

Lampiran 1

SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

(BELUM VALID)

Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah terlebih dahulu pernyataan di bawah ini sebelum Anda memberi jawaban.
2. Mohon dengan hormat bantuan dan kesediaan Anda untuk menjawab seluruh pertanyaan yang disediakan
3. Anda diminta menjawab pernyataan sesuai dengan pendapat dan kecenderungan Anda, tanpa dipengaruhi oleh pihak lain.
4. Berikan tanda checklist (✓) pada setiap jawaban yang menurut Anda paling sesuai pada kolom yang disediakan.

Contoh :

Saya suka bermain *facebook* seharian dibandingkan mengerjakan tugassekolah.

STS	TS	S	SS
			✓

Keterangan :

STS = Sangat Tidak Setuju

TS = Tidak Setuju

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sering menunda-nunda pengumpulan tugas				
2	Walaupun kegiatan saya padat, tugas-tugas sekolah saya tidak pernah terbengkalai.				
3	Saya pandai mengatur waktu antara mengerjakan tugas dan kumpul bersama teman.				
4	Saya memilih mencari bahan referensi di perpustakaan untuk mengerjakan tugas sebelum pulang ke rumah.				
5	Saya kesulitan dalam memulai menyelesaikan tugas meskipun saya tahu betapa pentingnya untuk memulai mengerjakan tugas tersebut.				
6	Saya terlambat mengumpulkan tugas-tugas sekolah sesuai jadwal yang ditetapkan guru.				
7	Saya mengalami kesulitan dalam memenuhi <i>deadline</i> menyelesaikan tugas sekolah				
8	Saya terlambat menyalin soal-soal yang ada di papan tulis sehingga banyak soal yang tidak saya kerjakan.				
9	Saya lebih suka menerima tawaran teman untuk berjalan-jalan daripada mengerjakan tugas sekolah.				
10	Saya menunda memulai pekerjaan yang harus saya lakukan.				
11	Saya memerlukan waktu tambahan untuk menyelesaikan tugas yang diberikan guru.				
12	Saya tidak bersemangat untuk mengerjakan tugas sekolah sampai selesai tepat waktu.				
13	Saya segera menyelesaikan tugas yang diberi oleh guru.				
14	Waktu yang saya butuhkan untuk menyelesaikan tugas sekolah lebih lama dari yang sudah saya rencanakan.				
15	Saya selalu mengerjakan tugas tepat waktu sesuai rencana.				
16	Saya lebih memilih menonton acara televisi daripada membaca untuk ujian.				

17	Saya rajin mengulang materi yang diajarkan guru di sekolah.				
18	Saya akan mengerjakan tugas kalau waktunya tinggal sehari untuk dikumpulkan.				
19	Saya mampu menyelesaikan tugas yang diberikan guru sebelum tugas tersebut diminta untuk dikumpulkan.				
20	Saya rajin mengerjakan tugas-tugas sekolah.				
21	Saya suka menumpuk-numpuk tugas sekolah.				
22	Saya tidak takut dimarahi guru karena terlambat mengumpulkan tugas.				
23	Saya segera mengerjakan tugas yang diberikan guru setelah dibagikan.				
24	Saya berpikir tidak masalah jika terlambat mengumpulkan tugas, yang penting bagi saya tugasnya saya kumpulkan.				
25	Saya tidak menepati waktu yang sudah saya rencanakan untuk mengerjakan tugas.				
26	Jadwal kegiatan yang telah saya buat tidak saya laksanakan tepat waktu.				
27	Saya tidak kesulitan menyelesaikan tugas dengan batas waktu yang ditentukan.				
28	Saya mengerjakan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan.				
29	Saya sering membolos tidak masuk sekolah.				
30	Saya lebih memilih bermain <i>game</i> daripada belajar.				
31	Saya tidak merasa bersalah menolak ajakan teman untuk jalan-jalan pada saat saya harus belajar.				
32	Saya tidak bisa tenang pergi dengan teman-teman ketika tugas sekolah saya belum selesai.				
33	Saya belajar untuk menghadapi ujian dengan sistem SKS(Sistem Kebut Semalam).				
34	Saya menunda menyelesaikan tugas, meskipun tugas tersebut penting.				
35	Menunda tugas sampai besok adalah bukan cara yang biasa saya lakukan.				

36	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan yang saya rencanakan.				
37	Saya selalu terlambat mengumpulkan tugas dibanding teman-teman yang lain.				
38	Saya tidak merasa bersalah terlambat mengumpulkan tugas.				
39	Saya kesulitan mengatur waktu untuk mengerjakan tugas sekolah yang diberikan guru.				
40	Saya menyelesaikan tugas sekolah lebih cepat dari waktu yang telah ditentukan guru.				
41	Saya sudah merencanakan tugas mana yang harus saya kerjakan terlebih dahulu sehingga semua tugas yang diberikan dapat selesai tepat waktu.				
42	Saya selalu diburu-buru waktu karena saya tidak mengerjakan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan.				
43	Saya merasa nyaman bila tugas sekolah saya selesai tepat pada waktunya.				
44	Saya mengobrol dengan teman ketika pelajaran diberikan di dalam kelas.				
45	Saya pergi ke kantin ketika jam pelajaran berlangsung.				
46	Saya akan meluangkan waktu belajar dan mengerjakan semua tugas karena saya telah berkomitmen kepada diri sendiri.				
47	Meskipun menonton bioskop bersama teman lebih menggoda, saya lebih mengutamakan menyelesaikan tugas sekolah.				
48	Saat menjelang ujian semua kegiatan bermain bersama teman saya hentikan dan berkonsentrasi untuk belajar.				
49	Saya menunda-nunda pekerjaan sekolah yang tidak saya sukai.				
50	Saya merasa nyaman bila tugas sekolah saya selesai tepat pada waktunya.				
51	Saya terlambat mengumpulkan tugas dalam kegiatan kelompok sehingga teman-teman marah.				

52	Saya selalu belajar kelompok dengan teman mengenai tugas yang diberikan guru sehingga tugas tersebut dapat selesai tepat waktu.				
53	Saya sulit membagi waktu antara mengerjakan tugas-tugas sekolah dengan waktu bermain bersama teman.				
54	Saya melakukan rencana yang saya buat dengan tepat waktu.				
55	Saya masih sempat membuka <i>facebook</i> walaupun saya belum belajar untuk ujian besok.				
56	Saya lebih memilih belajar di rumah daripada bermain dengan teman.				

Lampiran 3

PERHITUNGAN VALIDITAS ANGKET PROKRASTINASI

Validitas butir angket perilaku Prokrastinasi dengan rumus Product Moment, yaitu :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - (\sum x)^2)(N \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi tiap item

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat skor item

N = Banyaknya subjek uji coba

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat skor total

$\sum x$ = Jumlah skor item

$\sum xy$ = jumlah perkalian skor item

$\sum y$ = Jumlah skor total

(X) dan skor total (Y)

Untuk mengetahui validitas angket perilaku Prokrastinasi, rhitung dibandingkan dengan rtabel pada taraf signifikan 5%. Sebagai perhitungan koefisien korelasi antara item nomor 1 dengan skor total sebagai berikut :

$$\sum X = 77$$

$$\sum x^2 = 211$$

$$\sum XY = 9546$$

$$\sum Y = 3688$$

$$\sum y^2 = 459732$$

$$N=30$$

Sehingga r hitung adalah:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - (\sum x)^2)(N \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{(30 \times 9546) - (77)(3688)}{\sqrt{(30 \times 211 - (77)^2)(30 \times 459732 - (3688)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{2404}{\sqrt{(401)(190616)}}$$

$$r_{xy} = \frac{2404}{8742.82}$$

$$r_{xy} = 0.275$$

Secara lengkapnya disajikan perhitungannya lengkap validitas angket Prokrastinasi dibawah ini:

Daftar Validitas Angket

No.	Rhitung	Rtabel	Status
1.	0.275	0.361	Tidak Valid
2.	0.266	0.361	Tidak Valid
3.	0.331	0.361	Tidak Valid
4.	0.344	0.361	Tidak Valid
5.	0.404	0.361	Valid
6.	0.042	0.361	Tidak Valid
7.	0.247	0.361	Tidak Valid
8.	0.593	0.361	Valid
9.	0.541	0.361	Valid
10.	0.651	0.361	Valid
11.	0.295	0.361	Tidak Valid
12.	-0.379	0.361	Tidak Valid
13.	0.643	0.361	Valid
14.	0.224	0.361	Tidak Valid
15.	0.254	0.361	Tidak Valid
16.	0.549	0.361	Valid
17.	0.186	0.361	Tidak Valid
18.	-0.015	0.361	Tidak Valid
19.	0.545	0.361	Valid

