat ditinjau dari berbagai sisi, tidak monoton dan terbuka. Dengan keberagaman sumber pengetahuan topik akan menambah wawasan anggota.

Prokrastinasi penyelesaian skripsi yang digunakan dalam penelitian ini meliputi empat indikator yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi), keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi), kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual*, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Berikut akan digambarkan tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi yang dimiliki oleh subjek manfaat sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) pada masing-masing indikator tersebut.



Tabel 4.6

**Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Subjek Manfaat Sebelum
Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral
Therapy (CBT)* Pada Indikator Penundaan Untuk Memulai dan
Menyelesaikan Tugas (Skripsi)**

No	Kode Responden	Penundaan Untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas (Skripsi)			
		Jumlah Skor	Skor Skala <i>Likert</i>	Skor Total	Kriteria
1	ESR	37	4	148	Tinggi
2	RE	30	4	120	Tinggi
3	SNP	33	4	132	Tinggi
Jumlah Skor Total			400		

Pada indikator penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi) memiliki butir item sebanyak 12 butir. Jumlah skor total dari indikator penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi) sebanyak 400. Skor total tertinggi pada subjek penelitian dengan kode responden ESR (148). Sedangkan skor total terendah pada subjek penelitian dengan kode responden RE (120).

Tabel 4.7

**Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Subjek Manfaat Sebelum
Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral
Therapy* (CBT) Pada Indikator Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas
(Skripsi)**

No	Kode Responden	Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas (Skripsi)			
		Jumlah Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Kriteria
1	ESR	29	4	116	Tinggi
2	RE	28	4	112	Sedang
3	SNP	28	4	112	Sedang
Jumlah Skor Total				340	

Pada indikator keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi) memiliki butir item sebanyak 10 butir. Jumlah skor total dari indikator keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi) sebanyak 340. Skor total tertinggi pada subjek penelitian dengan kode responden ESR (116). Sedangkan skor total terendah pada subjek penelitian dengan kode responden RE dan SNP (112).

Tabel 4.8

**Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Subjek Manfaat Sebelum
Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral
Therapy* (CBT) Pada Indikator Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan
Kinerja *Actual***

No	Kode Responden	Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja <i>Actual</i>			
		Jumlah Skor	Skor Skala <i>Likert</i>	Skor Total	Kriteria
1	ESR	35	4	140	Tinggi
2	RE	28	4	112	Sedang
3	SNP	29	4	116	Tinggi
Jumlah Skor Total				368	

Pada indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual* memiliki butir item sebanyak 11 butir. Jumlah skor total dari indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual* sebanyak 368. Skor total tertinggi pada subjek penelitian dengan kode responden ESR (140). Sedangkan skor total terendah pada subjek penelitian dengan kode responden RE (112).

Tabel 4.9

**Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Subjek Manfaat Sebelum
Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral
Therapy* (CBT) Pada Indikator Melakukan Aktivitas Yang Lebih
Menyenangkan**

No	Kode Responden	Melakukan Aktivitas Yang Lebih Menyenangkan			
		Jumlah Skor	Skor Skala <i>Likert</i>	Skor Total	Kriteria
1	ESR	36	4	144	Tinggi
2	RE	27	4	108	Sedang
3	SNP	33	4	132	Tinggi
Jumlah Skor Total				384	

Pada indikator melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan memiliki butir item sebanyak 12 butir. Jumlah skor total dari indikator melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan sebanyak 384. Skor total tertinggi pada subjek penelitian dengan kode responden ESR (140). Sedangkan skor total terendah pada subjek penelitian dengan kode responden RE (108).

Layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) sebagai *treatment* dalam penelitian ini dilakukan sebanyak empat kali pertemuan. Setelah melaksanakan kegiatan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) sebanyak empat kali langkah selanjutnya adalah melakukan *post-test*. Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian yakni untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individual pendekatan

cognitive behavioral therapy (CBT) terhadap prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan FIP Unimed tahun ajaran 2016/2017. Hasil *post-test* meliputi gambaran perhitungan skala prokrastinasi penyelesaian skripsi secara keseluruhan dan gambaran prokrastinasi penyelesaian skripsi pada masing-masing (indikator penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi), keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi), kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual*, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan).

Tabel 4.10

Hasil *Post-Test*

Setelah Diberi Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)

No	Responden	Skor	Kategori
1	ESR	72	RENDAH
2	RE	58	RENDAH
3	SNP	66	RENDAH
N		3	
Jumlah Nilai		196	
Skor Tertinggi		72	
Skor Terendah		58	
Rata-rata		65,3	
Standart Deviasi		75,77	

Berdasarkan data *post-test* yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 3 orang, maka diperoleh jumlah nilai sebesar 196, skor tertinggi = 72, skor terendah = 58, rata-rata = 65,3 dan standart deviasi = 75,77.

