

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN  
MENGUNAKAN TEKNIK MODELLING UNTUK MENGURANGI  
PERILAKU PROKRASTINASI PADA SISWA KELAS VIII  
SMP NEGERI 2 BUNTU PANE SATU ATAP  
TAHUN PEMBELAJARAN 2016 / 2017**

**SKRIPSI**

*Diajukan Guna Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Program Studi Bimbingan Dan Konseling*

**OLEH**

**JUWITA SARI**

**1302080012**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

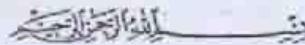
**MEDAN**

**2017**



**BERITA ACARA**

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Senin, Tanggal 17 April 2017, pada pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Juwita Sari  
NPM : 1302080012  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modelling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bukit Panc Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016/2017.

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : ( ) Lulus Yudisium  
( ) Lulus Bersyarat  
( ) Memperbaiki Skripsi  
( ) Tidak Lulus

**PANITIA PELAKSANA**

Ketua

Sekretaris

Dr. Elfiyanto Nasution, S.Pd, M.Pd

Dr. Hj. Syamsuwartha, M.Pd

**ANGGOTA PENGUJI:**

1. Dra. Hj. Latifah Hanum, M.Psi
2. Dra. Jamila, M.Pd
3. Muhardi Kahar, S.Psi, M.Pd

1.

2.

3.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umma.ac.id> E-mail: [fkip@umma.ac.id](mailto:fkip@umma.ac.id)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skrripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini

Nama : Juwita Sari  
NPM : 1302080012  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Bunhi Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016/2017

sudah layak disidangkan.

Medan, Maret 2017

Disetujui oleh

Pembimbing

Muhardi Kahar, S.Psi, M.Pd

Diketahui oleh

Dekan

Dr. Elrianto, M.Pd.

Ketua Program Studi

Dra. Jamila, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30  
Website: <http://www.fkip.umu.ac.id> E-mail: [fkip@umu.ac.id](mailto:fkip@umu.ac.id)



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Juwita Sari  
NPM : 1302080012  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016/2017

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
13/02-2017	Perbaikan Bab V		
18/02-2017	Perbaikan Bab V		
23/02-2017	Perbaikan Bab V saran		
01/03-2017	Ac 1/3 17		

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling

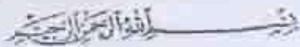
Dra. Jamila, M.Pd

Medan, Maret 2017

Dosen Pembimbing Skripsi

Muhardi Kahar, S.Psi, M.Pd

## SURAT PERNYATAAN



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Juwita Sari  
NPM : 1302080012  
Program Studi : Bimbingan dan Kounseling  
Judul Proposal : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modelling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Kabupaten Asahan Tahun Pembelajaran 2016/2017

Dengan ini saya menyatakan bahwa

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya,

Medan, Januari 2017  
Hormat saya  
Yang membuat pernyataan,



Juwita Sari

Diketahui oleh Ketua Program Studi  
Pendidikan Bimbingan dan Kounseling

  
Dra. Jamila, M.Pd

## ABSTRAK

**JUWITA SARI,NIM : 1302080012, Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Modelling* Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Ajaran20162017. Skripsi. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Dosen Pembimbing Muhardi Kahar , S.Psi,M.Pd.**

Tujuan Utama Teknik Modelling adalah membantu klien agar dapat menghilangkan kebiasaan suka menunda pekerjaan atau yang disebut sebagai Perilaku Prokrastinasi .Tujuan ini mengandung makna bahwa klien haruslah dapat berubah dari yang suka menunda pekerjaan menjadi individu yang lebih bertanggung jawab,lebih aktif , dapat menyelesaikan tugas tepat waktu dan dapat berbuat lebih banyak untuk meningkatkan kebermaknaan hidupnya . Modelling (Penokohan) adalah istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan (observational learning )terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Modelling* Untuk Mengurangi perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016/2017. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 20162017. Sedangkan objek yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 20162017 sebanyak 8 siswa. 2 orang dikelas VIII-A, 2 orang dikelas VIII-B , 4 orang dikelas VIII-C yang memiliki masalah Perilaku Prokrastinasi . Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan observasi dan wawancara . Adapun teknik analisis data pelaksanaan penelitian dilakukan dengan cara reduksi data ,penyajian data dan kesimpulan selama penelitian berlangsung. Maka dari hasil tersebut dapat dilihat menurunnya kebiasaan suka menunda pekerjaan atau Prokrastinasi . Dengan demikian Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modelling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016/2017 dapat mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil kemampuan berpikir siswa secara sadar saat diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modelling.

**Kata Kunci : Layanan Bimbingan Kelompok, *Modelling*, Prokrastinasi**

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kesehatan dan semangat yang tidak henti-hentinya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik sesuai dengan waktu yang direncanakan. Skripsi yang berjudul **“Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Modelling* Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Tahun Pembelajaran 2016/2017”**, disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini, banyak sekali pihak yang telah berjasa membantu saya, untuk itu saya mengucapkan terima kasih kepada orang tua penulis Ayahanda **Sudirman (Alm)**, Dan Ibunda **Siti Asni** tercinta yang mana telah membesarkan saya dengan penuh kasih sayang, menjadi semangat hidup saya, menjadi contoh orang tua yang baik dimana beliau menjadi ibu sekaligus ayah untuk saya, yang mengasuh saya penuh dengan kesabaran, yang selalu membimbing serta tak henti mendoakan saya, berkorban untuk penulis baik secara moril maupun materil dan berkat usaha dan jerih payah mu mendidik penulis dari kecil hingga dapat menyelesaikan pendidikan sampai tahap penyusunan skripsi ini. Selanjutnya penulis ucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Untuk itu dikesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs.Agussani,M.Ap Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Elfrianto Nasution,M.Pd . Selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu Dra.Jamila, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Koneling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Drs.Zaharuddin Nur,MM Selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Koneling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak Muhardi Kahar,S.Psi,M.Pd Selaku Dosen Pembimbing penulis yang senantiasa memberikan ilmunya dan sabar membimbing dalam membantu serta mengajari penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi saya.
6. Seluruh Dosen Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan ilmu dan pengajaran kepada penulis selama ini.
7. Khususnya buat keluarga Terima kasih kepada Abang dan kakak Penulis yaitu Herman Abdi dan Heni Efandari serta keluarga besar saya Terima kasih atas doa, semangat dan dukungannya selama ini kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. M.Fiqri Ramadhan,ST. Yang selama ini setia menemani , menjadi sahabat , mendengar segala keluh kesah ,memberikan perhatian , dukungan,

semangat serta doa kepada saya dari awal pendidikan di universitas Muhammadiyah Sumatera Utara hingga menyelesaikan skripsi ini.

9. Teman-Teman penulis BK A-Pagi ,Begitu banyak kenangan bersama kalian ,terutama buat Keluarga Cengkal Astriyani,S.Pd, Aulia Sari,S.Pd, Putri Nazipah,S.Pd, Rabini,S.Pd, Tika Mauliya,S.Pd ,Utami Putri Pratiwi ,S.pd.
10. Untuk sahabat-sahabatku tersayang My Team PPL, Dinda AL Anshary,S.Pd, Wahyuning Tyas,S.Pd , NurFadilla,S.Pd. Nur Indah Yani,S.Pd ,Fitria Wulandari,S.Pd ,Nikita Sari,S.Pd,Tri Saputri,S.Pd sahabat-sahabat seperjuangan Terima kasih untuk segala dukungan dan bantuan yang telah kalian berikan.
11. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang telah membantu peneliti secara langsung maupun tidak langsung dalam menyusun skripsi ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca terutama dalam dunia pendidikan pada umumnya dan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

Medan, 07 April 2017

Penulis

**Juwita Sari**

**1302080012**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II :LANDASANTEORITIS.....</b>	<b>9</b>
A. Kerangka Teoritis .....	9
<b>1. Prokrastinasi.....</b>	<b>9</b>
a. Pengertian Prokrastinasi.....	9
b. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik.....	13
c. Jenis-jenis Prokrastinasi.....	15
d. Teori Perkembangan Prokrastinasi.....	18

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi.....	19
<b>2. Layanan Bimbingan Kelompok.....</b>	<b>22</b>
a. Pengertian Bimbingan.....	22
b. Pengertian Kelompok.....	23
c. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok.....	24
d. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok.....	27
e. Komponen Bimbingan Kelompok.....	28
f. Model Kelompok Dalam Layanan Bimbingan Kelompok....	29
g. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok.....	30
h. Teknik Bimbingan Kelompok.....	36
<b>3. Penokohan (<i>Modelling</i>).....</b>	<b>37</b>
a. Pengertian Teknik <i>Modelling</i> .....	37
b. Proses Penting <i>Modeling</i> .....	38
c. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penerspan penokohan( <i>modeling</i> ).....	39
d. Prinsip-prinsip <i>Modeling</i> .....	39
e. Pengaruh <i>Modeling</i> .....	41
f. Macam-macam Penokohan.....	41
g. Langkah-langkah <i>Modeling</i> .....	42
h. Proses Konseling.....	43
<b>B. KERANGKAL KONSEPTUAL.....</b>	<b>46</b>

### **BAB III : METODE PENELITIAN**

A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	48
B. Langkah-Langkah Penelitian.....	49
C. Subjek dan Objek Penelitian.....	50
D. Metode Penelitian.....	51
E. Teknik Pengumpulan Data.....	51
F. Dokumentasi .....	56
G. Teknik Analisis Data.....	56

### **BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 58**

A. Deskripsi Data .....	58
1. Gambaran Umum Sekolah.....	58
2. Profil SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan .....	59
3. Visi , Misi Dan Tujuan Sekolah .....	60
4. Sarana Dan Prasarana Sekolah .....	66
5. Struktur Organisasi .....	68
6. Kurikulum Sekolah .....	69
7. Daftar Nama Guru Dan Pegawai .....	69
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	70
C. Pembahasan Hasil Pemberian Layanan Bimbingan Dan Kelompok...	82
D. Diskusi Hasil Penelitian.....	84
E. Keterbatasan Penelitian .....	89

<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>92</b>
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran.....	93

**DAFTAR PUSTAKA**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Waktu Penelitian .....	48
Tabel 3.2 Jumlah Subjek .....	50
Tabel 3.3 Jumlah Objek .....	51
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Observasi .....	52
Tabel 3.5 Kisi – Kisi Wawancara Guru Bimbingan Dan Konseling .....	53
Tabel 3.6 Kisi – Kisi Wawancara Guru Wali Kelas .....	54
Tabel 3.7 Kisi – Kisi Wawancara Siswa .....	55
Tabel 4.1 Sarana Dan Prasarana Sekolah.....	66
Tabel 4.2 Daftar Nama Guru Dan Pegawai.....	69
Tabel 4.3Jumlah Siswa Prokrastinasi.....	71

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2 Hasil Observasi Siswa ( Sampel )

Lampiran 3 Hasil Wawancara Guru Bimbingan Dan Konseling

Lampiran 4 Hasil Wawancara Guru Wali Kelas ( Sampel )

Lampiran 5 Hasil Wawancara Siswa ( Sampel )

Lampiran 6 Hasil Foto Dokumentasi Dengan Siswa

Lampiran 7 K1

Lampiran 8 K2

Lampiran 9 K3

Lampiran 10 Berita Acara Bimbingan Proposal Skripsi

Lampiran 11 Lembar Pengesahan Hasil Seminar

Lampiran 12 Berita Acara Seminar Proposal Skripsi

Lampiran 13 Surat Keterangan

Lampiran 14 Surat Pernyataan

Lampiran 15 Mohon Ijin Riset

Lampiran 16 Balasan Riset

Lampiran 17 Berita Acara Bimbingan Skripsi

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan kunci bagi suatu bangsa untuk bisa menyiapkan masa depan dan sanggup bersaing dengan bangsa lain. Dunia pendidikan dituntut memberikan respon lebih cermat terhadap perubahan-perubahan yang tengah berlangsung di dalam lingkungan masyarakat.

Hurlock (<http://jurnal.fkip.uns.ac.id>) menjelaskan bahwa sekolah adalah faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak, baik dalam cara berpikir, bersikap, maupun berperilaku. Hal tersebut dapat diartikan bahwa sekolah merupakan usaha dalam membentuk SDM berkualitas yang sangat dibutuhkan dalam mewujudkan manusia Indonesia seutuhnya .

Menurut pasal 1 ayat 4 UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional: “Peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan pada jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu”. Sejalan dengan hal tersebut Abu Achmadi, salah satu pemerhati pendidikan ia mengungkapkan bahwa, “peserta didik atau siswa merupakan individu yang belum bisa dikatakan dewasa. Ia memerlukan usaha, bantuan, serta bimbingan dari seseorang untuk mencapai tingkat kedewasaannya”.

Siswa sebagai pembelajar sekaligus calon SDM masa depan diharapkan sejak awal menunjukkan perilaku produktif yaitu mampu menyelesaikan tugas tepat pada waktunya dan sesuai dengan ketentuan. Untuk itu diharapkan siswa

tidak menunda waktu dan kesempatan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh Bapak / Ibu guru. Setiap bentuk penundaan yang dilakukan oleh siswa tidak bisa diabaikan begitu saja, karena semakin banyak menunda pekerjaan semakin jauh dari keberhasilan. Penundaan melakukan pekerjaan itu sendiri lazim disebut dengan **Prokrastinasi**.

Dari Pendapat diatas peneliti mengambil suatu kesimpulan bahwa “ Prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan hanya karena seseorang individu memiliki rasa takut akan gagal maka dari itu individu melakukan penundaan” penilaian tersebut mengungkapkan mengapa seseorang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang telah menjadi tanggung jawab.