20.	0.622	0.361	Valid
21.	0.674	0.361	Valid
22.	0.268	0.361	Tidak Valid
23.	0.310	0.361	Tidak Valid
24.	-0.240	0.361	Tidak Valid
25.	0.398	0.361	Valid
26.	0.545	0.361	Valid
27.	0.341	0.361	Tidak Valid
28.	0.677	0.361	Valid
29.	0.542	0.361	Valid
30.	0.548	0.361	Valid
31.	-0.313	0.361	Tidak Valid
32.	0.255	0.361	Tidak Valid
33.	-0.035	0.361	Tidak Valid
34.	0.519	0.361	Valid
35.	0.465	0.361	Valid
36.	0.366	0.361	Valid
37.	0.301	0.361	Tidak Valid
38.	0.508	0.361	Valid
39.	0.429	0.361	Valid
40.	0.504	0.361	Valid
41.	0.261	0.361	Tidak Valid
42.	0.440	0.361	Valid
43.	0.603	0.361	Valid
44.	0.779	0.361	Valid
45.	0.326	0.361	Tidak Valid
46.	0.559	0.361	Valid
47.	0.656	0.361	Valid
48.	0.498	0.361	Valid
49.	0.540	0.361	Valid
50.	0.610	0.361	Valid
51.	0.396	0.361	Valid
52.	0.373	0.361	Valid
53.	0.281	0.361	Tidak Valid
54.	0.371	0.361	Valid
55.	0.516	0.361	Valid
56.	0.428	0.361	Valid

Lampiran 4

UJI RELIABILITAS

Reliabilitas angket prokrastinasi siswa dihitung dengan menggunakan rumus alpha :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

- r_{11} = Realibitas instrument
 k = Banyaknya butir soal
 $\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir
 σ_t^2 = Varians total

Untuk mencari varians butir digunakan rumus:

$$\sigma_b^2 = \frac{\sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{N}}{N}$$

Sebagai contoh perhitungan, dari data uji coba angket sikap Prokrastinasi siswa dapat dihitung item nomor 8 sebagai berikut :

$$\begin{aligned} \sum X &= 62 \\ \sum X^2 &= 144 \\ N &= 30 \end{aligned}$$

Sehingga Varians item no 5 diperoleh:

$$\sigma_b^2 = \frac{144 - \frac{(62)^2}{30}}{30}$$

$$\sigma_b^2 = \frac{144 - \frac{(3844)}{30}}{30}$$

$$\sigma_b^2 = \frac{144 - 128.1}{30}$$

$$\sigma_b^2 = \frac{15.9}{30}$$

$$\sigma_b^2 = 0,53$$

Dengan cara menghitung seperti pada butir item nomor 8 di atas, maka varians butir dari nomor 8 sampai selanjutnya ditentukan. Hasil seperti ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

Perhitungan Reliabilitas Angket Prokrastinasi

No. Item	Varians Butir (σ_b^2)	No. Item	Varians Butir (σ_b^2)	No. Item	Varians Butir (σ_b^2)
1.	-	19	0,517	37	-
2	-	20	0,477	38	0,482
3	-	21	0,632	39	0,566
4	-	22	-	40	0,516
5	0,489	23	-	41	-
6	-	24	-	42	0,499
7	-	25	0,356	43	0,877
8	0,589	26	0,627	44	0,489
9	0,366	27	-	45	-
10	0,383	28	0,649	46	0,333
11	-	29	0,446	47	0,366
12	-	30	0,512	48	0,343
13	0,427	31	-	49	0,712
14	-	32	-	50	0,383
15	-	33	-	51	0,357
16	0,366	34	0,729	52	0,406
17	-	35	0,357	53	-
18	-	36	0,182	54	0,766
				55	0,472
				56	0,490

Varians total dihitung dengan rumus :

$$\sigma_t^2 = \frac{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}}{N} \text{ dari data uji coba diperoleh :}$$

$$N = 30$$

$$\sum Y = 3688$$

$$\sum Y^2 = 459732$$

sehingga varians total adalah :

$$\sigma_t^2 = \frac{459732 - \frac{(3688)^2}{30}}{30} = 211,795$$

Maka reliabilitas angket :

$$\begin{aligned} r_{11} &= \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right) \\ &= \left(\frac{56}{56-1} \right) \times \left(1 - \frac{28,064}{211,789} \right) \\ &= (1,018) \times (1-0,132) \\ &= (1.018) \times (0,868) \\ &= 0,883 \end{aligned}$$

Sehingga diperoleh reliabilitas angket Prokrastinasi yaitu $r_{11} = 0,897$. Nilai r_{11} (0,883) > rtabel (0,361) maka variabel ini adalah reliabel. Setelah dibandingkan dengan indeks korelasi termasuk dalam kategori tinggi. Dapat disimpulkan bahwa angket Prokrastinasi telah memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Lampiran 5

SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

(VALID)

Petunjuk Pengisian :

1. Bacalah terlebih dahulu pernyataan di bawah ini sebelum Anda memberi jawaban.
2. Mohon dengan hormat bantuan dan kesediaan Anda untuk menjawab seluruh pertanyaan yang disediakan.
3. Anda diminta menjawab pernyataan sesuai dengan pendapat dan kecenderungan Anda, tanpa dipengaruhi oleh pihak lain.
4. Berikan tanda checklist (✓) pada setiap jawaban yang menurut Anda paling sesuai pada kolom yang disediakan.

Contoh :

Saya suka bermain *facebook* seharian dibandingkan mengerjakan tugas sekolah.

STS	TS	S	SS
			✓

Keterangan :

STS = Sangat Tidak Setuju

TS = Tidak Setuju

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya kesulitan dalam memulai menyelesaikan tugas meskipun saya tahu betapa pentingnya untuk memulai mengerjakan tugas tersebut.				
2.	Saya terlambat menyalin soal-soal yang ada di papan tulis sehingga banyak soal yang tidak saya kerjakan.				
3.	Saya lebih suka menerima tawaran teman untuk berjalan-jalan daripada mengerjakan tugas sekolah.				
4.	Saya menunda memulai pekerjaan yang harus saya lakukan.				
5.	Saya segera menyelesaikan tugas yang diberi oleh guru.				
6.	Saya lebih memilih menonton acara televisi daripada membaca untuk ujian.				
7.	Saya mampu menyelesaikan tugas yang diberikan guru sebelum tugas tersebut diminta untuk dikumpulkan.				
8.	Saya rajin mengerjakan tugas-tugas sekolah.				
.	Saya suka menumpuk-numpuk tugas sekolah.				
10.	Saya tidak menepati waktu yang sudah saya rencanakan untuk mengerjakan tugas.				
11.	Jadwal kegiatan yang telah saya buat tidak saya laksanakan tepat waktu.				
12.	Saya mengerjakan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan.				
13.	Saya sering membolos tidak masuk sekolah.				
14.	Saya lebih memilih bermain <i>game</i> daripada belajar.				
15.	Saya menunda menyelesaikan tugas, meskipun tugas tersebut penting.				
16.	Menunda tugas sampai besok adalah bukan cara yang biasa saya lakukan.				
17.	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan yang saya rencanakan				
18.	Saya tidak merasa bersalah terlambat				

	mengumpulkan tugas.				
19.	Saya kesulitan mengatur waktu untuk mengerjakan tugas sekolah yang diberikan guru.				
20.	Saya menyelesaikan tugas sekolah lebih cepat dari waktu yang telah ditentukan guru.				
21.	Saya selalu diburu-buru waktu karena saya tidak mengerjakan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan.				
22.	Saya merasa nyaman bila tugas sekolah saya selesai tepat pada waktunya.				
23.	Saya mengobrol dengan teman ketika pelajaran diberikan di dalam kelas.				
24.	Saya akan meluangkan waktu belajar dan mengerjakan semua tugas karena saya telah berkomitmen kepada diri sendiri.				
25.	Meskipun menonton bioskop bersama teman lebih menggoda, saya lebih mengutamakan menyelesaikan tugas sekolah.				
26.	Saat menjelang ujian semua kegiatan bermain bersama teman saya hentikan dan berkonsentrasi untuk belajar.				
27.	Saya menunda-nunda pekerjaan sekolah yang tidak saya sukai.				
28.	Saya merasa nyaman bila tugas sekolah saya selesai tepat pada waktunya.				
29.	Saya terlambat mengumpulkan tugas dalam kegiatan kelompok sehingga teman-teman marah.				
30.	Saya selalu belajar kelompok dengan teman mengenai tugas yang diberikan guru sehingga tugas tersebut dapat selesai tepat waktu.				
31.	Saya melakukan rencana yang saya buat dengan tepat waktu.				
32.	Saya masih sempat membuka <i>facebook</i> walaupun saya belum belajar untuk ujian besok.				
33.	Saya lebih memilih belajar di rumah daripada bermain dengan teman.				