Perbedaan tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi yang dimiliki oleh penerima manfaat pada masing-masing indikator yang terdapat dalam prokrastinasi penyelesaian skripsi meliputi penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi), keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi), kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual*, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Hal ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :



Tabel 4.11

Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Sebelum dan Setelah Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Pada Indikator Penundaan Untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas (Skripsi)

No	Kode Responden	Penundaan Untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas (Skripsi)							
		<i>Pre-Test</i>				<i>Post-Test</i>			
		Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket	Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket
1	ESR	37	4	148	T	21	4	84	S
2	RE	30	4	120	T	16	4	64	R
3	SNP	33	4	132	T	17	4	68	R
Jlh Skor Total		400				216			
Rata-rata		133,3				72			

Pada indikator penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi) setelah pemberian *treatment* terjadi perubahan tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi subjek penelitian. Tampak pada tabel diatas sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) prokrastinasi penyelesaian skripsi pada indikator penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi) pada *pre-test* rata-rata 133,3 tergolong dalam kriteria tinggi, namun setelah mengikuti layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terjadi perubahan menjadi 72 tergolong dalam kriteria rendah.

Tabel 4.12

Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Sebelum dan Setelah Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Pada Indikator Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas (Skripsi)

No	Kode Responden	Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas (Skripsi)							
		<i>Pre-Test</i>				<i>Post-Test</i>			
		Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket	Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket
1	ESR	29	4	116	T	16	4	64	R
2	RE	28	4	112	S	12	4	48	R
3	SNP	28	4	112	S	17	4	68	R
Jlh Skor Total		340				180			
Rata-rata		113,3				60			

Pada indikator keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi) setelah pemberian *treatment* terjadi perubahan tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi subjek penelitian. Tampak pada tabel diatas sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) prokrastinasi penyelesaian skripsi pada indikator keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi) pada *pre-test* rata-rata 113,3 tergolong dalam kriteria tinggi, namun setelah mengikuti layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terjadi perubahan menjadi 60 tergolong dalam kriteria rendah.

Tabel 4.13

Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Sebelum dan Setelah Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Pada Indikator Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja Actual

No	Kode Responden	Kesenjangan Waktu Antara Rencana dan Kinerja Actual							
		Pre-Test				Post-Test			
		Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket	Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket
1	ESR	35	4	140	T	19	4	76	R
2	RE	28	4	112	S	15	4	60	R
3	SNP	29	4	116	T	13	4	52	R
Jlh Skor Total		368				188			
Rata-rata		122,6				62,6			

Pada indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual* setelah pemberian *treatment* terjadi perubahan tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi subjek penelitian. Tampak pada tabel diatas sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) prokrastinasi penyelesaian skripsi pada indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual* pada *pre-test* rata-rata 122,6 tergolong dalam kriteria tinggi, namun setelah mengikuti layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terjadi perubahan menjadi 62,6 tergolong dalam kriteria rendah.

Tabel 4.14

Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Sebelum dan Setelah Pemberian Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Pada Indikator Melakukan Aktivitas Yang Lebih Menyenangkan

No	Kode Responden	Melakukan Aktivitas Yang Lebih Menyenangkan							
		<i>Pre-Test</i>				<i>Post-Test</i>			
		Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket	Jlh Skor	Skor Skala Likert	Skor Total	Ket
1	ESR	36	4	144	T	16	4	64	R
2	RE	27	4	108	S	15	4	60	R
3	SNP	33	4	132	T	19	4	76	R
Jlh Skor Total		384				200			
Rata-rata		128				66,6			

Pada indikator melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan setelah pemberian *treatment* terjadi perubahan tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi subjek penelitian. Tampak pada tabel diatas sebelum memperoleh layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) prokrastinasi penyelesaian skripsi pada indikator melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan pada *pre-test* rata-rata 128 tergolong dalam kriteria tinggi, namun setelah mengikuti layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terjadi perubahan menjadi 66,6 tergolong dalam kriteria rendah.

4.7 Uji Hipotesis

Analisis yang digunakan untuk mengetahui layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) dapat mempengaruhi prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan FIP Unimed tahun ajaran 2016/2017, dapat diketahui melalui *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan uji Wilcoxon.

Tabel 4.15
Uji Wilcoxon

Kode Responden	X	Y	Beda (D)	Jenjang (D-Md)	Tanda Jenjang	
					+	-
ESR	139	72	67	7,2	7,2	-
RE	114	58	56	-3,6	-	-3,6
SNP	122	66	56	-3,6	-	-3,6
Total	375	196	179		7,2	-7,2

Dari tabel diatas dapat disimpulkan jadi $J_{hitung} = 7,2$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $N = 3$, maka berdasarkan daftar $J_{tabel} 0$ dengan demikian $J_{hitung} > J_{tabel}$ ($7,2 > 0$). Jadi dapat disimpulkan bahwa ada “Pengaruh Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Unimed Tahun Ajaran 2016/2017”.