Penelitian akan dilakukan di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap yang berlokasi di Desa Ambalutu Kecamatan Buntu Pane Kabupaten Asahan. SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap mempunyai guru sebanyak 26 orang guru. SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap mempunyai 280 siswa/wi. SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap ini memiliki 1 orang guru BK. Ketika Penulis melakukan observasi di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan penulis menemukan masalah prokrastinasi yang sering dilakukan siswa dimana siswa lebih mengutamakan untuk menyibukan dirinya dengan bermain, mengganggu teman, membuat keributan ketika proses belajar berlangsung, mengumpulkan tugas tidak tepat waktu dan bahkan terkadang mereka mengabaikan tugas yang diberikan. Selain itu dari hasil wawancara dengan guru BK yang ada di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap, “mengatakan bahwa sebenarnya siswa disini

telah memiliki jadwal untuk belajar akan tetapi jarang ditepati padahal jika di usahakan dan ada kemauan dalam diri mereka akan mampu menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Penundaan yang dilakukan lebih banyak karena siswa lebih suka menonton televisi, kurang memahami materi yang diberikan, tidak suka dengan pelajarannya, kurang menyukai guru yang mengajar atau hal-hal lain yang lebih menyenangkan dari pada menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru bidang studi.

Sejalan dengan hal tersebut hasil dari wawancara guru bidang studi di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan mengatakan “ Bahwa alasan siswa menunda menyelesaikan tugas karena mereka merasa kesulitan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru dan memilih untuk menyelesaikannya pada keesokan harinya dengan teman-teman sekelasnya sebelum kelas dimulai”. Sedangkan hasil dari wawancara dengan siswa, “mereka mengaku cemas dan takut ketika tugas yang diberikan oleh guru belum selesai dan waktu menyelesaikannya semakin sempit. Akan tetapi siswa tetap melakukan penundaan karena tidak yakin dengan kemampuannya untuk mengerjakan tugasnya sendiri”.

Perilaku suka menunda – nunda mengerjakan tugas yang dimiliki siswa membuat siswa cemas dan takut ketika tugas yang diberikan belum selesai dan waktu mengerjakan semakin sempit. Banyak siswa yang cenderung mencotek teman sekelas bahkan diantara mereka tidak sedikit yang memilih untuk tidak masuk sekolah dikarenakan takut dihukum ataupun dikenakan denda sesuai dengan kesepakatan dari guru Mata Pelajaran. Jika hal ini terus – menerus dibiarkan dan tidak dibantu, maka akan berpengaruh terhadap keberhasilannya

dimasa yang akan datang. Oleh karena itu, konselor harus melakukan upaya dalam meminimalisir perilaku Prokrastinasi Akademik agar siswa mampu mengerjakan tugas dengan baik dan tepat waktu.

Dengan kegiatan bimbingan dan konseling disekolah siswa dibantu dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya. Dalam Kegiatan bimbingan dan konseling ada beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling salah satunya yaitu layanan bimbingan kelompok.

Menurut Winkel (2007: 54); “bimbingan kelompok mengupayakan perubahan dalam sikap dan perilaku secara tidak langsung, melalui penyajian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri”.

Menurut Komalasari dkk (2011:176) Penokohan (Modelling) adalah metode yang digunakan dalam proses belajar melalui pengamatan (*observational learning*) terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan atau belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif.

Berdasarkan fenomena dan hasil observasi awal di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan yang telah dilakukan, maka peneliti merasa perlu diadakanya penelitian tindakan dengan judul **“Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Modeling* Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016 / 2017.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah diatas, maka identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut :

1. Siswa lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas – tugasnya karena:
  - i. Takut salah
  - ii. Belum tahu caranya
  - iii. Takut dimarahi kalau salah
  - iv. Tidak yakin dengan hasil yang dikerjakan
  - v. Lebih suka menyontek teman lain dari mengerjakan sendiri
2. Siswa berpendapat lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, dan menunda pekerjaan adalah bukan suatu masalah.
3. Siswa kesulitan dalam mengambil keputusan akibat prokrastinasi.
4. Guru Bimbingan Konseling kurang maksimal dalam melaksanakan Layanan Bimbingan dan Konseling
5. Layanan Bimbingan Kelompok Belum terlaksana dengan efektif
6. Mengurangi Prokrastinasi dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik *modeling*.

## **C. Batasan Masalah**

Dengan perhitungan keterbatasan kemampuan peneliti, waktu serta luasnya ruang lingkup masalah yang dihadapi siswa SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atas, maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah dengan

menggunakan: “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Modeling* dan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016 / 2017”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang diatas,Maka peneliti dapat merumuskan Permasalahan yaitu :

1. Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Modelling Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 ?
2. Bagaimana Perilaku Prokrastinasi Siswa Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 ?
3. Bagaimana Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modelling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak dan sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk Mengetahui Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 .
2. Untuk Mengetahui Bagaimana Perilaku Prokrastinasi siswa Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 .
3. Untuk Mengetahui Bagaimana Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modelling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 .

## **F. Manfaat Penelitian**

Dengan tercapainya tujuan penelitian, maka diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk :

### **a. Manfaat Teoritis**

Manfaat dalam penelitian ini secara teoritis membahas khasanah terkait dengan layanan bimbingan kelompok teknik *modeling* dalam menangani prokrastinasi terutama pada tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama.

### **b. Manfaat Praktis**

1. Sebagai bahan informasi menambah wawasan dan masukan bagi peserta didik dalam mengatasi perilaku Prokrastinasi yang mereka alami, serta

dapat meningkatkan energi positif dalam kegiatan belajar mengajar di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan.

2. Hasil penelitian ini hendaknya dapat digunakan sebagai acuan bagi calon konselor maupun konselor dalam meningkatkan kinerja dalam membimbing peserta didik untuk mengatasi permasalahan Perilaku Prokrastinasi di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **A. Kerangka Teoritis**

Dalam landasan teori ini akan menjelaskan 3 macam teori yaitu prokrastinasi, bimbingan kelompok dan *modeling*. Yang akan di bahas tentang prokrastinasi adalah pengertian prokrastinasi, ciri-ciri prokrastinasi akademik, jenis-jenis prokrastinasi, teori perkembangan prokrastinasi akademik dan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Dari bimbingan kelompok akan dibahas mengenai pengertian bimbingan, pengertian kelompok, pengertian layanan bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok, komponen bimbingan kelompok, model kelompok dalam layanan bimbingan kelompok, tahap-tahap bimbingan kelompok dan teknik bimbingan kelompok. Untuk *modeling* pula akan dibahas mengenai pendekatan *modeling* (penokohan), tahapan-tahapan dalam pemecahan masalah, langkah-langkah penerapan pembelajaran *modeling* dan pengaruh bimbingan kelompok melalui teknik *modeling* terhadap perubahan prokrastinasi.

#### **1. 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

M. N. 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, “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, “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 (dalam Ghufroon & Ririsnawati 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 maupun kegagalan menyelesaikan tugas;
- 3) Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah maupun tugas rumah tangga;
- 4) Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya”.

Burka dan Yuen (dalam Ghufron & Ririsnawati 2014:152) “menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irasional yang dimiliki oleh seseorang prokrastinasi”. Seseorang prokrastinasi 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 prokrastinasi.

## **1.2.Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik**

Menurut Burka menjelaskan ciri - ciri seorang pelaku prokrastinasi antara lain:

- a. Prokrastinasi lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya.

- b. Berpendapat lebih baik mengerjakan nanti daripada 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 (dalam Ghufron, 2014:158) , mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam ciri-ciri tertentu berupa:

1. Penundaan Untuk Memulai Maupun Menyelesaikan Kerja Pada Tugas. Penundaan 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, “ 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 (dalam M. N. Ghufron & Riri Risnawati 2014:154) prokrastinasi memiliki 2 bentuk, yaitu:

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

Menurut Ferrari (dalam M. N. Ghufron & Riri Risnawati 2014:154) ada dua bentuk prokrastinasi berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan yaitu :

1. Prokrastinasi Pengambilan Keputusan (*Decision Procrastination*)

Penundaan dalam pengambilan keputusan. Jenis prokrastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda kinerja guna menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stres. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu sehingga akhirnya seseorang menunda untuk memutuskan masalah. Hal ini berhubungan dengan kelupaan dan kegagalan proses kognitif. Akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya proses kognitif siswa yang melakukan prokrastinasi.

2. Prokrastinasi Perbuatan (*Behavioral Procrastination*)

Perilaku tampak (*overt behavior*) prokrastinasi adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dilakukan. *Behavioral Procrastination* berhubungan dengan *tipe self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang.

Berdasarkan pendapat 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 *fungsiional*, (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 *dysfunctional behavioral procrastination*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat negatif”.

#### **1.4. Teori Perkembangan Prokrastinasi**

Ada beberapa teori psikologi yang menjadi dasar perkembangan prokrastinasi akademik diantaranya (dalam M. N. Ghufroon & Riri Risnawati 2014:160) :

##### **1. Psikodinamik**

Penganut psikodinamik beranggapan bahwa pengalaman masa kanak-kanak akan mempengaruhi perkembangan proses kognitif seseorang ketika dewasa, terutama trauma. Seseorang yang mengalami trauma akan suatu tugas tertentu, misalnya gagal menyelesaikan tugas sekolahnya, akan cenderung

melakukan prokrastinasi ketika seseorang dihadapkan lagi pada suatu tugas yang sama. Seseorang tersebut akan teringat kepada pengalaman kegagalan maupun perasaan tidak menyenangkan yang pernah dialami seperti masa lalu, sehingga menunda mengerjakan tugas sekolah, yang dipersepsikannya akan mendatangkan perasaan seperti masa lalu .

## **2. Behavioristik**

Penganut psikologi behavioristik beranggapan bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses pembelajaran. Seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena dia pernah mendapatkan punishment atas perilaku tersebut. Seorang yang pernah merasakan sukses dalam melakukan tugas sekolah dengan melakukan penundaan, cenderung akan mengulangi lagi perbuatannya. Sukses yang pernah dia rasakan akan dijadikan reward untuk mengulangi perilaku sama dimasa yang akan datang

Perilaku prokrastinasi akademik juga bisa muncul pada kondidi lingkungan tertentu. Kondisi yang menimbulkan stimulus tertentu bisa menjadi *reinforcement* bagi munculnya perilaku prokrastinasi. Kondisi yang *linient* atau rendah dalam pengawasan akan mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik karena tidak adanya pengawasan akan mendorong seseorang untuk berperilaku tidak tepat waktu.

## **3. Behavioral Kognitif (Cognitive-Behavioral).**

Ellis dan Knaus (dalam M. N. Ghufron & Riri Risnawati 2014:162) memberikan penjelasan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang

*Cognitive-Behavioral*. Menurutnya, prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irrasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, seperti: memandang tugas sebagai beban yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task*) serta takut mengalami kegagalan (*fear of failure*). Akibatnya, ia merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga ia menunda penyelesaian tugas tersebut.

### **1.5.Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi**

(Bruno, 1998; Millgram, & Ferrari, dkk, dalam M. N. Ghufon & Riri Risnawati 2014:164). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi 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 dari pada yang tidak. Namun tingkat intelegensi seseorang tidak mempengaruhi perilaku

prokrastinasi. Karena prokrastinasi sering disebabkan oleh kenakutan – kenakutan yang irasional.

#### b. Kondisi Psikologis Individu

Menurut Millgram dkk(dalam Ghufon & Ririsnawati 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 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 (dalam m. N. Ghufon & 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 factor 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.

## **2. Layanan Bimbingan Kelompok**

### **2.1. Pengertian Bimbingan**

Bimbingan dan konseling merupakan layanan yang diberikan kepada siswa oleh guru pembimbing yang terdapat dalam BK pola 17 plus yang terdiri dari enam bidang bimbingan, sembilan layanan bimbingan dan enam layanan pendukung. Diantara pemberian layanan tersebut adalah layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan oleh guru pembimbing dalam menangani sejumlah peserta didik.

Menurut Natawidjaja (dalam Winkel & Hastuti, 2012:29) bimbingan adalah “proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar, sesuai dengan tuntutan dan

keadaan keluarga serta masyarakat”. Dengan demikian ia dapat mengecap kebahagiaan hidupnya serta dapat memberikan sumbangan yang berarti.

Sejalan dengan Prayitno dan Amti (dalam Prayitno, 2009:99) yang menyatakan bahwa bimbingan adalah “sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri. Dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma yang berlaku”.

Selanjutnya pendapat yang dikemukakan oleh Rochman Natawidjaja (1987) “bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat, dan kehidupan pada umumnya”.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah proses bantuan yang dilakukan oleh orang yang sudah ahli (konselor) kepada beberapa individu secara berkesinambungan, agar individu tercapainya kemandirian dalam pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri dan mengembangkan kemampuan dirinya sendiri secara optimal, dan sesuai dengan tuntutan keadaan keluarga, sekolah serta masyarakat.

## **2.2. Pengertian Kelompok**

Hidup berkelompok sepertinya merupakan salah satu ciri manusia. Melalui kelompok kebiasaan - kebiasaan dan warisan sosial diturunkan. Hidup berkelompok itu sendiri banyak memberi manfaat pada manusia. Kelompok membentuk kepribadian dan mengontrol tingkah laku anggota dengan berbagai cara. Menurut Webster (dalam Erman Amti & Marjohan 1991:102), “kelompok adalah dua atau lebih benda atau orang yang membentuk suatu pola atau suatu unit pola suatu kesatuan orang-orang atau benda – benda yang membentuk suatu unit yang terpisah, suatu himpunan, suatu kesatuan objek yang mempunyai hubungan, kesamaan, atau sifat – sifat yang sama”.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Shaw (dalam Erman Amti & Marjohan, 1991:102) “bahwa kelompok adalah dua atau lebih orang yang saling berinteraksi antara yang satu dengan yang lainnya dalam cara – cara tertentu yang seseorang anggota mempengaruhi dan dipengaruhi oleh anggota yang lain”. Hal ini sejalan juga dengan pendapat yang dikemukakan oleh Brodbeck dan Lewin (dalam Hartinah, 2009:20) bahwa kelompok sebagai kumpulan individu – individu yang mempunyai hubungan tertentu, yang membuat mereka saling ketergantungan satu sama lain dalam ukuran – ukuran yang bermakna.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kelompok adalah sekumpulan orang yang mempunyai tujuan dan saling berinteraksi antara anggotanya sehingga bermanfaat membentuk kepribadian dan mengontrol tingkah laku seseorang.