Lampiran 6

Tabel 4.4 Hasil Data Pre-Test Prokrastinasi

No subjek	No item																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	4	4	4	3	4	3	2	1	4	2	2	3	1	1	4	2	3	4
2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	1
3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	1	4	2	1	4	3
4	3	3	2	1	2	3	3	3	2	1	3	3	4	3	3	1	2	4
5	4	4	3	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	3	4	2	4	4
6	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	4
7	4	3	3	2	1	4	3	2	2	4	3	1	2	2	3	3	3	3
8	5	4	3	2	4	2	2	2	3	3	3	4	2	3	4	4	4	2
9	2	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	2
10	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	2	3	4	2	2	2	4	4

No subjek	No item																ΣY	ΣY^2
	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
1	4	4	4	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	98	9604	
2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	1	2	3	4	4	82	6724	
3	4	3	3	2	1	4	4	3	2	3	2	4	3	4	3	102	10404	
4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	2	3	3	4	1	4	92	8464	
5	3	4	3	2	2	2	4	2	2	3	4	2	2	4	4	102	10404	
6	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	1	4	3	100	10000	
7	3	4	4	4	4	3	2	2	3	3	2	2	4	3	2	91	8281	
8	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	98	9604	
9	4	2	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	2	103	10609	
10	2	1	4	3	2	2	2	4	3	1	4	4	3	3	3	100	10000	
JUMLAH																968	94094	

Lampiran 7

Tabel 4.7 Hasil Data Post-test Prokrastinasi

No subjek	No item																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	3
2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	2	2	1	2
3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3
4	1	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2
5	1	1	3	3	2	4	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2
6	3	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	3	2	1	2	3	2	1
7	1	1	2	2	2	1	2	3	1	2	2	4	2	1	2	2	2	1
8	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	2	3	1	3	2	2	1
9	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	3	2	1
10	1	1	3	3	1	1	2	1	1	3	4	2	2	1	2	3	2	1

No subjek	No item																ΣY	ΣY^2
	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
1	1	2	2	3	1	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	53	2809	
2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	50	2500	
3	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	2	61	3721	
4	2	2	4	2	1	21	2	2	1	1	2	3	2	1	2	62	3844	
5	2	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	3	53	2809	
6	2	2	2	4	2	2	1	2	1	3	2	3	2	1	2	59	3481	
7	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	3	59	3481	
8	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	62	3844	
9	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	1	58	3364	
10	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	61	3721	
Jumlah																578	33574	

Lampiran 8

DATA PRE-TEST DAN POST-TEST UNTUK DATA PROKRASTINASI

No.	Pre-test		Post-test	
	X_A	X_A^2	X_B	X_B^2
1.	98	9604	53	2809
2.	82	6724	50	2500
3.	102	10404	61	3721
4.	92	8464	62	3844
5.	102	10404	53	2809
6.	100	10000	59	3481
7.	91	8281	59	3481
8.	98	9604	62	3844
9.	103	10609	58	3364
10.	100	10000	61	3721
Jumlah	968	94094	578	33574
Rata-rata (M)	96. 8		57.8	
Standard Deviasi (SD)				

Lampiran 9

Perhitungan Kategori Prokrastinasi Siswa Sebelum Diberi

Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa SMK Negeri 4 Medan Tahun Ajaran

2014/2015

No	Skor	Kategori Angket
1.	98	Sedang
2	82	Sedang
3	102	Tinggi
4	92	Sedang
5	102	Tinggi
6	100	Sedang
7	91	Sedang
8	98	Sedang
9	103	Tinggi
10	100	Sedang

Setelah diketahui jumlah skor angket Prokrastinasi sebelum diberi layanan bimbingan kelompok diperoleh:

$$\text{Skor maksimal ideal} = 33 \times 4 = 132$$

$$\text{Skor minimal ideal} = 33 \times 1 = 33$$

$$\text{rentang} = \frac{\text{skor maksimal ideal} - \text{skor minimal ideal}}{3}$$

$$\text{rentang} = \frac{132 - 33}{3} = 33$$

Maka kategori Prokrastinasi sebelum diberi layanan bimbingan kelompok adalah :

- 1. 33 - 66 = termasuk kategori rendah
- 2. 67 - 100 = termasuk kategori sedang
- 101 - 134 = termasuk kategori tinggi

Dari hasil perhitungan diperoleh :

- 3 orang siswa memiliki Perilaku Prokrastinasi tinggi dalam kategori Tinggi.
- 7 orang siswa memiliki Perilaku Prokrastinasi sedang dalam kategori sedang.

Jika dikonsultasikan kategori Prokrastinasi sebelum diberi layanan bimbingan kelompok di SMK Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2014/2015 dengan nilai rata-rata yang ada yakni 96.8 dalam kategori sedang karena berada pada rentang 67 - 100.

Lampiran 10

Perhitungan Kategori Prokrastinasi Siswa Setelah Diberi

Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa SMK Negeri 4 Medan Tahun Ajaran

2014/2015

No	Skor	Kategori Angket
1.	53	Rendah
2	50	Rendah
3	61	Rendah
4	62	Rendah
5	53	Rendah
6	59	Rendah
7	59	Rendah
8	62	Rendah
9	58	Rendah
10	61	Rendah

Dari hasil perhitungan diperoleh :

- 10 orang siswa memiliki perilaku prokrastinasi rendah dalam kategori rendah.

Jika dikonsultasikan kategori Prokrastinasi setelah diberi layanan bimbingan kelompok di SMK Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2014/2015 dengan nilai rata-rata yang ada yakni 60 dalam kategori rendah karena berada pada rentang 67 - 100.

Lampiran 11

PERHITUNGAN HARGA RATA-RATA (M), STANDARD DEVIASI (SD) DATA PRE-TEST PROKRASTINASI

a. Harga Rata-rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus :

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

M = Harga rata-rata

$\sum X$ = Jumlah Aljabar X

N = Jumlah sampel

Diperoleh :

$$\sum X = 968$$

$$\sum X^2 = 94094$$

$$N = 10$$

$$\begin{aligned} \text{Maka } M &= \frac{\sum X}{N} \\ &= \frac{968}{10} = 96.8 \end{aligned}$$

a. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi (SD) dihitung dengan rumus :

$$SD = \sqrt{\frac{(N \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2}{N(N - 1)}}$$

Keterangan :

$\sum X$ = Jumlah Aljabar X

X^2 = Jumlah Aljabar Kuadrat X

N = Jumlah Sampel

Maka :

$$\begin{aligned} SD &= \sqrt{\frac{(10 \cdot 94094) - (968)^2}{10(10 - 1)}} = \sqrt{43,51} \\ &= 6,5 \end{aligned}$$

Lampiran 12**PERHITUNGAN HARGA RATA-RATA (M), STANDARD DEVIASI (SD) DATA****POST-TEST PROKRASINASI****a. Harga Rata-rata (M)**

Harga rata-rata dihitung dengan rumus :

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

M = Harga rata-rata

$\sum X$ = Jumlah Aljabar X

N = Jumlah sampel

Diperoleh :

$$\sum X = 578$$

$$\sum X^2 = 33574$$

$$N = 10$$

$$\text{Maka } M = \frac{\sum X}{N}$$

$$= \frac{578}{10} = 57,8$$

THE
Character Building
UNIVERSITY

b. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi (SD) dihitung dengan rumus :

$$SD = \sqrt{\frac{(N \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

$\sum X$ = Jumlah Aljabar X

X^2 = Jumlah Aljabar Kuadrat X

N = Jumlah Sampel

Maka :

$$\begin{aligned} SD &= \sqrt{\frac{(10 \cdot 33574) - (578)^2}{10(10-1)}} \\ &= \sqrt{18,4} \\ &= 4,28 \end{aligned}$$

Lampiran 13

UJI HIPOTESIS

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dicari mean beda dan simpangan baku beda. Untuk mempermudah perhitungan maka dibuat tabel tabulasi data pre-test dan post-test sebagai berikut:

Tabulasi Pre-Test dan Post-Test Prokrastinasi Siswa

No.	Pre-Test (XA)	Post-Test (XB)	XA - XB (D)	Peringkat	Tanda Peringkat +	Tanda Peringkat -
1.	98	53	45	8	8	
2.	82	50	32	2	2	
3.	102	61	41	6	6	
4.	92	62	30	1	1	
5.	102	53	49	10	10	
6.	100	59	41	7	7	
7.	91	59	32	3	3	
8.	98	62	36	4	4	
9.	103	58	45	9	9	
10.	100	61	39	5	5	
Σ	968	578	390		55	0

Dari tabel diatas terdapat J terkecil yaitu 0, jadi $J_{hitung} = 0$. Dengan $\alpha = 0.05$ dan $n = 10$, maka $J_{tabel} = 8$. Dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} < J_{tabel} = (0 < 8)$ H_0 ditolak, jadi dapat disimpulkan bahwa “Ada Pengaruh Yang Signifikan Antara Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Terhadap Prokrastinasi Siswa Kelas SMK Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2014/ 2015, atau Hipotesis dapat diterima.

Pengujian hipotesis di atas, dapat lebih diperkuat dengan perhitungan persamaan rumus, jumlah jenjang terkecil lah yang digunakan. Dalam hal percobaan ini nilai 0 yang digunakan ke persamaan. adapun persamaannya adalah untuk landasan pengujian dipergunakan nilai Z.

$$Z = \frac{T - E(T)}{\sigma_T}$$

Kriteria keputusan pengujiannya adalah :

$$H_0 \text{ ditolak apabila } Z \leq Z_{\alpha/2}$$

$$H_0 \text{ diterima apabila } Z \geq Z_{\alpha/2}$$

Dan nilai diatas dicari dengan

$$\begin{aligned} E(T) &= \frac{n(n+1)}{4} \\ &= 10(10+1)/4 \end{aligned}$$

$$= 110/4$$

$$= 27,5$$

$$\sigma_T = \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

$$= \sqrt{\frac{10(10+1)(2(10)+1)}{24}}$$

$$= \sqrt{\frac{110(21)}{24}}$$

$$= \sqrt{96,25} = 9,8$$

Maka didapatlah nilai Z sebesar

$$Z = \frac{T - E(T)}{\sigma_T}$$

$$Z = \frac{0 - 27,5}{9,8}$$

$$= -2,80$$

Kriteria penerimaan menurut hipotesa statistiknya adalah :

H_0 diterima artinya tidak ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberlakukan;
n;

H_0 ditolak artinya ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberlakukan

H_0 ditolak apabila z hitung < z tabel. Karena nilai z hitung adalah -2,80 dan lebih kecil dari nilai z table yaitu -1,96. Nilai -1,96 didapat dari nilai $Z_{\alpha/2}$ yaitu nilai dari tabel $Z_{0,05/2} = Z_{0,025} = -1,96$

Maka H_0 ditolak yang artinya ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan dan artinya perlakuan yang diberikan memang memberikan efek. Sehingga Prokrastinasi siswa sesudah mendapatkan bimbingan kelompok teknik *role playing* lebih rendah daripada sebelum mendapatkan bimbingan kelompok teknik *role playing*.

THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 14

PERHITUNGAN PERUBAHAN PERILAKU PROKRASTINASI SISWA

Berdasarkan data pada awal test (pre-test) diperoleh rata-rata tingkat Prokrastinasi siswa = 968 dan test akhir (post-test) diperoleh rata-rata = 578. Maka perilaku Prokrastinasi siswa menurun setelah diberi perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *Role Playing*, (968 578). →

Perubahan interval perubahan prokrastinasi siswasetelah diberi perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik latihan asertifsebesar :

$$\begin{aligned}
 &= \frac{(968) - (578)}{968} \times 100\% \\
 &= \frac{390}{968} \times 100\% \\
 &= 40.28 \%
 \end{aligned}$$

Dari data diatas terlihat bahwa penurunan interval perilaku prokrastinasi siswasetelah diberi perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik latihan *Role Playing* adalah sebesar 40.28%.

Lampiran 15**SATUAN LAYANAN****BIMBINGAN DAN KONSELING*****Role Playing Pertemuan I***

- A. Topik Bahasan : Pengertian Prokrastinasi
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman
- E. Tujuan Layanan :
 - a. Siswa mampu memahami apa itu prokrastinasi
 - b. Siswa mengetahui apakah ia mengalami prokrastinasi
- F. Sasaran Layanan : 10 siswa yang mengalami prokrastinasi SMK Negeri 4 Medan
- G. Uraian dan Kegiatan :
 - 1. Tahap Pembentukan
 - a. Ucapan selamat datang
 - b. Do'a Bersama
 - c. Pengerian bimbingan kelompok
 - d. Tujuan bimbingan kelompok
 - e. Cara pelaksanaan
 - f. Azas bimbingan kelompok (keaktifan, keterbukaan, normatif)
 - g. Perkenalan dilanjutkan dengan ice breaking
 - 2. Tahap Peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan dijalani
 - b. Menanyakan apakah anggota sudah siap
 - c. Mempelajari suasana yang terjadi dalam kelompok
 - 3. Tahap Kegiatan
 - a. Pimpinan kelompok mengemukakan topik bahasan
 - b. Memainkan peran

NO.	Uraian Kegiatan	Waktu	Siswa
1.	Menyampaikan maksud layanan	5'	Siswa memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
2.	Memberikan informasi pengertian prokrastinasi, dan nilai-nilai yang terkandung dalam permainan peran	5'	Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
3.	Mengajak siswa untuk permainan tahap I, sebelumnya siswa dijelaskan aturan bermainnya.	15'	Siswa mengikuti permainan dengan bermain peran
4.	Evaluasi tahap I	2'	Seluruh anggota memberikan penilaian dan koreksi kesalahan sikap peran
5.	Pemeranan ulang	15'	Siswa memerankan tokoh yang sama
6.	Evaluasi pemeranan ulang	3'	Seluruh anggota memberikan penilaian, koreksi kesalahan sikap dalam pemeranan, siswa mengutarakan kesimpulan pada pemeranan

- c. Setiap anggota mengemukakan apa yang akan dilakukan setelah membahas topik tersebut (peneguhan hasrat dan komitmen)

4. Tahap Pengakhiran

- a. Pemimpin mengemukakan bahwa kegiatan akan diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota mengemukakan kesan dan hasil kegiatan
- c. Merencanakan kegiatan lanjutan
- d. Pesan dan harapan
- e. Do'a
- f. Games/sayonara

H. Metode : *Role Playing*

I. Tempat Penyelenggara: SMK Negeri 4 Medan

J. Waktu : 1 x 45 menit

K. Hari/Tanggal :

- L. Penyelenggara : Kasi Hariati
- M. Pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan perannya masing-masing. : 10 orang siswa
- N. Alat Penilaian dan tindak lanjut layanan :
- O. Rencana penilaian dan tindak lanjut layanan :
1. Penilaian Proses :
 - a. Perhatian, sikap dan totalitas siswa dalam permainan peran
 2. Penilaian Hasil :
 - a. Siswa mampu memahami prokrastinasi yang ada pada dirinya
 - b. Siswa mampu mengaplikasikan hasil permainan peran dalam kehidupan sehari-hari
- P. Keterkaitan layanan ini dengan layanan/
Kegiatana pendukung :
- Q. Kegiatan Pendukung :

.....2015

Peneliti

Kasi Hariati

DAFTAR HADIR PESERTA BIMBINGAN KELOMPOK

Sekolah : SMK Negeri 4 Medan

Hari/ Tanggal : Rabu, 6 mei 2014

Pertemuan : pertama

Waktu : 45 menit

Tempat : Ruang Kelas

Materi : Pengertian Prokrastinasi

No.	Nama Siswa	Tanda Tangan
1.	Ahmad Badawi(AB)	√
2.	Agung Wibisono(AW)	√
3.	Deni Perdana(DP)	√
4.	Doni Firmansyah(DF)	√
5.	Fahmi Riyantoni(FR)	√
6.	M. Husein(MH)	√
7.	Ridho Naufal(RN)	√
8.	Saleh Nasution(SN)	√
9.	Taufik Hidayah (TH)	√
10.	Yudha Pratama(YP)	√

Peneliti

Kasi Hariati

NIM. 1112151005

Materi

Prokrastinasi

1.1 Pengertian Prokrastinasi

Kita telah mengetahui bagaimana belajar menjadi termotivasi, bahkan mungkin kita telah mempraktekannya dan betul menjadi terpacu dan bertekad hendak melakukannya sesuai jadwal. Namun demikian, masih sering terjadi gejala dimana kita hendak melakukannya, dengan perkataan lain menunda-nunda pekerjaan manusia akan kehilangan kesempatan dan menyia-nyiakan karunia Tuhan.

Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, dikatakan sebagai orang yang melakukan Prokrastinasi

Ghufron (2014:150) Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok, atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya. Kata prokrastinasi memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas dan dilaksanakan pada lain waktu.

Solomon dan Rothblum (<http://jurnal.fkip.uns.ac.id>), “mengemukakan bahwa prokrastinasi lebih dari sekedar lamanya waktu dalam menyelesaikan tugas, tapi juga meliputi penundaan yang dilakukan secara konsisten yang disertai oleh kecemasan”. Kecemasan akan timbul ketika pelaku prokrastinasi menyadari waktu mengerjakan yang semakin sempit dan tugasnya belum selesai. Berkaitan dengan masalah pembelajaran, penundaan atau prokrastinasi dikenal dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi dapat juga dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan tidak senang terhadap tugas serta ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas.

Knaus (<http://epirintis.uny.ac.id/articale/prokrastinasi.pdf>), “berpendapat bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai trait prokrastinasi”. Artinya prokrastinasi dipandang lebih dari sekedar kecenderungan melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang tidak diselesaikan dengan sukses.

Dengan kata lain penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap, yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas dan penundaan yang diselesaikan oleh adanya keyakinan irasional dalam memandang tugas. Bisa dikatakan bahwa istilah prokrastinasi bisa dipandang dari berbagai sisi dan bahkan tergantung dari mana seseorang melihatnya.

Millgran (Ghufron & Riri Risnawati 2014:153) “ mengatakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku spesifik yang meliputi :

- 1) Suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas;
- 2) Menghasilkan akibat – akibat yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas meupun kegagalan menyelesaikan tugas;
- 3) Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah meupun tugas rumah tangga;
- 4) Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya”.

Burka dan Yuen (Ghufron dan Riri Risnawati 2014:152) “menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irasional yang dimiliki oleh seseorang prokrastinator”. Seseorang Prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera. Prokrastinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas – tugas yang penting dan bermanfaat. Akan tetapi,

dengan sengaja menunda – nunda secara berulang – ulang (komplusif), hingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah dalam dirinya.

Berdasarkan pengertian dari pemaparan diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa, “pengertian prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting”. Seseorang yang memiliki kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batasan waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu bisa dikatakan sebagai *procrastinator*.

1.2 Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka (<http://eprintis.uny.ac.id/articale/prokrastinasi.pdf>), menjelaskan ciri - ciri seorang pelaku prokrastinasi antara lain :

- a. Prokrastinator lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugastugasnya.
- b. Berpendapat lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, dan menunda pekerjaan adalah bukan suatu masalah.
- c. Terus mengulang perilaku prokrastinasi
- d. Pelaku prokrastinasi akan kesulitan dalam mengambil keputusan.
- e. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan (seperti ngobrol, nonton, mendengarkan musik, jalan-jalan, dll)
- f. Kesalahan persepsi tentang hidup.
- g. Merasa kewalahan.
- h. Takut gagal.