4.8 Pembahasan Penelitian

Sebelum dilaksanakan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT), perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi tergolong sangat tinggi. Hal ini dibuktikan dari hasil angket dimana skor mahasiswa menunjukkan prokrastinasi penyelesaian skripsi dalam kriteria tinggi. Dalam hal ini peneliti menggunakan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) untuk mengatasi hal tersebut.

Berdasarkan tabel 4.5 dan 4.10 dapat dilihat bahwa rata-rata data *pre-test* sangat tinggi daripada rata-rata *post-test*, yaitu $125 > 65,3$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perubahan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi. Hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.16
Data Hasil Angket *Pre-test* dan Angket *Post-test*

No	Responden	Skor <i>Pre-Test</i>	Skor <i>Post-Test</i>	Skor Perubahan	Persentase (%)
1	ESR	139	72	67	48,20%
2	RE	114	58	56	49,12%
3	SNP	122	66	56	45,90%
Jumlah		375	196	179	47,73%
Nilai Tertinggi		139	72		48,20%
Nilai Terendah		114	58		49,12%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui perubahan skor angket yang diperoleh oleh masing-masing mahasiswa. Berikut ini adalah uraian penurunan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa yang menjadi subjek penelitian :

- Prokrastinasi (penundaan) penyelesaian skripsi ESR memiliki nilai *pre-test* (sebelum diberi layanan) sebesar 139 dalam kriteria tinggi dan nilai *post-test* (setelah diberi layanan) 72 dalam kriteria rendah. Dengan demikian ESR mengalami penurunan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi sebesar 67 atau 48,20%.
- Prokrastinasi (penundaan) penyelesaian skripsi RE memiliki nilai *pre-test* (sebelum diberi layanan) sebesar 114 dalam kriteria tinggi dan nilai *post-test* (setelah diberi layanan) 58 dalam kriteria rendah. Dengan demikian RE mengalami penurunan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi sebesar 56 atau 49,12%.
- Prokrastinasi (penundaan) penyelesaian skripsi SNP memiliki nilai *pre-test* (sebelum diberi layanan) sebesar 122 dalam kriteria tinggi dan nilai *post-test* (setelah diberi layanan) 66 dalam kriteria rendah. Dengan demikian SNP mengalami penurunan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi sebesar 56 atau 46,90%

Berdasarkan uraian diatas dapat terlihat penurunan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa sebelum dan setelah diberikan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT). Sebelum diberikan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy*

(CBT) terdapat rata-rata prokrastinasi penyelesaian skripsi sebesar 125 dan setelah diberikan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terdapat rata-rata prokrastinasi penyelesaian skripsi sebesar 65,3 sehingga perubahan prokrastinasi penyelesaian skripsi yang terjadi pada mahasiswa adalah 47,76%.

Penundaan penyelesaian skripsi dikarenakan adanya keyakinan *irrational* yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan *irrational* tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan suatu hal, seperti : memandang tugas skripsi sebagai beban yang berat/sulit dan tidak menyenangkan, serta takut mengalami kegagalan. Akibatnya, ia merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas skripsinya secara memadai, sehingga ia menunda menyelesaikan tugas tersebut. Solomon dan Rothblum, 1984 (dalam Ghufron & Rini 2014).

Layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan (*treatment*) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, memperbaiki perilaku yang tidak sesuai, dan fungsi kognisi yang terhambat, juga mengubah pemikiran yang *irrational* menjadi rasional.

Ketika melakukan tindakan penelitian ini peneliti menemukan beberapa kesulitan dalam melakukan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT), yakni : 1) menentukan waktu dan tempat untuk melaksanakan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) cukup sulit karena mahasiswa yang menjadi responden jarang ke kampus dan sudah bekerja; 2) tidak semua konseli dapat cepat merespon

komunikasi dari peneliti untuk dijumpai; 3) sulit menentukan kesepakatan waktu dan tempat untuk pertemuan selanjutnya. Namun, pada akhirnya setelah diberikan pemahaman yang mendalam mengenai pentingnya layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) semua kendala tersebut dapat diatasi dengan baik oleh peneliti.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) dapat mempengaruhi prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan FIP Unimed tahun ajaran 2016/2017. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Hal ini dapat kita lihat dari analisis verbatim layanan konseling individual.

Berdasarkan ini dapat dikemukakan hipotesis penelitian ini “Ada pengaruh dari layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terhadap prokrastinasi penyelesaian skripsi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan FIP Unimed tahun ajaran 2016/2017” dapat diterima.

THE
Character Building
UNIVERSITY