### **2.3. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkesinambungan agar individu tersebut mampu mengenal dirinya dan dapat mengatasi masalah – masalah hidupnya serta bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri demi masa depannya. Untuk mewujudkan hal tersebut, maka pemberian bimbingan harus diberikan secara sistematis, kontiniu, terencana, dan terarah kepada tujuan yang akan dicapai. Terdapat berbagai jenis bimbingan, salah satunya adalah bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan strategi layanan dasar dalam suatu program bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan kelompok memungkinkan sejumlah siswa secara bersama – sama membahas pokok bahasan tertentu dan menunjang pemahaman dan pengembangan kemampuan sosial, serta untuk pengambilan keputusan atau tindakan tertentu melalui dinamika kelompok dengan tujuan agar pesereta didik dapat memperoleh bahan dan pengembangan kemampuan sosial. Siswa secara bersama – sama mempu mengeskpresikan, mengemukakan pendapat, mengungkapkan perasaan, saling interaksi,dll.

Faktor yang mendasari penyelenggaraan bimbingan kelompok adalah proses pembelajaran dalam bentuk mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku termaksud dalam hal pemecahan masalah dapat terjadi melalui proses kelompok. Dalam suatu kelompok, anggotanya dapat memberi pendapat yang diperlukan untuk membantu mengatasi masalah anggota yang lain dan anggota yang satu dengan yang lainnya saling memberi hubungan antara anggota menjadi lebih

akrab dan saling terbuka dan anggota dapat pula belajar untuk memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota yang lain.

Menurut Hartinah (2009:6), “bimbingan kelompok adalah kegiatan bimbingan yang diberikan kepada kelompok individu yang mengalami masalah yang sama”. Pengertian tersebut tidak secara langsung dan sengaja memanfaatkan dinamika kelompok yang tumbuh didalam kelompok tersebut membantu individu-individu yang bersangkutan.

Menurut Tohirin (dalam Nidya Damayanti, 2012:40), “bimbingan kelompok adalah suatu cara memberi bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok”. Hal ini juga sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Dewa Ketut Sukardi (dalam Nidya Damayanti, 2012:40), “Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan peserta didik secara bersama – sama memperoleh bahan dari nara sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan”.

Gazda (dalam Prayitno dan Amti, 2009:309), “bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu siswa menyusun rencana dan keputusan yang tepat”. Pengertian diatas menekankan pada kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dan adanya penyusunan rencana untuk mengambil keputusan.

Sedangkan Winkel dan Hastuti (dalam Nidya Damayanti 2012:48) “Bimbingan kelompok adalah bukan suatu himpunan individu – individu yang

karena satu atau lain alasan tergabung bersama, melainkan suatu satuan/unit orang yang mempunyai tujuan yang ingin dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul, selain tergantung dalam proses bekerja sama, dan mendapat kepuasan pribadi dari psikologis dengan seluruh anggota yang bergabung dalam satuan itu”.

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok diatas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya saling interaksi, saling memberi masukan yang berguna untuk membantu perkembangan optimal.

#### **2.4. Tujuan Bimbingan Kelompok**

Menurut Winkel & Sri Hastuti (dalam Nidya Damayanti, 2012:41), tujuan bimbingan kelompok adalah menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing – masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan. Selain itu bimbingan kelompok bertujuan untuk merespon kebutuhan dan minat para peserta didik. Tohirin (2012:4), menjelaskan tujuan bimbingan kelompok sebagai berikut:

##### **1) Tujuan Umum**

Tujuan umum kegiatan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan bersosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa

kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif sempit, dan terkungkung serta tidak aktif.

## 2) Tujuan Khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik tertentu melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik – topik itu mendorong perkembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif. Dengan diadakannya bimbingan kelompok ini dapat bermanfaat bagi siswa karena dengan bimbingan kelompok agar timbul interaksi dengan anggota – anggota kelompok mereka dan terpenuhinya kebutuhan psikologisnya.

### **2.5. Komponen Bimbingan Kelompok**

Prayitno (dalam Ari Asmidar Skripsi, 2014:23), menjelaskan bahwa dalam bimbingan kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok.

#### 1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin Kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok.

#### 2) Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seseorang konselor perlu membentuuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana mestinya. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas atau heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil. Kekurangan efektifan kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi 10 orang.

### 3) Dinamika Kelompok

Dalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika bimbingan kelompok sengaja ditumbuh kembangkan karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerja sama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, setiap anggota kelompok diharapkan mampu tegak sebagai perorangan yang sedang mengembangkan kediriannya dengan hubungan dengan orang lain. Ini tidak berarti bahwa pendirian seseorang lebih ditonjolkan daripada kehidupan kelompok secara umum. Dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut benar – benar hidup, mengarahkan tujuan yang ingin dicapai dan membuahkan manfaat bagi masing – masing anggota kelompok.

## **2.6. Model Kelompok Dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dua jenis kelompok, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas : Menurut Hartinah (2009 : 13), “ kelompok bebas adalah anggota kelompok bebas memasuki kelompok tanpa persiapan tertentu dan kehidupan kelompok tersebut memang sama sekali tidak disiapkan sebelumnya” dalam hal ini, perkembangannya akan timbul dalam kelompok itulah yang nantinya akan menjadi isi dan mewarnai kehidupan kelompok tersebut. Menentukan arah dan isi kegiatan kelompok sudah ditetapkan sebelumnya. Sesuai dengan namanya, sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Erman Amti & Marjohan (1991:106), “kelompok bebas adalah para anggota bebas mengemukakan segala pikiran dan perasaannya dalam kelompok”.

Selanjutnya kelompok tugas menurut pendapat yang dikemukakan oleh Hartinah (2009:13), “adalah kelompok pada dasarnya diberi tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, baik pekerjaan tersebut ditugas oleh pihak diluar sekolah tersebut maupun tumbuh didalam kelompok itu sendiri sebagai hasil dari kegiatan – kegiatan kelompok sebelumnya”. Sedangkan menurut Erman Amti & Marjohan (1991:106), “kelompok tugas adalah salah satu bentuk penyelenggaraan bimbingan kelompok dimana arah dan isi kegiatan kelompok itu tidak ditentukan oleh anggotanya melainkan diarahkan kepada penyelesaian suatu tugas.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kelompok tugas adalah “kelompok yang diberi tugas dari pemimpin kelompok kepada para anggota kelompok dan pemimpin mengemukakan suatu tugas untuk selanjutnya dibahas

dan diselesaikan oleh anggota kelompok”. Dalam penelitian ini, menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan kelompok tugas, di mana permasalahan yang dibahas didalam kelompok nanti ditentukan oleh pemimpin kelompok.

## **2.7. Tahap – Tahap Bimbingan Kelompok**

Tahap–tahap perkembangan kelompok dalam bimbingan melalui pendekatan kelompok sangat penting yang pada dasarnya tahapan perkembangan kegiatan bimbingan kelompok sama dengan tahapan yang terdapat dalam konseling kelompok. Prayitno (2004:20) tahap – tahap bimbingan kelompok ada empat tahap, yaitu :

### 1) Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, pembinaan hubungan baik, tahap pelibatan diri atau tahap memasuki diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pemahaman anggota kelompok akan memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan bimbingan kelompok, yang selanjutnya dapat menimbulkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya. pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, membina hubungan baik, percaya, menerima dan membantu teman–teman yang ada dalam kelompok.

Fungsi dan tugas utama pemimpin selama tahap ini adalah mengajarkan bagaimana cara untuk berpartisipasi dengan aktif sehingga dapat meningkatkan peluang mereka untuk mendapatkan kelompok yang produktif. Selain itu mengajarkan kepada anggota dasar hubungan antara

manusia seperti mendengarkan dan menanggapi dengan aktif. Pemimpin kelompok harus dapat memastikan semua anggota berpartisipasi dalam interaksi kelompok sehingga tidak ada seorang pun merasa dikucilkan.

Menurut Prayitno (2004:23), “mengemukakan peranan pemimpin kelompok pada tahap awal, yaitu : (a) Menampilkan diri secara utuh dan terbuka, (b) Menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat, tulus, bersedia membantu dan penuh empati, (c) Bertindak sebagai contoh”.

Selanjutnya Prayitno (2004:25-50) mengemukakan kegiatan kegiatan yang harus dilakukan pada tahap awal adalah: (1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan bimbingan kelompok, (2) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok, (3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, (4) Permainan penghangatan atau keakraban. Penampilan pemimpin kelompok seperti yang diuraikan diatas akan merupakan contoh yang berkemungkinan diikuti oleh para anggota dalam menjalin kegiatan bimbingan kelompok.

Dalam tahap ini merupakan suatu keadaan yang mana para anggota kelompok merasa belum ada keterkaitan kelompok. Oleh karena itu peranan pemimpin kelompok selain itu ialah merangsang danmemantapkan keterlibatan orang-orang baru dalam suasana kelompok yang diinginkan. Sedangkan kegiatan-kegiatan dalam bimbingan kelompok dalam tahap awal harus dikuasai oleh pemimpin kelompok agar dapat menjelaskan kegiatan – kegiatan yang akandilakukan pada tahap

awal. Hal ini berguna bagi anggota kelompok sebagai langkah awal untuk menunjukkan keprofesionalan dari pemimpin kelompok.

2) Tahap peralihan.

Ini merupakan tahap transisi dari tahap pembentukan ketahap kegiatan. Disebut tahap transisi karena merupakan saat transisi antara awal bimbingan kelompok dengan kegiatan bimbingan kelompok sesungguhnya. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan, pemimpin kelompok dapat menjelaskan kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan, maka tidak akan muncul keraguan–keraguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat–manfaat yang akan diperoleh setiap anggota kelompok.

Tahap transisi (peralihan) menurut Prayitno (2004:47) dijelaskan sebagai tahap peralihan yang bertujuan membebaskan anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya atau memasuki tahap berikutnya. Pada tahap ini suasana kelompok mulai terbentuk dan dinamika kelompok mulai tumbuh. Pada kondisi demikian anggota peduli tentang apa yang dipikirkan terhadapnya dan belajar mengekspresikan diri, sehingga anggota lain mendengarkan. Menurut Prayitno (1995:47), peranan pemimpin kelompok pada tahap ini yaitu : (a) menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka, (b) tidak mempergunakan cara – cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kuasanya, (c) mendorong dibahasnya suasana perasaan, dan (d) membuka

diri sebagai contoh dan penuh empati. Menurut Prayitno (2004:60), kegiatan – kegiatan yang harus dilakukan dalam tahap ini adalah : (1) Menjelaskan tahap yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, (2) Menawarkan atau mengamati para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap ketiga), (3) Membahas suasana yang terjadi, (4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, (5) Kalau perlu kembali kebeberapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan).

Pemimpin kelompok seyogyanya aktif untuk membantu anggota kelompok, karena para anggota belum dapat berjalan sendiri secara efektif. Kegiatan yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok yang utama ialah meningkatkan keikutsertaan anggota kelompok dalam memasuki tahap selanjutnya agar menjadi sebuah kelompok yang solid. Pada tahap ini pemimpin kelompok perlu menawarkan kepada anggota kelompok tentang kesiapan untuk mengikuti kegiatan selanjutnya, yaitu dengan membuka diri secara wajar.

### 3) Tahap kegiatan.

Ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Namun kegiatan kelompok pada tahap ini tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika tahap–tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ini akan berlangsung dengan lancar. (Prayitno 2004:61) mengemukakan tahap ini merupakan inti kegiatan kelompok, sehingga aspek – aspek yang menjadi isi pengiringnya cukup banyak. Pada kegiatan ini pada saat anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kelompok,

terciptanya suasana mengembangkan diri anggota kelompok, baik yang menyangkut perkembangan kemampuan berkomunikasi, mengajukan pendapat, menanggapi pendapat dengan terbuka, sabar dan tenggang rasa, maupun menyangkut pemecahan masalah yang dikemukakan dalam kelompok. Pada tahapan ini pula kegiatan bimbingan kelompok akan tampak secara jelas, apakah kegiatan yang dilaksanakan adalah kelompok bebas atau kelompok tugas, sehingga rangkaian kegiatannya disesuaikan dengan jenis kegiatan yang dilaksanakan oleh kelompok yang bersangkutan.

#### 4) Tahap pengakhiran (*Terminasi*)

Ini merupakan tahap terakhir dari kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini terdapat dua kegiatan, yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*follow-up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari seluruh rangkaian pertemuan kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tercapainya suatu pemecahan masalah oleh kelompok tersebut. Dalam kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelajahan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal – hal yang telah diperoleh melalui layanan bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari – hari. Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberi penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil – hasil yang telah diperoleh oleh kelompok tersebut.

Pada tahap ini pemimpin kelompok menciptakan suasana yang menyenangkan dan mengesankan, sehingga semua anggota kelompok merasa memperoleh manfaat yang besar dalam kegiatan tersebut serta adanya

keinginan untuk mengadakan kegiatan lagi. Menurut Prayitno (2004:63), peranan pemimpin kelompok pada tahap ini adalah: (1) tetap mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka, (2) memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota, (3) memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut, (4) penuh rasa persahabatan dan empati.

Kegiatan – kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah: (a) pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, (b) pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan pesan dan hasil – hasil kegiatan, (c) membahas kegiatan lanjutan, (d) mengemukakan pesan dan harapan. Peranan pemimpin kelompok dalam tahap ini yaitu tetap mengusahakan tahap yang hangat. Memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota serta memberi semangat untuk kegiatan lebih dengan penuh rasa persahabatan dan simpati, di samping itu fungsi pemimpin kelompok pada tahap ini adalah memperjelas arti setiap pengalaman yang diperoleh melalui kelompok dan mengajak para anggota untuk menerapkan dalam kehidupan sehari–hari serta menekankan kembali akan pentingnya pemeliharaan hubungan antara anggota setelah kelompok berakhir.