Menurut Ferrari (Ghufron, 2014:158), mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat terminifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam ciri-ciri tertentu berupa:

1. Penundaan Untuk Memulai Maupun Menyelesaikan Kerja Pada Tugas.

Untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi siswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya

2. Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas.

Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, jadi siswa 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, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya siswa dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.

3. Kesenjangan Waktu Antara Rencana Dan Kinerja Aktual.

Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, maksudnya siswa yang melakukan prokrastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan akan tetapi ketika saatnya tiba tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai dengan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harusnya dikerjakan.

4. Melakukan Aktivitas Yang Lebih Menyenangkan.

Siswa yang melakukan prokrastinasi dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Berdasarkan pendapat diatas, peneliti dapat menyimpulkan “ bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan”.

1.3 Jenis – Jenis Prokrastinasi

Menurut Ellis dan Knaus (http://library.ac.id/eThesisdoc/tinjauan_pustaka-prokrastinasi/2012-2-00065-PS), “ prokrastinasi merupakan hasil dari penyimpangan kognisi, yaitu terbentuknya pola pikir yang salah dan bentuk kegagalan untuk memulai atau menyelesaikan tugas/aktivitas yang berkaitan dengan waktu yang terbata”.

Adanya penundaan pekerjaan yang biasa dilakukan seseorang ini berkaitan dengan batas waktu yang ditentukan. Ada kalanya seseorang menunda-nunda mengerjakan sesuatu hanya karena batas waktu yang ditentukan masih lama. Seseorang melakukan penundaan karena alasan untuk menghindari hasil yang buruk, sehingga prokrastinasi itu dapat bermakna positif maupun negatif. Prokrastinasi bisa bermakna positif bila penundaan itu dilakukan untuk menghindari keputusan yang impulsif dan tanpa pemikiran yang matang, dan bisa pula bermakna negatif bila itu dilakukan tanpa tujuan yang pasti.

Menurut Ferrari (Ghufron & Riri Risnawati 2014:154) prokrastinasi memiliki 2 bentuk, yaitu:

1. Prokrastinasi *fungsional*, yaitu penundaan pelaksanaan tugas untuk mencari data yang lebih lengkap sehingga tugas yang dikerjakan menjadi sempurna.
2. Prokrastinasi *disfungsional*, yaitu penundaan penyelesaian tugas tanpa arah yang jelas yang berakibat buruk dan menimbulkan masalah.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti dapat menyimpulkan “bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu prokrastinasi yang *dysfunctional* (yang menampakan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan diri sendiri) dan prokrastinasi *fungsional*, (yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu tugas terselesaikan dengan baik). Penelitian ini dibatasi pada jenis prokrastinasi penundaan tugas yang berakibat buruk dan menimbulkan masalah bagi dirinya sendiri (*disfungsional*). *Disfungsional* yaitu penundaan penyelesaian tugas tanpa arah yang jelas yang berakibat buruk dan menimbulkan masalah bagi dirinya sendiri.

Hal ini dikarenakan kurangnya pemahaman yang dimiliki siswa yang membuat mereka tidak mengetahui akibat dari penundaan tugas yang mereka anggap tidak penting. Ini disebabkan karena tidak selalu apa yang diinginkan oleh seseorang akan berjalan sesuai dengan yang diinginkan. Terkadang dalam menjalankan suatu tugas siswa harus memilih mana yang paling penting dari yang terpenting. Pemilihan seperti ini lah yang sering membuat siswa menunda – ninda tugasnya demi hal yang lebih penting lagi. Jika hal ini terus menerus dibiarkan dan tidak dibantu, maka akan berpengaruh terhadap keberhasilannya dimasa yang akan datang.

1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

(Bruno, 1998; Millgram, & Ferrari, dkk, dalam Ghufron & Riri Risnawati 2014:164). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal

Faktor internal yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu, yaitu:

a. Kondisi Fisik Individu

Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak. Namun tingkat intelegensi seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Karena prokrastinasi sering disebabkan oleh keyakinan – keyakinan yang irasional.

b. Kondisi Psikologis Individu

Menurut Millgram dkk (Ghufron & Riri Risnawati 2014:164). Trait kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan social yang tercermin dalam self regulation dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain; rendahnya kontrol diri.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu antara lain berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *lenient*.

a. Gaya Pengasuhan Orangtua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete (Ghufron & Riri Risnawati 2014:165), menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak wanita, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak wanita yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak wanita yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

b. Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan (Millgram dalam M. N. Ghufron & Riri Risnawati 2014:166). Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang dalam.

Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu. Faktor tersebut dapat menjadi munculnya perilaku prokrastinasi maupun menjadi faktor kondusif yang akan menjadi katalisator sehingga perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat dengan adanya pengaruh faktor tersebut

Lampiran 16**SATUAN LAYANAN****BIMBINGAN DAN KONSELING*****Role Playing pertemuan II***

- A. Topik Bahasan : Masalah Yang Timbul Akibat Prokrastinasi
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pencegahan
- E. Tujuan Layanan :
1. Siswa memahami Dampak Prokrastinasi pada dirinya
 2. Siswa mampu mencegah dampak prokrastinasi pada dirinya untuk prestasi yang lebih baik
- F. Sasaran Layanan : 10 siswa yang mengalami prokrastinasi
SMK Negeri 4 Medan
- G. Uraian dan Kegiatan Materi :
1. Tahap Pembentukan
 - a. Ucapan selamat datang
 - b. Do'a Bersama
 - c. Mengulang kesimpulan hasil pertemuan sebelumnya
 2. Tahap Peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan dijalani
 - b. Menanyakan apakah anggota sudah siap
 - c. Mempelajari suasana yang terjadi dalam kelompok
 3. Tahap Kegiatan
 - a. Pimpinan kelompok mengemukakan topik bahasan
 - b. Memainkan peran

NO.	Uraian Kegiatan	Waktu	Siswa
1.	Menyampaikan maksud layanan	5'	Siswa memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
2.	Memberikan informasi tentang dampak prokrastinasi, dan nilai-nilai yang terkandung dalam skenario yang dimainkan	5'	Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
3.	Mengajak siswa untuk permainan tahap I, sebelumnya siswa kembali dijelaskan aturan bermainnya.	15'	Siswa mengikuti permainan dengan bermain peran
4.	Evaluasi tahap I	2'	Seluruh anggota memberikan penilaian dan koreksi kesalahan sikap peran
5.	Pemeranan ulang	15'	Siswa memerankan tokoh yang sama
6.	Evaluasi pemeranan ulang	3'	Seluruh anggota memberikan penilaian, koreksi kesalahan sikap dalam pemeran, siswa mengutarakan kesimpulan pada pemeranan

c. Setiap anggota mengemukakan apa yang akan dilakukan setelah membahas topik tersebut (peneguhan hasrat dan komitmen)

4. Tahap Pengakhiran

- a. Pemimpin mengemukakan bahwa kegiatan akan diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota mengemukakan kesan dan hasil kegiatan
- c. Merencanakan kegiatan lanjutan
- d. Pesan dan harapan
- e. Do'a
- f. Games/sayonara

H. Metode : *Role Playing*

I. Tempat Penyelenggara: SMK Negeri 4 Medan

J. Waktu : 1 x 45 menit

K. Hari/Tanggal :

L. Penyelenggara : Kasi Hariati

M. Pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan perannya

masing-masing. : 10 orang siswa

N. Alat Penilaian dan tindak lanjut layanan :

O. Rencana penilaian dan tindak lanjut layanan :

1. Penilaian Proses :

a. Perhatian, sikap dan totalitas siswa dalam permainan peran

2. Penilaian Hasil :

a. Siswa mampu memahami dampak prokrastinasi jika hal tersebut tetap menjadi kebiasaan pada dirinya

b. Siswa mampu mengaplikasikan hasil permainan peran dalam kehidupan sehari-hari

P. Keterkaitan layanan ini dengan layanan/

Kegiatana pendukung :

Q. Kegiatan Pendukung :

.....,2015

Peneliti

Kasi Hariati

DAFTAR HADIR PESERTA BIMBINGAN KELOMPOK

Sekolah : SMK Negeri 4 Medan

Hari/ Tanggal : Rabu, 15 Mei 2014

Pertemuan : Kedua

Waktu : 45 menit

Tempat : Ruang Kelas

Materi : Dampak Prokrastinasi

No.	Nama Siswa	Tanda Tangan
1.	Ahmad Badawi	√
2.	Agung Wibisono	√
3.	Deni Perdana	√
4.	Doni Firmansyah	√
5.	Fahmi Riyantoni	√
6.	M. Husein	√
7.	Ridho Naufal	√
8.	Saleh Nasution	√
9.	Taufik Hidayah	√
10.	Yudha Pratama	√

Peneliti

Kasi Hariati
NIM. 1112151005

Skenario Drama

Mengendalikan Marah

Ketika jam pelajaran sedang berlangsung, DP dan AW di panggil oleh seorang guru maple Matematika gurunya bernama FR (yang di perankan oleh seorang siswa prokrastinasi). Siswa DP dan AW dipanggil oleh guru karena mereka tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh Guru FR.