Dari pendapat ahli diatas dapat disimpulkan “bahwa ketika kita ingin melakukan kegiatan bimbingan kelompok harus memperhatikan keempat tahap yang diatas supaya kegiatan bimbingan kelompok terlaksana dengan baik”.

## **2.8. Teknik Bimbingan Kelompok**

Penggunaan teknik dalam bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang terbangun dalam kegiatan bimbingan kelompok agar lebih bergairah dan tidak cepat membuat siswa jenuh mengikutinya. Beberapa teknik yang bisa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu teknik pemberian informasi, diskusi kelompok, *modeling*, *role playing* dan permainan diskusi.

## **3. Penokohan ( *Modelling* )**

Teknik latihan modeling terdapat didalam pendekatan behavior. Di dalam (Teori dan teknik konseling, Gantina Kamalasari & dkk, 2011) Modeling berakar dari teori Albert Bandura dengan teori belajar sosial. Penggunaan teknik *modeling* (penokohan) telah dimulai pada akhir tahun 50-an, meliputi tokoh nyata, tokoh melalui film, tokoh imajinasi (imajiner).

### **3.1. Pengertian Teknik Modeling**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:176). Beberapa istilah yang digunakan adalah penokohan (*modeling*), peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*). Penokohan istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan (*observational learning*) terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan (*imitation*) menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati, yang ditiru, lebih

merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat dan diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain.

Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Terdapat beberapa tipe modeling, yaitu: modeling tingkah laku baru yang dilakukan melalui observasi terhadap model tingkah laku yang diterima secara sosial individu memperoleh tingkah laku baru. Modeling mengubah tingkah laku lama yaitu dengan meniru tingkah laku model yang tidak diterima sosial akan memperkuat/memperlemahkan tingkah laku tergantung tingkah laku model itu diganjar atau dihukum. Modeling simbolik yaitu modeling melalui film dan televisi menyajikan contoh tingkah laku, berpotensi sebagai sumber model tingkah laku. Modeling kondisioning banyak dipakai untuk mempelajari respons emotional. Pengamatan mengobservasi model tingkah laku emotional yang mendapat penguatan. Muncul respons emotional yang sama dan ditunjukkan ke obyek yang ada didekatnya saat ia mengamati model. Contoh emosi seksual yang timbul akibat nonton film porno dilampiaskan ke obyek yang ada di dekatnya, perkosaan atau pelecehan.

### **3.2. Proses penting modeling**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:177)

1. Perhatian, harus fokus pada model, proses ini dipengaruhi asosiasi pengamatan dengan model, sifat model yang atraktif, arti penting tingkah laku yang diamati bagi si pengamat.
2. Representasi, yaitu tingkah laku yang akan ditiru harus disimbolisasi dalam ingatan. Baik bentuk verbal maupun gambar dan imajinasi. Verbal memungkinkan orang mengevaluasi secara verbal tingkah laku yang diamati, mana yang dibuang dan mana yang dicoba lakukan. Imajinasi memungkinkan dilakukan latihan simbolik dalam pikiran.
3. Peniruan tingkah laku model, yaitu bagaimana melakukannya? Apa yang harus dikerjakan? Apakah sudah benar? Hasil lebih pada pencapaian tujuan belajar dan efikasi pembelajaran.
4. Motivasi dan penguatan. Motivasi tinggi untuk melakukan tingkah laku model membuat belajar menjadi efektif. Imitasi lebih kuat pada tingkah laku yang diberi penguatan daripada dihukum.

### **3.3. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penerapan penokohan (modeling)**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:177)

1. Ciri model seperti: usia, status sosial, jenis kelamin, kemarahan, dan kemampuan, penting dalam meningkatkan imitasi.
2. Anak lebih senang meniru model seusianya daripada model dewasa.
3. Anak cenderung meniru model yang standar prestasinya dalam jangkauannya.

4. Anak cenderung mengimitasi orang tuanya yang hangat dan terbuka.  
Gadis lebih mengimitasi ibunya.

### **3.4. Prinsip-prinsip modeling**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:178)

1. Belajar bisa diperoleh melalui pengalaman langsung dan bisa tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensinya.
2. Kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model yang ada
3. Reaksi-reaksi emosional yang terganggu bisa dihapus dengan mengamati orang lain yang mendekati obyek atau situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya.
4. Pengendalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
5. Status kehormatan model sangat berarti
6. Individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontoh tingkah laku model.
7. Modeling dapat dilakukan dengan model simbol melalui film dan alat visual lain.
8. Pada Bimbingan kelompok terjadi model ganda karena peserta bebas meniru perilaku pemimpin kelompok atau peserta lain.

9. Prosedur modeling dapat menggunakan berbagai teknik dasar modifikasi perilaku.

Kasus yang diterapi dengan modeling antara lain: penderita fobia, ketergantungan atau kecanduan obat-obatan, ketergantungan atau kecanduan alkohol, gangguan keperibadian berat psikosis, kesulitan anak adaptasi di sekolah, dan takut sekolah.

### **3.5. Pengaruh modeling**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:179)

1. Pengambilan respons atau keterampilan baru dan memperlihatkan dalam perilaku baru.
2. Hilangnya respons takut setelah melihat tokoh melakukan sesuatu yang menimbulkan rasa takut konseli, tidak berakibat buruk bahkan berakibat positif
3. Melalui pengamatan terhadap tokoh, seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu yang mungkin sudah diketahui atau dipelajari dan tidak ada hambatan.

### **3.6. Macam-macam penokohan**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:179)

1. Penokohan nyata (*live model*) seperti: terapis, guru, anggota keluarga atau tokoh yang dikagumi dijadikan model dan konseli.

2. Penokohan simbolik (*symbolic model*) seperti: tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain.
3. Penokohan ganda (*multiple model*) seperti: terjadi dalam kelompok, seorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bersikap.

### **3.7. Langkah-langkah modeling**

Dalam menggunakan teknik modeling terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Komalasari dkk (2011:179)

1. Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
2. Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti: usia, status ekonomi dan penampilan fisik. Hal ini penting terutama bagi anak-anak
3. Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
4. Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.
5. Kombinasi modeling dengan aturan, behavioral rehearsal, dan penguatan.
6. Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah
7. Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak maka buat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat

8. Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode modeling dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang paling sukar
9. Skenario modeling harus dibuat realistis
10. Melakukan pemodelan dimana tokoh menunjukkan perilaku yang menimbulkan rasa takut bagi konseli (dengan sikap manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang meyenangkan konseli).

Tingkah laku yang dimodifikasi dengan modeling adalah agresif, merokok, membolos, tidak mengerjakan tugas, terlambat masuk sekolah, berbicara sembarangan (nyeletuk), meminjam barang teman tanpa izin, fobia, dan takut.

### **3.8. Proses Konseling**

1. Pembinaan hubungan konseling. Menciptakan hubungan baik dengan konseli melalui komunikasi penerimaan, pemahaman, penghargaan, dan kelulusan sehingga timbul rasa percaya konseli terhadap konselor dan konseli dan mau terlibat aktif dalam proses konseling.
2. Pembahasan topik netral untuk segera berinteraksi dengan konseli dan meningkatkan keberhargaan konseli dengan konseli termotivasi melibatkan dirinya dalam konseling dan mempelajari perilaku baru bagi pencapaian tujuan yang diharapkan penetapan masalah dan tujuan konseling.
  - a) Menggali informasi tentang masalah konseli
  - b) Menentukan hakikat masalah konseli

- c) Menentukan data dasar masalah konseling: frekwensi, lamanya, intensitasnya.
- d) Menetapkan tujuan konseling secara spesifik sesuai dengan karakteristik masalah dan kondisi konseli
3. Pemilihan teknik konseling. Penentuan teknik yang sesuai dengan tujuan dan masalah yang dialami konseli
4. Penilaian keberhasilan. Perbandingan antara perilaku konseli setelah konseling dengan data dasar sebelum konseling.
5. Pengakhiran dan tindakan lanjutan. Jika tujuan konseling tercapai maka layanan konseling diakhiri dan kemudian diikuti perkembangan.

#### **4.Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Modeling* Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan**

Layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam bimbingan kelompok interaksi antar individu dalam kelompok merupakan suatu yang khas dan tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan. Karena dalam bimbingan kelompok beranggotakan individu yang heterogen terutama dari latar belakang dan pengalaman mereka masing – masing.

Teknik bimbingan kelompok salah satunya adalah teknik *modeling* yang pada hakekatnya merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau

mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Terdapat beberapa tipe modeling, yaitu: modeling tingkah laku baru yang dilakukan melalui observasi terhadap model tingkah laku yang diterima secara sosial individu memperoleh tingkah laku baru.

Melalui teknik Modeling mengubah tingkah laku lama yaitu dengan meniru tingkah laku model yang tidak diterima sosial akan memperkuat/memperlemahkan tingkah laku tergantung tingkah laku model itu diganjar atau dihukum. Modeling simbolik yaitu modeling melalui film dan televisi menyajikan contoh tingkah laku, berpotensi sebagai sumber model tingkah laku. Modeling kondisioning banyak dipakai untuk mempelajari respons emotional. Pengamatan mengobservasi model tingkah laku emotional yang mendapat penguatan. Muncul respons emotional yang sama dan ditunjukkan ke obyek yang ada didekatnya saat ia mengamati model. Contoh emosi seksual yang timbul akibat nonton film porno dilampirkan ke obyek yang ada di dekatnya, perkosaan atau pelecehan.

Prokrastinasi dapat juga dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan tidak senang terhadap tugas serta ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Knaus (dalam <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.

Modelling bertujuan juga untuk mengurangi respon-respon yang tidak layak dan melaksanakan tekun respon-respon yang semula terhambat/terhalang. Sedangkan menurut Willis (dalam <http://misscounseling.blogspot.com/2011/03tehnik-modeling.html>) mengatakan tujuan modeling yaitu menghilangkan perilaku tertentu dan membentuk perilaku baru.

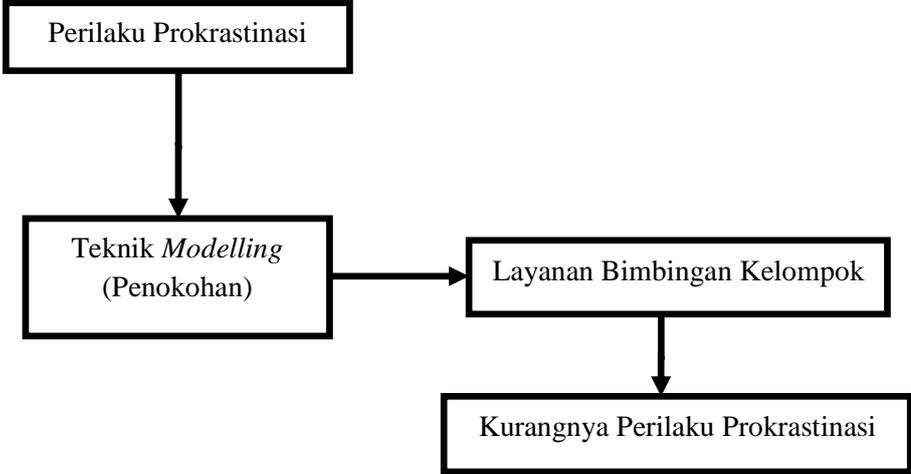
## **5.Kerangka Konseptual**

Prokrastinasi adalah kebiasaan atau penghindaran tugas yang mengakibatkan perasaan yang tidak senang terhadap tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Untuk mengurangi kebiasaan penghindaran tugas maka dilakukan salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yaitu bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan suatu pemberian bantuan kepada sekelompok individu untuk membantu mengatasi masalah dan membimbing kelompok untuk mandiri. Adapun tahap – tahap bimbingan kelompok adalah tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

Didalam bimbingan kelompok ada beberapa teknik salah satunya adalah teknik *modeling*. langkah-langkah yang diambil dalam modeling, yaitu : yaitu (1).

Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*) (2). Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti: usia, status ekonomi dan penampilan fisik. Hal ini penting terutama bagi anak-anak (3). Bila mungkin gunakan lebih dari satu model. (4). Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli. (5). Kombinasi modeling dengan aturan, behavioral rehearsal, dan penguatan. (6). Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah (7). Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak maka buat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat. (8). Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode modeling dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang paling sukar. (9). Skenario modeling harus dibuat realistis (10). Melakukan pemodelan dimana tokoh menunjukkan perilaku yang menimbulkan rasa takut bagi konseli (dengan setiap manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang menyenangkan konseli).

Tingkah laku yang dimodifikasi dengan modeling adalah, membolos karena tidak mengerjakan tugas, tidak yakin dengan hasil yang dikerjakan, menyontek, dan takut untuk mencoba sesuatu yang baru.





## **B. Langkah-Langkah Penelitian**

Langkah-Langkah Penelitian dibuat untuk menentukan perencanaan yang akan ditempuh dalam pelaksanaan penelitian . Adapun Langkah-Langkah Penelitian yang akan ditempuh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### a. Observasi Lapangan

Untuk melaksanakan observasi lapangan penelitian akan terjun langsung ke lokasi penelitian dan berperan aktif atau berpartisipasi aktif (observasi aktif ) dalam mengalami secara langsung tentang keadaan lokasi penelitian.

### b. Teknik Modelling

Dalam penelitian ini harus lebih dahulu dijelaskan kepada objek ,karena tujuan dari teknik modelling ini adalah untuk mengurangi perilaku prokrastinasi dalam proses belajar.

### c. Bimbingan Kelompok

Untuk melaksanakan bimbingan kelompok kepada objek , Maka lebih efisien apabila menggunakan salah satu teknik yang ada dalam bimbingan kelompok yang salah satunya yaitu teknik modelling.

## C. Subjek Dan Objek Penelitian

### 1. Subjek Penelitian

Moleong (2010 : 132 ) Mendeskripsikan subjek penelitian sebagai informan, yang artinya orang pada latar penelitian yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian.

Maka dalam penelitian ini ditentukan subjek penelitian yang kiranya peneliti dapat menggali informasi dari mereka yakni, Kepala sekolah sebagai pimpinan sekolah yang akan diteliti, guru bimbingan konseling dan seluruh siswa kelas VIII memiliki perilaku prokrastinasi.

**Tabel.3.1**  
**Jumlah Subjek**

<b>NO</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Siswa</b>
1	VIII- A	35
2	VIII- B	36
3	VIII- C	37
<b>JUMLAH</b>		<b>108 Siswa</b>

### 2. Objek Penelitian

Menurut Sugiono (2013: 12), obyek adalah keseluruhan gejala yang ada di sekitar kehidupan manusia.

Dalam penelitian ini yang menjadi objek peneliti yaitu dari keseluruhan siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atas yakni sebanyak 15 orang. Adapun pengambilan objek dalam penelitian ini hanya ditujukan kepada siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi didalam kelas batas objek berdasarkan

observasi, rekomendasi guru bimbingan dan konseling, wali kelas dan guru bidang studi dengan jumlah objek sebanyak 8 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016/2017.

**Tabel.3.2**  
**Jumlah Objek**

<b>NO</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Siswa Yang Prokrastinasi</b>
1	VIII- A	35	2
2	VIII- B	36	2
3	VIII- C	37	4
JUMLAH			8

#### **D. Metode Penelitian**

Jenis Penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti adalah penelitian kualitatif, penelitian ini bersifat mendeskripsikan data, fakta dan keadaan yang ada di lapangan.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

##### a. Observasi

Menurut Sutrisno Hadi dalam Sugiyono (2013:145) mengemukakan bahwa, *observasi* merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua di antara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.

Sebelum melakukan penelitian peneliti mengobservasi siswa untuk melihat permasalahan yang ada pada siswa di sekolah. Dalam pengamatan ini peneliti menggunakan jenis observasi partisipan, yaitu observer terjun langsung,

meleburkan diri, berinteraksi langsung dan mengumpulkan data dalam situasi ataupun lingkungan yang diobservasi, dimana observer membuat materi yang dibuat sebelumnya dengan maksud sesuai dengan tujuan observasi.

Pada pengamatan ini pengamat menggunakan alat bantu Ceklist, dimana pengamat membuat daftar yang berisi nama-nama subjek dan factor yang hendak di selidiki. Indikator perilaku yang di ungkap muncul atau tidak. Memberi tanda yang sesuai pada pilihan yang ada, berisi suatu daftar yang memuat tentang gejala-gejala perilaku atau aspek-aspek suatu atribut tentang daftar indikator perilaku yang diamati, sehubungan dengan data yang dihasilkan dari pedoman ceklis berbentuk angka.

Pada kegiatan penelitian, peneliti mengobservasi kegiatan siswa yang direkomendasikan menjadi subjek penelitian guna mengetahui perilaku prokrastinasi siswa. Kisi-kisi observasi dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.2 berikut :

**Tabel.3.3**  
**Kisi-Kisi Observasi Kepada Siswa**  
**SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan**

No	Indikator	Sub Indikator	Item
1	Tingkah laku siswa dilingkungan sekolah	a. Kegiatan atau tingkah laku siswa pada saat proses belajar mengajar. b. Respon Siswa dalam menanggapi tugas atau pelajaran yang diberikan pada proses belajar mengajar.	1. Tingkah laku siswa ketika mengikuti proses belajar mengajar didalam kelas. 2. Respon siswa ketika menanggapi tugas atau pelajaran yang diberikan oleh guru ?

2	Perilaku Prokrastinasi	a.Ciri-ciri siswa yang memiliki perilaku Prokrastinasi.	1.Siswa lebih suka menunda pekerjaan atau tugasnya. 2.Siswa melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan. 3.Siswa terus mengulang perilaku prokrastinasi
---	------------------------	---	--

#### b.Wawancara

Wawancara adalah proses komunikasi atau interaksi untuk mengumpulkan informasi dengan cara Tanya jawab antara peneliti dengan informan atau subjek penelitian (Emzir, 2010 : 50 ).

Peneliti mewawancarai wali kelas dan guru Bimbingan dan Konseling untuk meminta rekomendasi siswa yang akan dijadikan subjek serta informasi mengenai subjek tersebut.Wawancara dilakukan dengan kewajaran yang maksimal sehingga dapat diperoleh data mendalam. Bentuk pertanyaan yang penting dan sejalan dengan tujuan penelitian. Pedoman dalam wawancara ini menggunakan model interview guide yang disusun sesuai dengan aspek-aspek dalam penelitian ini. Adapun kisi-kisi wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di sekolah SMP Swasta Rahmat Islamiyah dapat dilihat pada tabel 3.3 Berikut :

**Tabel.3.4**  
**Kisi-Kisi Wawancara Untuk Guru**  
**Bimbingan Dan Konseling SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap**

No.	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1	Sudah Berapa lama bapak menjadi guru Bimbingan dan konseling ?	
2	Apakah pendidikan bapak memang berasal dari jurusan bimbingan dan konseling ?	
3	Bagaimana dengan minat belajar siswa/I kelas VIII di SMP Negeri 2 Buntu Pane ini pak ?	
4	Bagaimana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Dikelas VIII Pak ?	
5	Bagaimana dengan bimbingan kelompok,apakah bapak pernah melakukan layanan tersebut kepada siswa kelas VIII ?	
6	Tindakan Apa yang bapak lakukan dalam menangani masalah siswa ?	

**Tabel.3.5**  
**Kisi-Kisi Wawancara Untuk Guru Wali Kelas VIII SMP Negeri 2**  
**Buntu Pane Satu Atap**

No.	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1	Permasalahan apa saja yang di alami siswa ketika proses belajar mengajar berjalan ?	
2	Tingkah laku apa saja yang sering ditampilkan siswa selama dilingkungan	

	sekolah ?	
3	Apakah anda mengetahui kegiatan yang dilakukan siswa didalam kelas selama proses belajar mengajar berjalan ?	
4	Apakah anda menyelesaikan masalah siswa dengan cara mandiri atau bekerja sama dengan pihak lain terutama guru bimbingan dan konseling ?	

**Tabel 3.6**  
**Kisi – Kisi Wawancara untuk Siswa**  
**Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap**

No.	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1	Apabila diberikan tugas oleh guru langsung kamu kerjakan atau tidak ?	
2	.Apakah kamu suka mengobrol dengan teman ketika pelajaran diberikan di dalam kelas?	
3	Apakah kamu suka menunda-nunda mengumpulkan tugas ?	
4	Apakah kamu selalu terlambat mengumpulkan tugas disbanding dengan teman-teman yang lain?	
5	Apakah kamu pernah menunda menyelesaikan tugas, meskipun tugas tersebut penting ?	
6	Apakah kamu pernah berpikir tidak masalah jika terlambat mengumpulkan tugas, yang penting bagi saya tugasnya saya kumpulkan ?	

7	Sejak kapan kamu mulai menunda pekerjaan yang harus di lakukan ?	
---	--	--

## **F. Dokumentasi**

Menurut Sugiyono (2013:240) Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), ceritera, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain. Dokumentasi dalam penelitian berupa foto-foto kegiatan layanan bimbingan dan konseling yang diterapkan disekolah pada saat penelitian dilakukan.

## **G. Teknik Analisis Data**

Menurut Suharsimi ( 2007 : 147 ) data yang diperoleh dalam lapangan selanjutnya menggunakan teknik analisa data kualitatif yakni sebagai berikut : Tahap analisa data terdiri dari: (1) Reduksi data , (2) Penyajian data , (3) Kesimpulan.

### **1. Reduksi Data**

Data yang terdapat dalam penelitian ini akan direduksi ,agar tidak bertumpuk-tumpuk guna untuk memudahkan mengelompokan data serta memudahkan dalam penyimpulanya.

Reduksi Data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan yang tertulis dari lapangan. Reduksi data berlangsung terus menerus selama penelitian berlangsung.

## 2. Penyajian Data

Penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun dari kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan, penyajian data berbentuk teks naratif, diubah menjadi bentuk matriks, grafik, jaringan dan bagan. Semua dirancang guna menggabungkan informasi yang tersusun dalam bentuk padu dan mudah diraih sehingga peneliti dapat mengetahui apa yang terjadi untuk menarik kesimpulan. Penyajian data merupakan bagian dari proses – proses analisis.

## 3. Kesimpulan

Data awal yang berwujud kata-kata dan tingkah laku informasi peneliti yang terkait dengan penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modelling untuk mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap., diperoleh melalui hasil observasi dan wawancara seluruh dokumen, selanjutnya direduksi dan disimpulkan.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Deskripsi Data**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan**

Pada tahun 2009 SMP Negeri 2 buntu pane satu atap mulai beroperasi Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan, beralamat jalan: Desa Ambalutu, Kecamatan Buntu Pane, Kabupaten Asahan. SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan mempunyai guru sebanyak 23 orang. SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan mempunyai 282 siswa/wi. SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan ini memiliki 1 orang guru BK yaitu bapak Warwandi,S.Pd. Lokasi sekolah ini berada ditempat perdesaan yang jauh dari jalan lintas akan tetapi sekolah terbilang mudah dijangkau oleh kendaraan ataupun berjalan kaki. Di sekitar sekolah terdapat beberapa perumahan milik perkebunan kelapa sawit PTPN.III. Keadaan SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan ini sangat kondusif karena jauh dari jalan lintas , mudah dijangkau dan mendukung kegiatan belajar mengajar.

Keseluruhan SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan ini terdiri dari 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang Guru/Staf Pengajar , 8 ruangan kelas, 1 ruang koperasi, 1 Masjid, 3 kantin, 1 perpustakaan, 1 laboratorium komputer, 1 Laboraturium IPA , 1 Laboraturium Bahasa , 1 Laboraturium Multimedia, 1

Lapangan futsal, badminton dan Lapangan untuk upacara. Sekolah ini dipimpin oleh Kepala Sekolah Bapak Herison Panjaitan, S.Pd, M.Si.

## 2. Profil Sekolah

- Nama Sekolah : **SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap**
- NPSN : 10260611
- Alamat (Jalan/Kec./Kab./Kota) : Desa Ambalutu, Kecamatan Buntu Pane,  
Kabupaten Asahan
- No. Telp. : -
- Koordinat : Longitude : - Latitude : -
- Nama Yayasan (bagi swasta) : -
- Nama Kepala Sekolah : Herison Panjaitan, S.Pd, M.Si
- No. Telp/Hp : 081263191428
- Kategori Sekolah : RSBI / SSN / Rintisan SSN / Potensial \*)
- Tahun Beroperasi : 2009
- Akreditasi Sekolah : Sudah Terakreditasi Dengan Nilai “ B “
- Nomor / Tahun : 697/BAP-SM/PROVSU/LL/IX/2014
- Kepemilikan Tanah/Bangunan : Milik Pemerintah / Yayasan / Pribadi /  
Menyewa / Menumpang \*)
- ✓ Luas Tanah/Status : 4.489 m<sup>2</sup> / SHM/HGB/Hak Pakai/Akte  
Jual-Beli/Hibah \*)
- (copy site plan dilampirkan)**
- ✓ Luas Bangunan : 405 m<sup>2</sup>
- No. Rekening BOS Sekolah : 260.02.05.003800-0

Pemegang Rekening : SMP N 2 BUNTU PANE SATU ATAP

Nama Bank : BANK SUMUT

Cabang : KISARAN

### **3. Visi , Misi Dan Tujuan Sekolah**

#### 3.1.Visi Sekolah

“ Membentuk Insan Yang Cerdas , Terampil Dan Berakhlak Mulia “

#### 3.2.Misi Sekolah

1. Menyelenggarakan Pembelajaran Dan Bimbingan Secara Efektif Untuk Mengoptimalkan Potensi Dan Prestasi Akademik Siswa.
2. Mendorong Dan Membantu Siswa Dalam Mengenal Dirinya Dalam Upaya Peningkatan Prestasi Non Akademik Yang Meliputi Prestasi Dalam Bidang Olahraga , Kesenian Dan Keterampilan.
3. Mengembangkan Sikap Dan Perilaku Seluruh Warga Sekolah Sebagai Cermin Luhurnya Budi Pekerti.
4. Mengembangkan Usaha Untuk Membudayakan Kegiatan Dalam Rangka Penciptaan Akhlak Mulia Bagi Seluruh Warga Indonesia.
5. Penumbuhan , Peningkatan, Penghayatan Dan Pengamalan Terhadap Nilai-Nilai Keimanan Dan Ketaqwaan Sesuai Dengan Ajaran Agama.

#### 3.3.Tujuan Sekolah

1. Meyakini, memahami dan menjalankan ajaran agama yang dianut seperti beriman dan bertakwa kepada Allah SWT dan berbudi pekerti yang baik serta bertanggung jawab.
2. Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali potensi dirinya, sehingga dapat berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki.
3. Mendorong bagi seluruh warga sekolah untuk adanya perubahan yang lebih baik.

#### 3.4. Tata Tertib

- Untuk Siswa

##### **I. Hal masuk Sekolah**

1. Semua siswa harus masuk sekolah selambat-lambatnya 5 menit sebelum pelajaran dimulai.
2. Siswa yang datang terlambat tidak diperkenankan langsung masuk kelas, melainkan harus terlebih dahulu melapor kepada guru piket.
3. Siswa absen, hanya benar sakit atau ada keperluan yang sangat penting/tidak bisa diwakilkan.
4. Urusan keluarga harus dikerjakan diluar sekolah atau waktu libur sehingga tidak mengganggu hari sekolah.
5. Siswa yang absen pada waktu masuk kembali harus melapor kepada Guru Piket dengan membawa surat-surat yang diperlukan.
6. Siswa tidak diperbolehkan meninggalkan sekolah selama jam pelajaran berlangsung.

7. Jika siswa merasa sakit sejak dirumah, maka sebaiknya tidak masuk sekolah dan memberikan keterangan kepada pihak sekolah/guru piket.