FR : “DP dan AW tolong maju kedepan”

DP : “Waduh ..(terbengong)”

AW : “(melotot dan berusaha menarik nafas sambil memejamkan mata sejenak)”

Dengan wajah yang terkejut mereka saling bertatapan dan pelan pelan berjalan kedepan meja guru...

FR : “Kalian tahu kenapa kalian saya panggil..?”

DP : (Menggelengkan kepala)

AW : “...hmmm tidak tahu pak..(sambil menggelengkan kepala)”

FR : “Jadi kalian tidak tahu..(dengan nada yang tinggi)”

AW/DP: (serentak menjawab) tidak tahu pak...!!!!

FR : “Kenapa tugas kalian tidak ada disini..?”

Muka keduanya pun langsung pucat dan mereka menunduk. Dan sontak mereka terdiam.....

FR : “Jawab ini sudah keberapa kalinya kalian tidak meyerahkan tugas kalian pada saya...? Kalian sangat sering tidak masuk pelajaran saya, catatan tidak lengkap, nilai ulangan mingguan jelek, ujian juga jelek, ditambah lagi PR tidak kalian kumpulan.. tolong jelaskan apa alasan yang membuat kalian tidak menyelesaikan tugas yang saya berikan...? Atau saya akan laporkan pada orang tua kalian?”

DP/AW : “Jangan pak....(muka memelas)”

DP : “Ma’afkan kami pak.. kami tahu kami salah...”

FR : “hhmmmmmm(terdiam dengan wajah yang kesal..)”

AW : “(hanya terdiam dan menunduk)”

FR : "coba kalian jelaskan kepada apa yang membuat kalian tidak menyelesaikan tugas yang bapak berikan..?"

DP menjelaskan yang membuat dia tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh pak guru adalah ketidaktahuannya akan jawaban. Karena ketidaktahuannya lah yang membuat dia menjadi malas belajar dirumah, lebih senang bermain diluar bersama temannya dan melakukan hal – hal yang lebih menyenangkan dari tugas yang diberikan oleh guru..

Sedang AW tidak menyelesaikan tugasnya karena dia tidak biasa belajar dirumah karena selama ini dia lebih banyak menghabiskan waktu di warung internet, PS dan bermain facebook di rumahnya dibandingkan menyelesaikan tugas dari guru. hal inilah yang membuat dia merasa menghabiskan waktu diluar untuk bermain lebih menyenangkan daripada belajar dirumah..

FR : "Jadi itu kegiatan kalian selama ini..?"

DP/AW: "(menganggukan kepala)"

FR : "Baiklah kalau begitu mulai dari sekarang bapak minta sama kalian berdua untuk membuat jadwal kalian atau rutinitas kalian mulai kalian bangun tidur sampai tidur lagi selama satu minggu lebih.."

DP : "(Dengan mata melotot dan terkejut dia menjawab) untuk apa pak..?"

AW : "Gak bisa yang lain pak..?"

FR : "Tidak bisa.. saya ingin tahu kegiatan kalian selama satu minggu penuh guna mengontrol kalian agar kalian tidak terulang lagi seperti ini... dan harus ditandatangani oleh orang tua..."

AW : "Semua kegiatan kami harus kami tuliskan pak..?"

FR : "Ya semuanya.."

Tujuan dari guru menyuruh DP dan AW membuat jadwal rutinitas mereka guna mengajarkan mereka untuk memenejemen waktu mereka agar mereka dapat menyelesaikan tugas mereka dengan baik. Sehingga mereka tidak ketinggalan pelajaran dan agar tidak sampai tidak naik kelas. Ditandatangani oleh orang tua dikarenakan agar secara otomatis orang tua juga dapat memantau kegiatan anaknya di rumah. Sehingga siswa tidak dapat berbohong lagi.

DP : “Baiklah pak kami akan mengerjakan apa yang bapak suruh.(wajah yang sedih)”

FR : “Nah berarti kalian sudah pahamkan..?”

DP/AW: “Sudah pak, kami sudah paham.....”

FR : “Baiklah kalian boleh kembali ketempat dan minggu depan serahkan tugas kalian kepada saya.”

AW/DP: “Baik pak....”

Seminggu kemudian DP dan AW meyerahkan tugas yang diberikan oleh guru FR. Dari hasil yang diterimah oleh guru FR kedua siswa ini mengalami perubahan perilaku yang sangat baik. Mereka jadi sering menyelesaikan tugas atau PR. Selalu masuk pada jam pelajaran dan nilai merekapun sudah sedikit membaik walaupun belum sepenuhnya..

Kesimpulan : perilaku yang ditimbulkan oleh prokrastinasi sangatlah tidak baik. siswa bisa tidak naik kelas, siswa mendapat nilai rendah, ketinggalan pelajaran....

Lampiran 17**SATUAN LAYANAN****BIMBINGAN DAN KONSELING*****Role Playing Pertemuan III***

- A. Topik Bahasan : Solusi Prokrastinasi
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman
- E. Tujuan Layanan :
 - c. Siswa mengetahui solusi untuk prokrastinasi yang dialaminya
 - d. Siswa mampu mengaplikasikan solusi yang dimainkan dalam peran dalam kehidupan sehari-harinya
- F. Sasaran Layanan : 10 siswa yang mengalami prokrastinasi SMK Negeri 4 Medan
- G. Uraian dan Kegiatan Materi :
 - 1. Tahap Pembentukan
 - a. Ucapan selamat datang
 - b. Do'a Bersama
 - c. Mengulang kesimpulan hasil pertemuan sebelumnya
 - 2. Tahap Peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan dijalani
 - b. Menanyakan apakah anggota sudah siap
 - c. Mempelajari suasana yang terjadi dalam kelompok
 - 3. Tahap Kegiatan
 - a. Pimpinan kelompok mengemukakan topik bahasan
 - b. Memainkan peran

NO.	Uraian Kegiatan	Waktu	Siswa
1.	Menyampaikan maksud layanan	5'	Siswa memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
2.	Memberikan informasi solusi prokrastinasi, dan nilai-nilai yang terkandung dalam skenario yang dimainkan	5'	Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
3.	Mengajak siswa untuk permainan tahap I, sebelumnya siswa dijelaskan aturan bermainnya.	15'	Siswa mengikuti permainan dengan bermain peran
4.	Evaluasi tahap I	2'	Seluruh anggota memberikan penilaian dan koreksi kesalahan sikap peran
5.	Pemeranan ulang	15'	Siswa memerankan tokoh yang sama
6.	Evaluasi pemeranan ulang	3'	Seluruh anggota memberikan penilaian, koreksi kesalahan sikap dalam pemeran, siswa mengutarakan kesimpulan pada pemeranan

c. Setiap anggota mengemukakan apa yang akan dilakukan setelah membahas topik tersebut (peneguhan hasrat dan komitmen)

4. Tahap Pengakhiran

- a. Pemimpin mengemukakan bahwa kegiatan akan diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota mengemukakan kesan dan hasil kegiatan
- c. Merencanakan kegiatan lanjutan
- d. Pesan dan harapan
- e. Do'a
- f. Games/sayonara

H. Metode : *Role Playing*

I. Tempat Penyelenggara : SMK Negeri 4 Medan

J. Waktu : 1 x 45 menit

K. Hari/Tanggal :

- L. Penyelenggara : Kasi Hariati
- M. Pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan perannyamasing-masing. : 10 orang siswa
- N. Alat Penilaian dan tindak lanjut layanan :
- O. Rencana penilaian dan tindak lanjut layanan :

Penilaian Proses :

- a. Perhatian, sikap dan totalitas siswa dalam permainan peran

Penilaian Hasil :

- b. Siswa mampu menerapkan solusi-solusi untuk prokrastinasi yang dialaminya untuk perubahan sikap yang lebih baik
- a. Keterkaitan layanan ini dengan layanan/
- b. Kegiatan Pendukung :

.....,2015

Peneliti

Kasi Hariati

DAFTAR HADIR PESERTA BIMBINGAN KELOMPOK

Sekolah : SMK Negeri 4 Medan

Hari/ Tanggal : Rabu, 21 Mei 2014

Pertemuan : Ketiga

Waktu : 45 menit

Tempat : Ruang Kelas

Materi : Solusi dari Prokrastinasi

No.	Nama Siswa	Tanda Tangan
1.	Ahmad Badawi	√
2.	Agung Wibisono	√
3.	Deni Perdana	√
4.	Doni Firmansyah	√
5.	Fahmi Riyantoni	√
6.	M. Husein	√
7.	Ridho Naufal	√
8.	Saleh Nasution	√
9.	Taufik Hidayah	√
10.	Yudha Pratama	√

Peneliti

Kasi Hariati

NIM. 1112151005

Lampiran 18**SATUAN LAYANAN****BIMBINGAN DAN KONSELING*****Role Playing Pertemuan IV***

- A. Topik Bahasan : Kesimpulan dari 3 pertemuan sebelumnya
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman
- E. Tujuan Layanan :
 - a. Siswa lebih memahami materi yang diberikan selama bimbingan kelompok.
 - b. Siswa mampu mengaplikasikan secara menyeluruh hasil-hasil diskusi.