## **II. Kewajiban Murid.**

1. Taat kepada guru-guru dan Kepala Sekolah.
2. Ikut bertanggung jawab atas kebersihan, keamanan, ketertiban kelas dan sekolah pada umumnya.
3. Ikut bertanggung jawab atas pemeliharaan gedung, halaman, perabot dan peralatan di sekolah.
4. Membantu kelancaran pelajaran baik dikelasnya maupun disekolah pada umumnya.
5. Ikut menjaga nama baik sekolah, guru dan pelajar pada umumnya baik didalam maupun diluar sekolah.
6. Menghormati guru dan saling menghargai antar sesama siswa.
7. Melengkapi diri dengan keperluan sekolah.
8. Siswa yang membawa kendaraan agar menempatkan di tempat yang telah ditentukan dalam keadaan terkunci.
9. Ikut membantu agar tata tertib sekolah dapat berjalan dan ditaati.

## **III. LARANGAN SISWA**

1. Meninggalkan sekolah selama pelajaran berlangsung. Penyimpangan dalam hal ini hanya dengan izin Guru Piket.

2. Membeli makanan dan minuman di luar sekolah.
3. Menerima surat-surat/tamu di kelas.
4. Memakai perhiasan yang berlebihan serta berdandan yang tidak sesuai dengan tuntutan sekolah.
5. Merokok didalam dan diluar sekolah.
6. Meminjam uang dan alat-alat pelajaran antar sesama siswa.
7. Mengganggu jalannya pelajaran baik terhadap kelasnya maupun terhadap kelas lain.
8. Berada di dalam kelas selama waktu istirahat.
9. Berkelahi dan main hakim sendiri jika menemui persoalan antar teman.
10. Menjadi pertempuran anak-anak nakal dan geng-geng terlarang.
11. Membawa barang-barang elektronik yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran.

#### **IV. HAL PAKAIAN DAN LAIN**

1. Setiap siswa wajib memakai pakaian sekolah lengkap sesuai dengan kebutuhan sekolah.
2. Setiap siswa dilarang memelihara kuku panjang dan memakai alat kosmetik yang lazim dipergunakan orang dewasa.
3. Rambut dipotong rapi, bersih dan terpelihara.
4. Pakaian olah raga sesuai dengan ketentuan sekolah.

- Untuk guru dan pegawai

1. Hadir disekolah minimal 10 (sepuluh) menit sebelum jam pelajaran dimulai dan pulang setelah jam pembelajarannya selesai (bel berbunyi)
2. Mengisi daftar hadir guru dikantor sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan belajar-mengajar
3. Sebelum kegiatan pembelajaran dalam satu semester dimulai setiap pengajar harus menyerahkan perangkat pembelajaran kepada kepala sekolah melalui wakil kepala sekolah
4. Setiap pembelajaran selesai pendidik harus mengisi buku batasan pengajaran dengan teliti
5. Pendidik dilarang meninggalkan kelas disaat KBM berlangsung
6. Setiap pendidik wajib melaksanakan tugas/amanah apabila ditunjuk menjadi piket, Pembina upacara, wali kelas, panitia dan lain-lain yang berkaitan dengan pendidikan
7. Mencatat nilai test/evaluasi peserta didik pada buku nilai
8. Membimbing serta member tauladan yang baik kepada peserta didik tentang penjabaran 7K secara perorangan maupun perkelas
9. Setiap pendidik mempunyai kewajiban menegur peserta didik yang tidak berpakaian rapi dan melanggar disiplin serta menindak lanjuti ke guru piket atau BP
10. Setiap pendidik harus senantiasa :
  - a) Berbusana yang sopan rapi dan tidak ketat

- b) Memberikan contoh tauladan yang baik setiap gerak-geriknya, tutur katanya, bergaul sesama pendidik serta tindak tanduknya di dalam maupun diluar kelas
  - c) Tidak makan di ruang belajar selama kegiatan belajar-mengajar berlangsung
  - d) Menonaktifkan ponsel disaat KBM berlangsung
11. Setiap pendidik tidak dibenarkan memberikan hukuman sanksi dengan mengeluarkan peserta didik dari kelas tanpa tindak lanjut (solusi)
  12. Izin karena sakit yang memerlukan istirahat beberapa hari harus melampirkan surat keterangan yang sah dari dokter
  13. Izin karena sesuatu hal yang mendesak, kemalangan, keluarga yang sakit hendaknya melaporkan kepada pihak sekolah baik lisan maupun tulisan serta mengirimkan bahan pelajaran sesuai dengan kelas dan bahan pelajaran pada saat ketidakhadiran
  14. Bagi pendidik yang akan menjalani cuti bersalin harus menyelesaikan administrasi ijin cuti sebelum menjalani cutinya dan mencari pengganti selama cuti berlangsung
  15. Setiap pendidik berkewajiban menjalankan tugasnya serta keaktifan dalam rapat dan mengikuti kegiatan
  16. Setiap pendidik berkewajiban mengikuti peraturan
  17. Hal-hal lain yang belum termasuk dalam ketentuan di atas dan segala perubahan dapat ditentukan kemudian

#### 4. Sarana Dan Prasarana Sekolah

Tabel 4.1

Sarana Dan Prasarana Sekolah

NO	Jenis Sarana	Kondisi			Keterangan
		Baik	Kurang Baik	Tidak Ada	
1	Ruang Kepala Sekolah	✓			
2	Ruang Guru	✓			
3	Ruang Kelas	✓			
4	Ruang Koperasi			✓	
5	Ruang OSIS			✓	
6	UKS			✓	
7	Masjid	✓			
8	Laboraturium Multimedia	✓			
9	Laboraturium Bahasa	✓			
10	Laboraturium IPA	✓			
11	Laboratorium Komputer	✓			
12	Perpustakaan	✓			
13	Lapangan Futsal Dan Batminton	✓			
14	Lapangan Sekolah	✓			
15	Kantin	✓			
16	Toilet	✓			

#### 4.2.Fasilitas Olahraga Dan Eskul

a. Volly

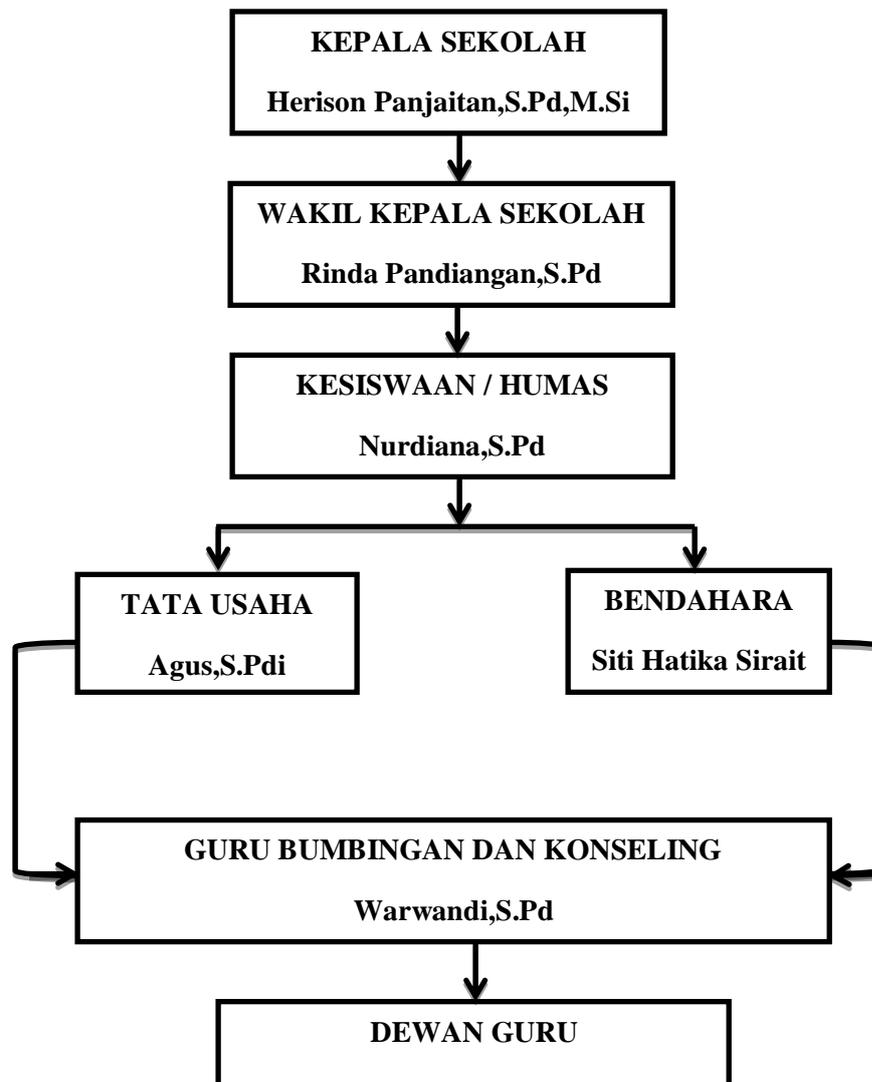
b. Pramuka

c. Karate

d. Batminton

## 5. Struktur Organisasi

### Struktur Organisasi SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap



## 6. Kurikulum Sekolah

Kurikulum-kurikulum adalah aspek penting dalam kegiatan belajar mengajar, Kurikulum yang digunakan oleh SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan adalah Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dan untuk mendukung kelancaran dalam pencapaian tujuan kurikulum sekolah menggunakan lembar kerja siswa sebagai acuan pembelajaran.

## 7. Daftar Nama Guru Dan Pegawai

**Tabel. 4.3**  
**Nama Guru Dan Pegawai**  
**SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>JABATAN</b>
1	Herison Panjaitan,S.Pd,M.Si	Kepala Sekolah
2	Rinda Pandiangan,S.Pd	Wakil Kepala Sekolah
3	Nurdiana,S.Pd	Guru
4	Sanusi,S.Pd	Guru
5	Warwandi,S.Pd	Guru
6	Fitri Kumala Sari,S.Pdi	Guru
7	Ridha Ayu Sirait,S.Pd	Guru
8	Susanti Sinaga,S.H	Guru
9	Lannisa Hanum Hasibuan,S.Pdi	Guru
10	Paska Nur Aprianti Panjaitan,S.Pd	Guru
11	Sutrisman,S.Pd	Guru
12	Herlinawati Sianipar.S.Pd	Guru
13	Syarifuddin Mustofa Hasibuan,S.Kom	Guru

14	Yulia Rahmi,S.Pd	Guru
15	Yuyun Maharani,S.Pd	Guru
16	Dian Rizky Andika,S.Pdi	Guru
17	Jenny Aristha Simanjuntak,S.Pd	Guru
18	Suratman,S.E	Guru
19	Heri Kusniadi,S.Pdi	Guru
20	Rikki Renaldi Sianipar,S.Pd	Guru
21	Faisal Abdau Samosir,S.Pd	Guru
22	Siti Hatika Sirait	Bendahara
23	Agus , S.Pd	Tata Usaha
24	Ferry	Penjaga Sekolah

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

Deskripsi yang berkenaan dengan hasil penelitian ini, Berdasarkan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan penelitian melalui wawancara terhadap sumber data dan pengamatan langsung lapangan. Dalam penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Adalah Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII . Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan .

Dari hasil wawancara dengan wali kelas dan siswa bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap belum pernah dilaksanakan. Selanjutnya untuk mengetahui apakah ada siswa yang

memiliki Perilaku Prokrastinasi ,Maka peneliti berkordinasi dengan guru pembimbing dan selanjutnya melakukan wawancara dan Observasi. Dengan adanya masalah siswa yang peneliti ketahui dari hasil wawancara dan observasi maka diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dan membahas topik tentang prokrastinasi. Kepada siswa yang memiliki masalah prokrastinasi selanjutnya dari jawaban dari wali kelas dan siswa-siswa tersebut dijadikan landasan untuk dilakukannya layanan bimbingan kelompok.

Adapun data siswa yang memiliki Perilaku Prokrastinasi adalah sebagai Berikut :

**Tabel.4.3**  
**Jumlah Data Siswa Prokrastinasi**

<b>NO</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Siswa Yang Prokrastinasi</b>
1	VIII- A	35	2
2	VIII- B	36	2
3	VIII- C	37	4
<b>JUMLAH</b>			<b>8</b>

Siswa yang memiliki masalah perilaku Prokrastinasi Berjumlah 8 orang siswa yang dijadikan subjek penelitian. Untuk wawancara tahap selanjutnya menggunakan bimbingan kelompok dan wawancara ini bertujuan untuk membantu klien bisa keluar dari masalah yang sedang dihadapinya.

Layanan Bimbingan Kelompok yang dilakukan untuk mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan , Merupakan jenis penelitian Tindakan . Adapun anggota Bimbingan

Kelompok dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki Perilaku Prokrastinasi (NA,YR,SW,AD,LC,RS, MS, YS )

Jenis Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan. Penelitian Tindakan Meliputi Perencanaan , Pengamatan Dan Refleksi . Pada Penelitian ini peneliti memberikan tindakan melalui Layanan Bimbingan Kelompok sebanyak 4 kali. Peneliti Memberikan topik tugas yang berhubungan dengan indikator dari Perilaku Prokrastinasi .

Sebelum memulai kegiatan , Hal yang pertama kali dilakukan peneliti adalah membuat perencanaan kegiatan . Perencanaan dilakukan agar tindakan yang akan diberikan nantinya dapat berlangsung dengan baik, lancar dan sesuai dengan tujuan.

Adapun Perencana yang telah disusun oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Melakukan waktu Pertemuan dengan anggota yang diadakan sebanyak 4 kali pertemuan berdurasi kurang lebih 40 Menit dan sesuai dengan kebutuhan.
2. Mengatur Tempat dan teknis penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok Dilaksanakan
3. Menyiapkan kelengkapan Adminitrasi Pendukung Penelitian .

Kelengkapan Adminitrasi tersebut antara lain alat tulis dan pedoman observasi.

Peneliti memulai kegiatan sesuai dengan perencanaan yang telah disusun . Layanan yang diberikan adalah dengan menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok. Layanan Bimbingan Kelompok dilaksanakan sesuai dengan tahapan Bimbingan Kelompok . Peneliti memberikan materi dengan topik tugas dimana topik ini bertujuan untuk mengarahkan pemahaman akan Perilaku Prokrastinasi , metode ini juga dapat melatih para anggota kelompok untuk berani mengungkapkan pendapat, melatih menghargai pendapat orang lain , komunikasi dan sebagainya. Pertemuan diadakan sebanyak 4 kali dengan durasi waktu 40 menit pada setiap pertemuan atau sesuai dengan kebutuhan.

Berikut adalah uraian rincian Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok :

### **Pertemuan Pertama Bimbingan Kelompok**

Hari / Waktu : 23 Januari 2017

Tempat : Lapangan Badminton SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu  
Atap

Jumlah Siswa : 8 Orang Siswa

Jalannya Kegiatan :

#### a. Tahap Pembentukan

Pertemuan pertama peneliti menjelaskan apa itu prokrastinasi yaitu pemahaman atau pengertian prokrastinasi. Tahap pembentukan peneliti membina hubungan baik terlebih dahulu seperti mengucapkan selamat datang,menanyakan

kabar atau keadaan anggota kelompok ,kemudian peneliti membuka kegiatan dengan mengucapkan salam lalu meminta salah satu anggota kelompok untuk memimpin Doa dan kemudian Peneliti memperkenalkan diri ,lalu peneliti menjelaskan pengertian bimbingan kelompok kerana tidak semua anggota tahu apa bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan tujuan bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok dan menjelaskan azas-azas dalam bimbingan kelompok yaitu: keaktifan, keterbukaan dan kenormatifan.

Lalu peneliti Memberikan kegiatan Ice Breaking dimana para anggota diminta untuk bernyanyi sambil menyebutkan namanya “Hei Hello Siapa Dia,Saya Lusi kamu siapa ? yang kemudian dilanjutkan oleh anggota kelompok lainnya sampai seluruh anggota kelompok mendapat giliran .

#### b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti menjelaskan kegiatan yang akan dijalani ,mengenali suasana hati dan pikiran masing-masing anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka, menanyakan apakah anggota kelompok sudah siap dan menentukan azas-azas yang dipedomani dan diperhatikan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud, tujuan dan proses bimbingan kelompok .

#### c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan, peneliti menjelaskan topik yang akan dibahas yaitu pemahaman penundaan tugas, tanya jawab hal yang belum dipahami dari topik yang dibahas. Saat melakukan kegiatan, Peneliti memberikan tahapan-tahapan dalam *Modelling* seperti identifikasi masalah Membantu menghadapi gangguan keperibadian yang berat seperti psikosis, untuk peroleh tingkah laku sosial yang lebih adaptif , agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*, membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru dan mengurangi respon yang tidak layak. Representasi permasalahan adalah peneliti membantu anggota kelompok untuk merumuskan dan memahami masalah secara benar. Perencanaan pemecahan, peneliti membimbing anggota kelompok melakukan perencanaan pemecahan masalah. Mengimplementasikan perencanaan adalah peneliti membimbing anggota kelompok menerapkan perencanaan yang telah dibuat. Menilai perencanaan adalah peneliti membimbing anggota dalam melakukan penilaian terhadap perencanaan pemecahan masalah. Menilai hasil pemecahan, peneliti membimbing anggota kelompok melakukan penilaian terhadap hasil pemecahan masalah. Peneliti melakukan permainan “manajemen waktu” untuk memanfaatkan waktu sebaik mungkin. Pemimpin Kelompok (Peneliti) Mulai mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan tentang Perilaku Prokrastinasi.

#### d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan berakhir, anggota kelompok memberikan

kesan-kesan kegiatan bimbingan kelompok, anggota kelompok memberikan pesan dan harapan kegiatan bimbingan kelompok, peneliti dan anggota kelompok berdo'a bersama, anggota kelompok bersalaman dan menyanyikan lagu "sayonara".

### **Pertemuan kedua Bimbingan Kelompok**

Hari / Waktu : 27 Januari 2017

Tempat : Lapangan Badminton SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu  
Atap

Jumlah Siswa : 8 Orang Siswa

Jalannya Kegiatan :

#### **a. Tahap Pembentukan**

Pertemuan Kedua Peneliti menjelaskan dampak prokrastinasi. Lalu Didalam dampak prokrastinasi menjelaskan kenapa stress bisa timbul, terjebak dalam tumpukan jadwal dan pekerjaan, rasa malas dan keterlambatan menyelesaikan tugas. Pada tahap pembentukan, peneliti mengucapkan selamat datang, membaca doa bersama, anggota kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan tujuan bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan cara

pelaksanaan bimbingan kelompok dan menjelaskan azas-azas dalam bimbingan kelompok yaitu: keaktifan, keterbukaan dan kenormatifan

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti menjelaskan kegiatan yang akan dijalani, mengenali suasana hati dan pikiran masing-masing anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka, menanyakan apakah anggota kelompok sudah siap dan menentukan azas-azas yang dipedomani dan diperhatikan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud, tujuan dan proses bimbingan kelompok .

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan, peneliti menjelaskan topik yang akan dibahas yaitu dampak penundaan tugas, tanya jawab hal yang belum dipahami dari topik yang dibahas. Saat melakukan kegiatan, Peneliti memberikan tahapan-tahapan dalam *Modelling* seperti identifikasi masalah, Membantu menghadapi gangguan keperibadian yang berat seperti psikosis, untuk peroleh tingkah laku sosial yang lebih adaptif , agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*, membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru dan mengurangi respon yang tidak layak, peneliti memberi permasalahan kepada anggota dan membimbing siswa dalam melakukan identifikasi permasalahan. Representasi permasalahan adalah peneliti membantu anggota kelompok untuk merumuskan dan memahami masalah secara benar. Perencanaan pemecahan adalah peneliti membimbing anggota kelompok melakukan perencanaan pemecahan masalah. Mengimplementasikan perencanaan

adalah peneliti membimbing anggota kelompok menerapkan perencanaan yang telah dibuat. Menilai perencanaan adalah peneliti membimbing anggota dalam melakukan penilaian terhadap perencanaan pemecahan masalah. Menilai hasil pemecahan, peneliti membimbing anggota kelompok melakukan penilaian terhadap hasil pemecahan masalah. Peneliti melakukan permainan “jalan kehidupan” untuk memanfaatkan waktu sebaik mungkin.

#### d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan berakhir, anggota kelompok memberikan kesan-kesan kegiatan bimbingan kelompok, anggota kelompok merencanakan kegiatan lanjutan pada jum'at tanggal 12 Juni 2015, anggota kelompok memberikan pesan dan harapan kegiatan bimbingan kelompok, peneliti dan anggota kelompok berdo'a bersama, anggota kelompok bersalaman dan menyanyikan lagu “sepatu gelang”.

### **Pertemuan ketiga Bimbingan Kelompok**

Hari / Waktu : 04 Februari 2017

Tempat : Ruang Lab.IPA SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap

Jumlah Siswa : 8 Orang Siswa

Jalannya Kegiatan :

#### a. Tahap Pembentukan

Pada pertemuan ketiga Peneliti menjelaskan solusi penundaan tugas. Bagaimana untuk menghilangkan kebiasaan menunda. Pada tahap pembentukan, peneliti mengucapkan selamat datang, membaca doa bersama, peneliti menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan tujuan bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok dan menjelaskan azas-azas dalam bimbingan kelompok yaitu: keaktifan, keterbukaan dan kenormatifan.

#### b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti menjelaskan kegiatan yang akan dijalani, mengenali suasana hati dan pikiran masing-masing anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka, menanyakan apakah anggota kelompok sudah siap dan menentukan azas-azas yang dipedomani dan diperhatikan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud, tujuan dan proses bimbingan kelompok .

#### c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan, peneliti menjelaskan topik yang akan dibahas yaitu solusi penundaan tugas, tanya jawab hal yang belum dipahami dari topik yang dibahas. Saat melakukan kegiatan, Peneliti memberikan tahapan-tahapan dalam *Modelling* seperti identifikasi masalah, Membantu menghadapi gangguan kepribadian yang berat seperti psikosis, untuk peroleh tingkah laku sosial yang lebih adaptif , agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*, membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru dan mengurangi respon yang tidak layak.

Representasi permasalahan adalah peneliti membantu anggota kelompok untuk merumuskan dan memahami masalah secara benar. Perencanaan pemecahan adalah peneliti membimbing anggota kelompok melakukan perencanaan pemecahan masalah. Mengimplementasikan perencanaan adalah peneliti membimbing anggota kelompok menerapkan perencanaan yang telah dibuat. Menilai perencanaan adalah peneliti membimbing anggota dalam melakukan penilaian terhadap perencanaan pemecahan masalah. Menilai hasil pemecahan, peneliti membimbing anggota kelompok melakukan penilaian terhadap hasil pemecahan masalah. Peneliti melakukan permainan “dua detik” untuk memanfaatkan waktu sebaik mungkin.

#### d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan berakhir, anggota kelompok memberikan kesan-kesan kegiatan bimbingan kelompok, anggota kelompok memberikan pesan dan harapan kegiatan bimbingan kelompok, peneliti dan anggota kelompok berdo'a bersama, anggota kelompok bersalaman dan menyanyikan lagu “sepatu gelang”.

#### **Pertemuan keempat Bimbingan Kelompok**

Hari / Waktu : 17 Februari 2017

Tempat : Lapangan Badminton SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu

Atap

Jumlah Siswa : 8 Orang Siswa

Jalannya Kegiatan :

a. Tahap Pembentukan

Pada pertemuan keempat, topik yang akan dibahas tentang rangkuman penundaan tugas dari pertemuan 1, 2 dan 3. Maka kali ini disimpulkan apa itu prokrastinasi, masalah apa yang ditimbulkan prokrastinasi, dan solusi apa yang dilakukan untuk menghilangkan prokrastinasi dalam kehidupan kita. Pada tahap pembentukan, peneliti mengucapkan selamat datang, membaca doa bersama, peneliti menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok dan menjelaskan azas-azas dalam bimbingan kelompok yaitu: keaktifan, keterbukaan dan kenormatifan.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti menjelaskan kegiatan yang akan dijalani, mengenali suasana hati dan pikiran masing-masing anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka, menanyakan apakah anggota kelompok sudah siap dan menentukan azas-azas yang dipedomani dan diperhatikan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud, tujuan dan proses bimbingan kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan, peneliti menjelaskan topik yang akan dibahas yaitu rangkuman penundaan tugas dari pertemuan 1,2 dan 3, tanya jawab hal yang belum dipahami dari topik yang dibahas. Saat melakukan kegiatan, Peneliti memberikan tahapan-tahapan dalam *Modelling* seperti identifikasi masalah,

Membantu menghadapi gangguan keperibadian yang berat seperti psikosis, untuk peroleh tingkah laku sosial yang lebih adaptif, agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*, membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru dan mengurangi respon yang tidak layak. Representasi permasalahan adalah peneliti membantu anggota kelompok untuk merumuskan dan memahami masalah secara benar. Perencanaan pemecahan adalah peneliti membimbing anggota kelompok melakukan perencanaan pemecahan masalah. Mengimplementasikan perencanaan adalah peneliti membimbing anggota kelompok menerapkan perencanaan yang telah dibuat. Menilai perencanaan adalah peneliti membimbing anggota dalam melakukan penilaian terhadap perencanaan pemecahan masalah. Menilai hasil pemecahan, peneliti membimbing anggota kelompok melakukan penilaian terhadap hasil pemecahan masalah. Peneliti melakukan permainan “manajemen waktu” untuk memanfaatkan waktu sebaik mungkin.

#### d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan berakhir, anggota kelompok memberikan kesan-kesan kegiatan bimbingan kelompok, anggota kelompok memberikan pesan dan harapan kegiatan bimbingan kelompok, peneliti dan anggota kelompok berdo'a bersama, anggota kelompok bersalaman dan menyanyikan lagu “sayonara”.

### **C. Pembahasan Hasil Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok**

Layanan Bimbingan Kelompok adalah salah satu dari 10 jenis layanan Bimbingan dan Konseling yang diberikan kepada sekelompok siswa yang memiliki masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengembangkan potensi diri yang dimiliki, yaitu : Bakat, minat dan melatih kemampuan berkomunikasi serta memperoleh informasi baru dari topik yang dibahas.

Pengamatan hasil pemberian layanan bimbingan kelompok dilaksanakan melalui observasi. Observasi dilakukan oleh peneliti dan guru pembimbing, hal ini dilakukan karena peneliti tidak bisa meneliti sendiri membutuhkan bantuan dari kolaborator. Observasi dilakukan selama kegiatan layanan bimbingan kelompok berlangsung.

Menurut Pendapat Bapak Warwandi, S.Pd selaku guru Bimbingan Dan Konseling mengatakan :

*Menurut saya ada beberapa anak dikelas VIII yang suka atau sering melakukan penundaan dalam penyelesaian tugasnya, mengapa saya katakan seperti itu, karena beberapa guru bidang studi dan wali kelas mengeluhkan masalah anak yang jarang mengumpulkan tugas, bolos pada jam pelajaran, suka membuat keributan didalam kelas, ketika mengikuti proses belajar mereka lebih suka keluar kelas dengan alasan permissi ke toilet, selain itu mereka juga sering menyelesaikan Tugas Rumah/PR disekolah dengan mencontek pada teman, kemudian nilai hasil belajar mereka juga rendah.*

Menurut Pendapat Ibu Nurdiana,S.Pd selaku guru bidang studi Matematika Mengatakan “ *Siswa suka menunda menyelesaikan tugas karena mereka merasa kesulitan dalam menyelesaikan tugas tersebut dan tak jarang juga kebiasaan menunda tersebut karena pengaruh teman-teman sekelasnya yang suka menyelesaikan tugas keesokan harinya dikelas dengan menyontek hasil dari teman mereka*”.