Sasaran Layanan : 10 siswa yang mengalami prokrastinasi SMK

Negeri 4 Medan

- F. Uraian dan Kegiatan Materi :
 - 1. Tahap Pembentukan
 - a. Ucapan selamat datang
 - b. Do'a Bersama
 - c. Mengulang kesimpulan hasil pertemuan sebelumnya
 - 2. Tahap Peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan dijalani
 - b. Menanyakan apakah anggota sudah siap
 - c. Mempelajari suasana yang terjadi dalam kelompok
 - 3. Tahap Kegiatan
 - a. Pimpinan kelompok mengemukakan topik bahasan
 - b. Memainkan peran

NO.	Uraian Kegiatan	Waktu	Siswa
1.	Menyampaikan maksud layanan	5'	Siswa memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
2.	Memberikan informasi keseluruhan materi selama 3 pertemuan sebelumnya, dan nilai-nilai yang terkandung dalam skenario yang dimainkan	5'	Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pemimpin kelompok
3.	Mengajak siswa untuk permainan tahap I, sebelumnya siswa dijelaskan aturan bermainnya.	15'	Siswa mengikuti permainan dengan bermain peran
4.	Evaluasi tahap I	2'	Seluruh anggota memberikan penilaian dan koreksi kesalahan sikap peran
5.	Pemeranan ulang	15'	Siswa memerankan tokoh yang sama
6.	Evaluasi pemeranan ulang	3'	Seluruh anggota memberikan penilaian, koreksi kesalahan sikap dalam pemeran, siswa mengutarakan kesimpulan pada pemeranan

- c. Setiap anggota mengemukakan apa yang akan dilakukan setelah membahas topik tersebut (peneguhan hasrat dan komitmen)

4. Tahap Pengakhiran

- a. Pemimpin mengemukakan bahwa kegiatan akan diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota mengemukakan kesan dan hasil kegiatan
- c. Merencanakan kegiatan lanjutan
- d. Pesan dan harapan
- e. Do'a
- f. Games/sayonara

G. Metode : *Role Playing*

H. Tempat Penyelenggara : SMK Negeri 4Medan

I. Waktu : 1 x 45 menit

J. Hari/Tanggal :

- K. Penyelenggara : Kasi Hariati
- L. Pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan perannya masing-masing. : 10 orang siswa
- M. Alat Penilaian dan tindak lanjut layanan :
- N. Rencana penilaian dan tindak lanjut layanan :

Penilaian Proses :

- a. Perhatian, sikap dan totalitas siswa dalam permainan peran

Penilaian Hasil :

- a. Siswa mampu menerapkan nilai-nilai yang didiskusikan dengan baik.
- b. Keterkaitan layanan ini dengan layanan
- c. Kegiatan Pendukung :

.....,2015

Peneliti

Kasi Hariati

DAFTAR HADIR PESERTA BIMBINGAN KELOMPOK

Sekolah : SMK Negeri 4 Medan

Hari/ Tanggal : Rabu, 30 Mei 2014

Pertemuan : Keempat

Waktu : 45 menit

Tempat : Ruang Kelas

Materi : Kesimpulan dari Prokrastinasi

No.	Nama Siswa	Tanda Tangan
1.	Ahmad Badawi (AB)	√
2.	Agung Wibisono(AW)	√
3.	Deni Perdana(DP)	√
4.	Doni Firmansyah(DF)	√
5.	Fahmi Riyantoni(FR)	√
6.	M. Husein(MH)	√
7.	Ridho Naufal(RN)	√
8.	Saleh Nasution(SN)	√
9.	Taufik Hidayah (TH)	√
10.	Yudha Pratama(YP)	√

Peneliti

Kasi Hariati

NIM. 1112151005

Lampiran 19

LEMBAR OBSERVASI

Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

(Pertemuan Ke-1)

NO	Langkah – Langkah Kegiatan	Ya	Tidak	1	2	3	4	
1	TAHAP PEMBENTUKAN							
	1. Ucapan salam /selamat datang “Selamat pagi anak-anak , sebelumnya ibu ingin mengucapkan selamat datang karena anak-anak sudah memenuhi undangan dari ibu dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang akan kita laksanakan pada pagi hari ini”	√						√
	2. Perkenalan “Semua yang ada disini sudah pada kenal belum sama ibu? Baiklah perkenalkan nama ibu Kasi Hariati, Ibu seorang mahasiswa unumed (Universitas Negeri Medan) jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan “	√						√
	3. Menjelaskan arti tujuan kegiatan “Baiklah anak-anak ibu, adapun tujuan ibu mengumpulkan anak-anak di sini adalah untuk mengadakan suatu bimbingan yang namanya adalah bimbingan kelompok (BKP). Kira-kira di antara anak-anak , ada yang tau gak apa itu bimbingan kelompok.....? bimbingan kelompok itu adalah suatu kegiatan bimbingan untuk membantu masalah-masalah yakni dengan menjalin hubungan yang akrab dalam kelompok”	√						√
4. Menjelaskan azas-azas dalam bimbingan kelompok Dan di dalam bimbingan kelompok ada beberapa azas yang wajib di laksanakan anak – anak . diantara	√						√	

	nya ada azas keaktifan , jadi anak – anak harus dapat mengeluarkan pendapatnya yah.Selanjutnya ada azas keterbukaan dan azas normatif,maksudnya normatif itu harus sesuai norma”						
	5. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok “Aturannya setiap anggota harus mengeluarkan pendapat terhadap permasalahan yang akan di bahas, namun sebelum memberi pernyataan harus terlebih dahulu tunjuk tangan.Apabila ada yang kurang setuju dengan pernyataan temannya harus menunggu teman yang sedang berpendapat selesai memberi pernyataan, tidak boleh memotong pembicaraan dan harus bicara sesuai norma kesopanan ya anak – anak “	√					√
	6. Doa “sebelum kita melakukan kegiatan ini , alangkah lebih bagusnya kita awalin dengan doa , bismillah hirohman nirohim , ya allah ya tuhan kami , saat ini kami berkumpul untuk mengadakan kegiatan bimbingan kelompok, yang dimana nantinya kami berharap apa yg kami dapatkan di bimbingan kelompok dapat kami terapkan di kehidupan kami , agar kami menjadi manusia yang lebih baik lagi , ya allah lancarkanlah kegiatan kami ya allah , robbanna atina fidunnya hasanah , wafilakhiroti hasanah wakinah ajabannar	√					√
	7. games “sepertinya nampak menegangkan ya , gimana sebelum kita mengadakan kegiatan ini , kita bermain permainan agar suasana kelompok dapat lebih mencair lagi. Hmmmm ibu ada permainan ini, agar kalian bisa lebih mengenal ya, permainannya itu, Mula-mula salah seorang anggota kelompok, sebagai orang pertama menyebutkan namanya sendiri, misalnya Deni, Kemudian, arah ke kiri atau ke kanan anggota kelompok lainnya, sebagai orang kedua, menyebutkan nama anggota yang telah	√					√

	mengemukakan nama sebelumnya (yaitu Husein) dan langsung disambungkan dengan nama sendiri, misalnya, nama orang kedua Ade , maka orang kedua itu menyebutkan Ristika-Ade, Demikian selanjutnya orang ketiga, dan seterusnya satu persatu mengaitkan nama-nama yang telah disebut terdahulu dengan namanya sendiri “						
2	<p style="text-align: center;">TAHAP PERALIHAN</p> <p>8. Menjelaskan kembali secara ringkas cara pelaksanaan bimbingan kelompok “Baiklah, tadi kita sudah main games, dan Sekarang suasana di dalam kelompok sudah mencairkan.Sekarang akan kita mulai dengan kegiatan bimbingan kelompok yang sebenarnya yah” “</p>	√				√	
	<p>9. Melakukan tanya jawab untuk memastikan kesiapan anggota kelompok “Kegiatan ini kita lakukan dengan cara bermain peran dan bertanya jawab jadi apakah adek-adek sudah paham kan degan cara melaksanakan kegiatan ini ?</p>	√				√	
	<p>10. Mengenali suasana hati dan pikiran kelompok untuk mengetahui kesiapan anggota kelompok</p>	√				√	
	<p>11. Menentukan azas yang dipakai didalam bimbingan kelompok “Nah anak-anak azas yang ada pada bimbingan kelompok itu ada 4 yaitu azas keaktifan, kesukarelaan keterbukaan dan kenormatifan”</p>	√				√	
	<p>12. Menjelaskan topik yang akan dibahas “Nah anak - anak disini ibu mempunyai topik tugas yang mana topik tugas ini mengenai “ prokrastinasi“</p>	√					√
3.	<p style="text-align: center;">TAHAP KEGIATAN</p> <p>13. Tanya jawab tentang prokrastinasi “Nah anak - anak, prokrastinasi adalah perilaku/kebiasaan menunda – nunda tugas sekaloah atau PR dikarenakan hal yang irasional seperti main Facebook, dan kegiatan lainnya yang mendatangkan kesenangan bagi kalian yang membuat tertundanya</p>	√					√