Secara keseluruhan pemberian layanan yang dilakukan terhadap 8 siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik (NA,YR,SW,AD,LC,RS, MS, YS ) Meskipun pada awal kegiatan bimbingan kelompok siswa masih cenderung fasif , namun akhirnya siswa bisa aktif dan tidak lagi merasa canggung. Hal ini disebabkan karena peneliti tidak pernah berhenti untuk berusaha membuat siswa merasa nyaman dan selalu memberi motivasi sehingga mereka menjadi lebih nyaman , terbuka , suka rela , santai dan partisipatif dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok .

#### **D. Diskusi Hasil Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modelling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 .

Layanan Bimbingan Kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk

mengembangkan potensi diri, yakni : Bakat ,Minat dan kemampuan berkomunikasi serta memperoleh informasi baru dari topik yang akan dibahas.

Prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting.

Menurut YR dan SW (anggota Bimbingan Kelompok ) yang mengatakan :  
*Prokrastinasi adalah suatu sikap malas dimana seseorang suka menunda pekerjaan , suka mengulur waktu untuk menyelesaikan tugasnya menjadi lebih lama.*

Melalui Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan menggunakan Teknik Modelling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan Terjadi Penurunan. Hal ini dapat dilihat dari pendapat NA,LC(anggota Bimbingan Kelompok) yang mengatakan :

*Saya senang mengikuti bimbingan kelompok ini bu, saya menjadi mengerti tentang bimbingan konseling itu seperti apa dan pentingnya guru bimbingan konseling dan melalui kegiatan bimbingan kelompok ini saya mendapatkan informasi baru mengenai perilaku prokrastinasi bahwa perilaku suka menunda adalah kebiasaan yang memberikan pengaruh negatif terhadap perkembangan pribadi dan prestasi saya.*

Hal yang sama juga dikemukakan oleh RS (anggota Bimbingan Kelompok) mengatakan :

*Kegiatan bimbingan kelompok ini sangat membantu , karena memberikan saya pemahaman tentang kebiasaan suka menunda-nunda itu adalah sebuah masalah yang besar karena dapat mempengaruhi kemajuan atau kesuksesan saya dimasa yang akan datang selain itu dalam kegiatan bimbingan kelompok saya dilatih untuk memulai pekerjaan yang selalu lambat saya selesaikan dan sebenarnya saya bisa selesaikan tugas itu tepat waktu dengan demikian saya pasti bisa menghilangkan kebiasaan suka menunda.*

Kemudian melalui hasil observasi , dapat dikatakan bahwa Perilaku Prokrastinasi dalam delapan siswa tersebut berada pada kategori tinggi.

Pada pertemuan pertama peneliti menjelaskan apa itu prokrastinasi yaitu pemahaman atau pengertian prokrastinasi. topik yang akan dibahas yaitu pemahaman penundaan tugas, tanya jawab hal yang belum dipahami dari topik yang dibahas. Saat melakukan kegiatan, Peneliti memberikan tahapan-tahapan dalam *Modelling* seperti identifikasi masalah Membantu menghadapi gangguan keperibadian yang berat seperti psikosis, untuk peroleh tingkah laku sosial yang lebih adaptif , agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*, membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru dan mengurangi respon yang tidak layak. Diadakannya permainan yang menjadikan suasana dalam bimbingan kelompok menjadi aktif dan tujuan permainan untuk membantu siswa memahami tentang pentingnya waktu dan kegiatan yang dilakukan sehari-hari. Anggota kelompok MS,YS,AD masih cenderung diam dan belum terbuka,mereka belum sepenuhnya merasa suka rela dan malu karena mereka merasa hal yang awalnya mereka

anggap hanya kebiasaan kecil ternyata itu adalah kebiasaan yang memiliki dampak negatif untuk masa yang akan datang bagi mereka.

Pada pertemuan pertama , hasil yang diperoleh sudah menunjukkan adanya perubahan dalam segi pengetahuan,pemahaman tentang prokrastinasi dan akan segera dilaksanakan kembali pertemuan kedua sebagai tahap lanjutan untuk lebih menguatkan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap pengurangan perilaku prokrastinasi yang dimiliki siswa.

Pada pertemuan kedua dilakukan dengan mengacu pada hasil evaluasi pertama sehingga hambatan dan kesulitan yang dialami pada pertemuan pertama dapat diminimalisir dan diperbaiki . Anggota kelompok MS,YS,AD, Lebih ditekankan lagi untuk lebih terbuka , suka rela dan percaya diri untuk mengemukakan pendapat dan melakukan perubahan . pada pertemuan kedua Peneliti menjelaskan dampak prokrastinasi. Lalu Didalam dampak prokrastinasi menjelaskan kenapa stress bisa timbul, terjebak dalam tumpukan jadwal dan pekerjaan, rasa malas dan keterlambatan menyelesaikan tugas. Selain itu permainan dilakukan kembali dengan tujuan untuk melatih Kosentrasi dan kecepatan dari setiap anggota kelompok.

Pada pertemuan Kedua , hasil yang diperoleh sudah menunjukkan adanya perubahan dan akan segera dilaksanakan kembali pertemuan ketiga sebagai tahap lanjutan untuk lebih menguatkan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap pengurangan perilaku prokrastinasi yang dimiliki siswa.

Pada pertemuan ketiga dengan mengacu pada hasil evaluasi kedua sehingga hambatan dan kesulitan yang dialami pada pertemuan kedua dapat diminimalisir dan diperbaiki. Saat melakukan kegiatan Peneliti menjelaskan solusi penundaan tugas. Bagaimana untuk menghilangkan kebiasaan menunda, Peneliti memberikan tahapan-tahapan dalam *Modelling* seperti identifikasi masalah, Membantu menghadapi gangguan keperibadian yang berat seperti psikosis, untuk peroleh tingkah laku sosial yang lebih adaptif, agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar lewat *trial and error*, membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru dan mengurangi respon yang tidak layak. Anggota kelompok MS,YS, Lebih ditekankan lagi untuk lebih dapat melakukan perubahan dalam melakukan kebiasaan menunda

Pada pertemuan Ketiga, hasil yang diperoleh sudah menunjukkan adanya perubahan dan akan segera dilaksanakan kembali pertemuan keempat sebagai tahap lanjutan untuk lebih menguatkan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap pengurangan perilaku prokrastinasi yang dimiliki siswa.

Pada pertemuan keempat yang dibahas adalah tentang rangkuman penundaan tugas dari pertemuan 1, 2 dan 3. Maka kali ini disimpulkan apa itu prokrastinasi, masalah apa yang ditimbulkan prokrastinasi, dan solusi apa yang dilakukan untuk menghilangkan prokrastinasi dalam kehidupan kita. Representasi permasalahan adalah peneliti membantu anggota kelompok untuk merumuskan, memahami masalah secara benar dan melakukan pemecahan masalah.

Dari hasil observasi Penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modelling dapat Mengurangi Perilaku Prokrastinasi yang ada pada siswa . Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang dilakukan Peneliti di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Asahan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modelling secara berkelanjutan . Pemberian layanan tersebut dapat mengurangi perilaku prokrastinasi siswa yang tadinya suka menunda pekerjaan menjadi siswa yang tidak lagi melakukan penundaan dalam penyelesaian tugas ataupun pekerjaanya dan bertanggung jawab.

Hal ini sesuai dengan Pendapat Rochman Natawidjaja (1987) “bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat, dan kehidupan pada umumnya”.

#### **E.Keterbatasan Penelitian**

Penulis Menyadari bahwa Sebagai manusia biasa peneliti tidak terlepas dari kesalahan dan kekurangan yang mengakibatkan keterbatasan dari berbagai faktor yang ada pada peneliti sehingga hasil penelitian skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih terdapat banyak kekurangan dalam melaksanakan dan penganalisisan data dari hasil penelitian. Kendala-kendala yang dihadapi sejak

dari pembuatan , rangkaian penelitian , pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data ,seperti :

1. pada awal melakukan Bimbingan Kelompok, peserta kelompok merasa malu ketika Bimbingan Kelompok dijalankan dan tidak memberikan respond yang baik pada waktu itu. Saya menjelaskan tentang Prokrastinasi apabila saya bertanya kepada peserta kelompok mereka diam dan enggan menjawab apabila pertanyaan dikemukakan pada peserta didik kerana materi yang saya sampaikan belum pernah didengari oleh mereka, peserta didik takut salah apabila menjawab dan takut ingin mencoba kemungkinan juga mereka merasa malu karena saya sebagai pemimpin kelompok adalah orang baru dalam melakukan Bimbingan Kelompok. Selepas saya mengajukan permainan didalam Bimbingan Kelompok peserta didik dapat konsentrasi sewaktu Bimbingan Kelompok dijalankan. Dari situ saya mendapati bahwa mereka belum pernah melakukan program seperti itu di sekolah.
2. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti baik secara moril maupun materil dari awal pembuatan proposal , pelaksanaan penelitian hingga pengelolaan data.
3. Keterbatasan pengetahuan peneliti tentang penelitian menyebabkan dalam pelaksanaan penelitian kurang optimal.
4. Kondisi anggota kelompok mempengaruhi pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok . Bimbingan kelompok dilaksanakan pada saat KBM ( Kegiatan Belajar Mengajar ) sehingga anggota kelompok merasa gelisah dan takut

di tegur oleh guru bidang studi yang sedang mengajar didalam kelas mereka dan itu mengganggu kosentrasi dan rasa nyaman anggota kelompok.

Dengan demikian peneliti menyadari dengan sepenuh hati bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu peneliti akan menerima dengan rasa senang hati ketika ada kritik dan saran yang nantinya akan berguna untuk penyempurnaan.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil penelitian terhadap data-data yang diperoleh , Maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut :

1. Perilaku Prokrastinasi dapat berkurang dengan dilaksanakannya layanan Bimbingan Kelompok yang secara berkelanjutan pada siswa yang memiliki perilaku Prokrastinasi.
2. Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* terhadap perilaku prokrastinasi pada siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016 /2017 .Pelaksanaa Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* terhadap perilaku prokrastinasi Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016 /2017 dilakukan melalui tahapan-tahapan bimbingan kelompok meliputi : Pembentukan, Peralihan, Pelaksanaan, Penutupan, Evaluasi. Subyek pada siswa KELAS VIII suatu upaya untuk membantu siswa yang sering melakukan prokrastinasi di dalam kelas dengan menggunakan teknik *Modelling*, dengan model yang dipilih dari teman sebaya. Model membantu kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran dan memberikan cara-cara untuk manajemen waktu didalam menyelesaikan tugas yang di berikan oleh guru Bidang studi.

3. Tipe *Modelling* yang di gunakan di Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* terhadap perilaku prokrastinasi pada siswa kelas VIII Di SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap adalah *live model dan symbolic model*.
4. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modelling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Buntu Pane Satu Atap Tahun Pembelajaran 2016 / 2017 dapat mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil kemampuan siswa secara sadar saat diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modelling.

## **B. Saran**

Dari hasil penelitian ini , maka saran yang dapat penulis berikan adalah :

1. Siswa

Diharapkan agar siswa dapat aktif dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilanya dalam proses pembelajaran agar mampu meningkatkan kemandirian belajar dan tidak bergantung dengan guru mata pelajaran maupun orang lain.

2. Guru Bimbingan Dan Konseling

Diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat meningkatkan kreativitas dan keterampilan yang bervariasi ,aktif dalam membantu siswa ,dapat memperbaiki system pembelajaran , memberikan layanan bimbingan

kelompok dan layanan lainnya secara terjadwal agar siswa dapat memanfaatkan waktu senggang disekolah maupun dirumah untuk belajar sehingga siswa tidak tergantung pada guru mata pelajaran ketika jam kosong misalnya supaya siswa tidak mengulangi perilaku prokrastinasi.

### 3. Pihak Sekolah

Sebagai sarana untuk meningkatkan mutu pendidikan , meningkatkan kerja sama antar guru yang berdampak positif untuk peningkatan professionalism guru guna pencapaian kualitas pendidikan sekolah . Dan untuk mengurangi perilaku siswa yang suka menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang diberikan

## DAFTAR PUSTAKA

- Amti, E & Marjohan. 1991. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmidar, A. 2014. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Terhadap Pengurangan Rasa Malu Siswa Di SMA Negeri 1 Air Putih Tahun Ajaran 2013/2014*. Medan: Unimed. Skripsi Tidak diPublikasikan.
- Damayanti, N. 2012. *Panduan Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Araska.
- Emzir. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif :Analisa Data*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Gagne, R.M. & Briggs, L.J. 1997. *Principle of Intructional design*. New York: Holt Rinehart and Winston.
- Gantina Kamalasar, Dkk. 2011. *Teori-Teknik Konseling*. Jakarta : Indeks.
- Ghufron, M, N. & Riri, R. 2014. *Teori – Teori Psikologi*. Jogyakarta: AR-RUZZ Media.
- Gagne, R.M. & Briggs, L.J. 1997. *Principle of Intructional design*. New York: Holt Rinehart and Winston.
- Hartina, S. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama.
- Istarani. 2011. *58 Model Pembelajaran Inovatif*. Medan: Media Persada.
- Nidya Damayanti. 2012. *Panduan Bimbingan Konseling*. Yogyakarta : Araska,.
- Moleong, Lexy. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Novi Hendri, S.Ag., SH., M.Pd. 2013. *Model-Model Konseling*. Medan: Perdana Publishing

Prayitno & Amti, E. 2009. *Dasar – Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan kelompok dan Konseling Kelompok . Padang* :Universitas Padang .

Sugiyono.2013.*Metode Penelitian Kuantitatif,Kualitatif Dan R&D*. Bandung :Alfabeta

Wankat, P.C. & Oreovocz, F.S. 1995. *Teaching Engineering*. New york: McGrawHill, Inc.

Winkel, W, S. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Intutusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.

<http://jurnal.fkip.uns.ac.id> Diakses 2 Oktober 2016.

<http://epirintis.uny.ac.id/articale/prokrastinasi.pdf> Diakses 2 Oktober 2016.

<http://indonesiakonselor.blogspot.com> Diakses 2 Oktober 2016.