	tugas atau pekerjaan kalian. Hal ini terjadi bukan karena siswa tersebut bodoh atau pintar tapi karena hal yang dianggap lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas“					
	14. Menanyakan pengertian Prokrastinasi “tadi sudah ibu jelaskan apa itu prokrastinasi. nah kalau begitu kalian pasti mengerti apa si arti Prokrastinasi ? ”prokrastinasi adalah suatu kegiatan menunda – nunda menyelesaikan tugas dikarenakan hal yang mendatangkan kesenangan. .”	√			√	
	15. Menanyakan faktor penyebab mengapa prokrastinasi terjadi “Nah kalian sudah mengerti sekali tentang pengertian prokrastinasi, dan selanjutnya apa si yang menyebabkan mereka berperilaku prokrastinasi..? Faktor penyebabnya terutama adalah factor internal dari dalam diri Karena prokrastinasi sering disebabkan oleh keyakinan – keyakinan yang irasional	√			√	
	16. Menganalisis akibat yang akan terjadi “Anak – anak sekalian , apa sih dampak yang akan kita peroleh apabila kita melakukan prokrastinasi..? “dampak yang akan kita peroleh adalah kita bisa tidak naik kelas, nilai harian rendah, nilai ujian anjlok, banyak ketinggalan mata pelajaran, dan kemungkinan yang lainnya bisa dikelurkan dari sekolah akibat nilai terus menurun “.	√				√
	17. Menyampaikan komitmen “Adek-adek setelah kalian tau tadi dampak buruknya , ibu pengen tahu , apa si komitmen kalian setelah kita bahas tentang prokrastinasi”	√			√	
4	TAHAP PENGAKHIRAN					
	18. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan ini akan berakhir Adek-adek gak terasa ternyata kita sudah 30 menit berlalu , dan kegiatan ini akan segera berakhir “				√	
	19. Meminta anggota memberi kesan terhadap kegiatan “Wah kesan kalian sangat bagus semua ya , berarti	√			√	

kalian sangat senang dengan krgiatan ini “						
20. Tanggapan pemimpin kelompok “Hmmp bagus sekalian kan kesan kesan yang telah kalian katakan , semoga kalian dapatkan ilmu dan bisa kalian terapkan didalam kehidupan kalian tentang pembahasan yang telah kita diskusikan tadi”	√				√	
21. Perencanakan kegiatan lanjutan “Seperti harapan kalian , maka kegiatan ini akan kita lanjutkan dihari yang akan buk tentukan oleh kepala sekolah”	√					√
22. Mengucapkan terimah kasih “Ibu mengucapkan terima kasih kepada kalian semua , yang secara antusias mengikutin kegiatan ini dengan baik	√				√	
23. Doa “Alhamdulillahirobbil alamin , yaallah ya tuhan kami kami sangat bersyukur atas izinmu untuk melanca rkan kegiatan ini , dan semoga kami akan mendapatkan semua ilmu dan menerapkannya dalam kehidupan kami agar kami menjadi manusia yang lebih baik lagi. Amin ya roball alamin”	√					√
24. Menyanyikan lagu gelang sipatu gelang sambil bersalaman	√					√
Jumlah	24				33	52
Skor	85					

Kriteria Penilaian

Baik Sekali : 99 – 123

Baik : 74 – 98

Cukup : 49 – 73

Kurang : 24 – 48

Medan, Juni 2015

Observer

Fierda Yossindra

DOKUMENTASI

Foto keadaan depan sekolah SMK Negeri 4 Medan



Foto Keadaan Depan Sekolah SMK Negeri 4 Medan



Depan gerbang SMK Negeri 4 Medan



Foto Visi dan Misi SMK Negeri 4 Medan



Foto Saat Siswa Mengerjakan Instrumen Didalam Kelas



Foto didalam ruangan pengerjaan instrumen



Foto Saat Siswa Mengerjakan Instrumen Didalam Kelas

UNIVERSITY OF MEDAN
UNIMED
THE
Character Building
UNIVERSITY



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
 FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
 (FACULTY OF EDUCATION)
 JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN (PPB)

Jl. Wiliem Iskandar Pasar V Kotak Pos. 1589 Medan 200221 Telp. (061) 6623943, 6613276

Nomor : 1210 /UN33.1.1/PP/2015
 Lamp. : -
 Hal : Izin Penelitian

Kepada : Yth. Kepala SMK Negeri 4 Medan
 Di
 Tempat

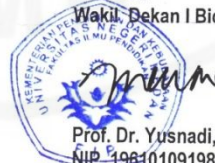
Dengan Hormat, kami mohon kiranya saudara dapat memberi izin penelitian kepada mahasiswa di bawah ini :

Nama : KASI HARIATI
 NIM : 1112151005
 Jurusan/Prog. Studi : Psikologi Pendidikan & Bimbingan Konseling/BK
 Judul : Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik
Role Playing Terhadap Perubahan Prokrastinasi Pada Siswa
 Kelas X SMK Neger 4 Medan T.A 2014/2015

Perlu dijelaskan penelitian dimaksud adalah untuk penyusunan skripsi dalam rangka penyelesaian perkuliahan, untuk itu dimohon bantuan Saudara agar dapat memberikan kemudahan dalam pengumpulan data yang diperlukan.

Demikian di sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Medan, 28 April 2015
 An. Dekan
 Wakil Dekan I Bid. Akademik,



Prof. Dr. Yusnadi, MS
 NIP. 198101091987031003

THE
 Character Building
 UNIVERSITY



PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 4
 Jalan Sei Kera No. 132 Telp/Fax. 061-4551032 Medan 20232
 E-mail : smkn4medan@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN IZIN PENELITIAN

Nomor : 422/ 108 /SMK-4/2015

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMK Negeri 4 Medan dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : KASI HARIATI
 NIM : 1112151005
 Jenjang : S-1
 Program Studi : Psikologi Pendidikan & Bimbingan Konseling
 Fakultas : BK FIP UNIMED

Benar telah melaksanakan Penelitian di SMK Negeri 4 Medan pada tanggal 29 April s/d 29 Mei 2015 sesuai dengan Judul Penelitian :

"PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK ROLE PLAYING TERHADAP PERUBAHAN PROKRASTINASI PADA SISWA KELAS X SMK NEGERI 4 MEDAN TA. 2014/2015".

Surat Keterangan ini diberikan sesuai dengan surat dari Dekan FIP UNIMED Nomor : 1210/UN33.1.1/PP/2015 Tanggal 28 April 2105 Hal : Izin Penelitian

Demikianlah Surat Keterangan ini kami perbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Medan, 13 Juni 2015
 Kepala SMK Negeri 4 Medan

Drs. GUSTINI RAWA
 NIP. 196008011986031009

THE
Character Building
 UNIVERSITY

**BIODATA ALUMNI
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

Nama Lengkap : Kasi Hariati
 Tempat Tanggal Lahir : Tanjung Anom, 31 Januari 1994
 Nomor Induk Mahasiswa : 1112151005
 Program Studi : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (S-1)
 Fakultas : Ilmu Pendidikan
 Ijazah Memasuki Program : SMA Swasta Taman Siswa Bahjambi 2011
 Tanggal Lulus : 25 Juni 2015
 Indeks Prestasi Kumulatif : 3,26
 Alamat Setelah Lulus : Tanjung Anom, Kab. Simalungun
 Telepon : 085359392019
 Kode Pos : 20227
 Nama Ayah : Katolani
 Nama Ibu : Mesna
 Alamat Orang Tua : Tanjung Anom, Kab. Simalungun
 Telepon : 082277977631

No.	MATA KULIAH YANG DIAMBIL TERAKHIR	SKS	NILAI
1	SKRIPSI	6	A

Persetujuan Judul	Tanggal : 18 Desember 2015
Mulai Bimbingan	Tanggal: 08 Desember 2015
Mulai Penelitian	Tanggal : 05 Mei 2015
Judul Skripsi	
Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Role Playing</i> Terhadap Perubahan Prokrastinasi Pada Siswa SMK Negeri 4 Medan T.A 2014/2015	25 Juni 2015
Dosen Pembimbing Skripsi: Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd	
Dosen Pembimbing Skripsi: Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd	

Medan, Juli 2015



KASI HARIATI
NIM: 1112151005

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS**❖ DATA PRIBADI**

Nama : Kasi Hariati
Tempat/Tanggal Lahir : Tanjung Anom, 31 Januari 1994
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Nama Ayah : Katolani
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Mesna
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat Orang Tua : Tanjung Anom, Kec. Huta Bayu Raja, Kab.
Simalungun

❖ RIWAYAT PENDIDIKAN

Sekolah TK : -
Sekolah Dasar : SD Impres No. 0955025 Huta Bayu Raja
Tahun Ajaran 1999 s/d 2005
Sekolah Menengah Pertama : MTs Pembina Maligas Bayu
Tahun Ajaran 2005 s/d 2008
Sekolah Menengah Atas : SMA Swasta Taman Siswa Bahjambi
Tahun Ajaran 2008 s/d 2011
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Medan
Tahun Ajaran 2011 s/d 2015

❖ PENGALAMAN KULIAH

1. Pernah PPL-T Di SMP Negeri 1 Bandar
2. Melakukan Penelitian Di SMK Negeri 4 Medan

Medan, Juli 2015
Hormat Saya,

Kasi Hariati
NIM. 1112151005